

Programm

2. Halbjahr 2018

03.09.18 – 24.02.19





Der Brunnenhof des Stadtmuseums bei Nacht  
© Stadtmuseum Simeonstift Trier

Der Ramboux-Kunstpreis der Stadt Trier steht seit Jahrzehnten nicht nur für eine nachhaltige Förderung der regionalen Kunstszene, sondern bietet interessierten Bürgern auch einen konzentrierten Querschnitt des aktuellen Kunstschaffens. Auch in diesem Jahr präsentiert die Ausstellung eine große Bandbreite in Technik, Format und Aussage. Die Bekanntgabe des diesjährigen Gewinners erfolgt bei der Ausstellungseröffnung am Sonntag, 9. Dezember, um 11:30 Uhr im Stadtmuseum Simeonstift. Verbunden ist der Preis mit einem Ankauf in Höhe von 6.000 Euro und einer Einzelausstellung im Stadtmuseum Simeonstift, die gleichzeitig mit der Wettbewerbsausstellung zu sehen ist.

16.03.–21.04.2019

## STAATSPREIS DESIGN RHEINLAND-PFALZ

Verleihung und Ausstellung – Staatspreis und Förderpreis für das Kunsthandwerk Rheinland-Pfalz und Preis des Handwerks Rheinland-Pfalz



Kreation von Martin Schlotz, Preisträger 2013  
© Michael Jarmusch

Innovationskraft, Funktionalität, Materialgespür und handwerkliche Qualität sind einige der Kriterien, die eine überzeugende Gestaltungsidee auszeichnen. Seit mehr als 40 Jahren fördert der »Staatspreis für das Kunsthandwerk Rheinland-Pfalz« diesen Anspruch. Alle drei Jahre werden zukunftsweisende Ideen und überdurchschnittliche Arbeiten aus den Bereichen Fotografie/Papier, Glas/Silber/Edelstein, Holz/Metall, Keramik/Stein, Schmuck sowie Textil/Leder/Pelz vom Wirtschaftsministerium und den Handwerkskammern des Landes prämiert. Die ausgewählten Stücke der Preisträger und Wettbewerbsteilnehmer 2019 sind in einer Ausstellung im Stadtmuseum zu sehen.

19.05.–06.10.2019

## UM ANGEMESSENE KLEIDUNG WIRD GEBETEN.

Mode für besondere Anlässe von 1770 bis heute



Herrenanzug des  
Bürgermeisters  
Ludwig Karl Gottbill,  
Leinen und Seiden-  
futter, um 1770  
© Stadtmuseum  
Simeonstift Trier

Mode begleitet den Menschen durch sein Leben. Von Taufkleid, Sonntagsstaat, Hochzeitsmode, Ballkleid bis Trauerkleid unterstreicht festliche Bekleidung die wichtigen Stationen des Lebens. Anhand von Damen-, Herren- und Kinderbekleidung sowie authentischer Puppenkleidung aus vier Jahrhunderten zeigt das Stadtmuseum Simeonstift Trier den Wandel der Mode- und Festkultur vom 18. Jahrhundert bis in die Gegenwart. Längst vergessene Traditionen kommen über die historische Kleidung wieder in Erinnerung und stehen im Dialog mit der Festtagsmode der Gegenwart. Ergänzt werden die Textilien durch Gemälde aus der Sammlung des Museums, deren Protagonisten die Mode vergangener Zeiten wieder lebendig werden lassen. Zur Ausstellung erscheint ein Katalog.



# Grußwort der Bürgermeisterin

Liebe Triererinnen, liebe Trierer,

herzlich begrüße ich Sie im neuen Programmheft unserer Volkshochschule, zum ersten Mal seit meinem Amtsantritt im Februar 2018.

Als Dezernentin für Schulen und Sport, Bildung, Soziales, Wohnen, Jugend und Arbeit trage ich die Mitverantwortung für nahezu die gesamte Bildungskette in Trier: Von den Kindertagesstätten, wo die Kleinsten lernen, über die Schulen der ersten Jahre, aber auch der beruflichen Bildung, über die Erwachsenenbildung bis hin zur Bildung der Seniorinnen und Senioren.

Das Bildungs- und Medienzentrum macht für fast alle diese Stationen des Lebenslangen Lernens wichtige Angebote für die Triererinnen und Trierer. Kleinkinder besuchen nicht selten schon bevor sie ein Jahr alt sind mit ihren Eltern die Musikschule und bleiben dort oftmals bis sie junge Erwachsene geworden sind. Genauso wachsen viele Kinder in Trier mit der Öffentlichen Stadtbibliothek auf, leihen Bilderbücher oder Kinderromane aus, besuchen ein Bilderbuchkino oder kommen zum Wii-Spielen oder zum Hausaufgaben machen. Schulkinder, die nicht mit der deutschen Muttersprache aufgewachsen sind, bessern in der Volkshochschule in den Schulferien ihre Deutschkenntnisse auf. Und Erwachsene jeden Alters buchen dort Kurse oder Vorträge, jedes Jahr deutlich über 10.000 Lernbegierige aus der Stadt und aus dem Umland. Spezielle Projekte bei unserem Kommunalen Bildungsmanagement widmen sich ganz eigenen Themen, wie z.B. der Alphabetisierung und der Grundbildung.

Mir und dem gesamten Stadtvorstand ist es ein großes Anliegen, dass diese vielfältigen Bildungsangebote möglichst vielen Triererinnen und Trieren zugänglich bleiben. Denn Bildung ist eine wichtige Voraussetzung für Teilhabe und Teilhabe ist wiederum der Motor unserer Stadtgesellschaft. Und ich kann die Bürgerinnen und Bürger der Stadt nur eindringlich ermuntern, die Angebote, die wir im Bildungs- und Medienzentrum vorhalten, auch zu nutzen.

Die Bibliothek hält 100.000 Bücher und CD's zum Verleih bereit und nochmal über 70.000 E-Medien, die Sie mit Ihrem Smartphone oder Ihrem E-Book-Reader lesen und hören können. Noch dazu werden Sie im Palais Walderdorff beraten, wenn Sie mit der Nutzung des Readers noch nicht so vertraut sind. Die Musikschule hat auch viele erwachsene Schülerinnen und Schüler, manche frischen in der Kindheit und Jugend erworbene musikalische Fertigkeiten auf, andere fangen auch noch im fortgeschrittenen Alter an, ein Instrument zu erlernen. Und letztlich bietet die Volkshochschule jedes Jahr weit über 1.000 Kurse in sechs Fachbereichen, ob Sie für die Freizeitgestaltung lernen wollen oder mit dem Ziel beruflich weiter voran zu kommen.

Der Blick in die folgenden Seiten des Programmheftes wird sicher auch für Sie Interessantes bereit halten: Fünf Ausstellungen werden sich im kommenden Semester mit sehr unterschiedlichen gesellschaftlichen Themen beschäftigen: Mit dem Sterben ebenso wie mit dem Thema Flucht oder mit der Gedenkarbeit, die, wenn

man die aktuellen Entwicklungen in Deutschland beobachtet, nach wie vor sehr wichtig ist.

Erlernen Sie eine der 14 Sprachen im Angebot der Volkshochschule, etwa wie viele Berufstätige, die in Luxemburg arbeiten oder einfach für eine bessere Verständigung im Urlaub. Bilden Sie sich beruflich fort oder entwickeln Sie Ihre Fertigkeiten in Ihrem Hobby weiter. Diese gesamte Palette deckt das vorliegende Programm der Trierer Volkshochschule ab, nutzen Sie es.

Und wenn Sie Vorschläge haben, wie wir dieses vielfältige Programm noch verbessern können, wenden Sie sich am besten direkt an die Volkshochschule oder an mein Büro.



**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.
- Träger von Modellprojekten des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.
- Träger von „Kultur macht stark – TalentCampus“.
- Träger des rheinland-pfälzischen Weiterbildungspreises in den Jahren 2006 und 2012.
- anerkannte Beratungsstelle für den Bildungs-Gutschein.
- anerkannte Prüfstelle für TELC-Sprachtests.
- Kooperationspartner von über 30 Organisationen der Verwaltung und der Zivilgesellschaft.

## Impressum

**Herausgeber:** Stadt Trier  
Amt 43/1 – Volkshochschule  
Domfreihof 1b, 54290 Trier  
Telefon: (0651) 718-0  
**Redaktionell verantwortlich:**  
Rudolf Fries, Leiter Amt 43  
**Gestaltung:** Volkshochschule Trier  
**Druck:** pva  
Druck und Medien-Dienstleistungen GmbH  
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  
Anschritt 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:** 14.08.2018  
**Titelbild:** Palais Walderdorff – Sitz der vhs  
**Fotos:** S. 7 Tina Titzen; alle anderen Stadt  
Trier/vhs Trier

# Schatzkammer geöffnet ...



**Hundert Highlights**  
Kostbare Handschriften und  
Drucke der Stadtbibliothek Trier

Die Stadtbibliothek Trier hütet bibliophile Schätze von höchstem Wert und internationalem Rang. Eine herausragende Stellung besitzen der zum 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

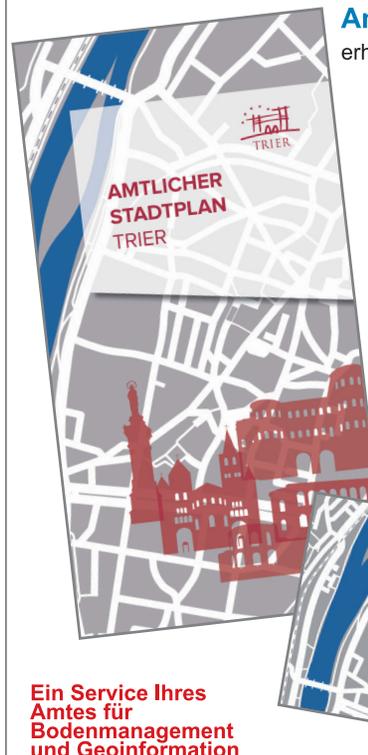
Weberbach 25 E-Mail: [schatzkammer@trier.de](mailto:schatzkammer@trier.de)  
54290 Trier [www.stadtbibliothek-weberbach.de](http://www.stadtbibliothek-weberbach.de)

☎ 0651-718 1427



Europäische Union  
Wachstum durch Innovation – EFRE

## Unsere Bestseller - neu aufgelegt für Sie:



### Amtlicher Stadtplan

erhältlich als Mappe incl.

Infoheft  
Umgebungskarte  
Liniennetzplan  
Mini-Stadtplan

Preis 4,80 €

### Mini-Stadtplan deutsch/englisch

mit touristischen  
Informationen

Preis 1,50 €

Ein Service Ihres  
Amtes für  
Bodenmanagement  
und Geoinformation

Verkaufsstellen: Stadtverwaltung Trier, Touristinformation und örtlicher Buchhandel



## 115 – eine für alles.

Für alle, die viele Fragen, aber wenig Zeit haben: Fragen Sie die 115 – wochentags von 8 bis 18 Uhr. Der Anruf kostet aus dem Festnetz der Deutschen Telekom 7 Cent pro Minute. Preise aus anderen Festnetzen und aus Mobilfunknetzen können abweichen. Weitere Informationen unter [www.d115.de](http://www.d115.de).

Wir lieben Fragen



IHRE BEHÖRDENUMMER

## 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.

**vhs**  
Volkshochschule  
Trier

# Editorial

## Vielen Dank, liebe Gilla!

In wenigen Tagen verabschieden wir unsere langjährige Fachbereichsleiterin Gisela Sauer in den wohlverdienten Ruhestand.

Schon in den 1970er Jahren kam die Saarländerin zum Studium nach Trier. Sie qualifizierte sich für das Lehramt am Gymnasium in den Fächern Geografie und Deutsch, arbeitete dann eine Zeit in ihrer saarländischen Heimat, um Anfang der 1980er Jahre wieder nach Trier zurückzukommen. Seit Ende der 1980er Jahre ist sie in den Diensten der Stadtverwaltung tätig, zunächst für fast 10 Jahre als Museumspädagogin im Museum Simeonstift. 1996 wechselte Gisela Sauer in das Kulturbüro der Stadt und schließlich 2003 als Geschäftsführerin in die Tufa.

Im Sommer 2007 kam sie dann von der Tufa in die Trierer Volkshochschule. Von Anfang bis heute betreute Gisela Sauer die Fachbereiche „Kultur“ und „Gesundheit“. Ab diesem Zeitpunkt eine eigene Kraft für diese beiden Fachbereiche zu haben und das Engagement von Frau Sauer, haben zu einer enormen Entwicklung beider vhs-Bereiche geführt. An der Entwicklung der Unterrichtsstunden (UE) kann man das sehr gut nachvollziehen: Bis zum Jahr 1991 lag die Anzahl der UE bei der Kultur knapp über 1.300 und bei der Gesundheit knapp über 1.200. Diese, für diese Zeit, guten Werte fielen aber dann bis zur Jahrtausendwende auf unter 600 bei der Kultur und gar unter 400 bei dem wichtigen vhs-Bereich Gesundheitsförderung. Diese Zahlen gingen nach dem Einstieg von

Gisela Sauer wieder stetig und sehr deutlich nach oben. 2012 war bei der Kultur der Wert der 1990er Jahre wieder erreicht und bei der Gesundheit wurde die UE-Anzahl bis 2012 auf 2.500 gesteigert und damit gegenüber dem 1990er Jahren verdoppelt und gegenüber der schwachen Zeit um 2001 gar versechsfacht.

Ein Grund dafür war sicher die engagierte Netzwerkarbeit von Gisela Sauer. In Trier bekannt „wie ein bunter Hund zu sein“, hat hier sicher sehr geholfen.

Neben den Standardprogrammen hat sie immer wieder auch innovative Projekte und Themen nach Trier gebracht, die es der vhs ermöglichten, auf aktuelle Lagen im Bildungsgeschehen zu reagieren oder gänzlich neue Formate auszuprobieren. Die Sprachförderung oder das naturwissenschaftliche Lernen in Kindergärten sind hier wichtige Stichworte. Zuletzt aber auch das Format „TalentCampus“ aus dem Förderprogramm „Kultur macht stark“. Wer eine der Abschlussveranstaltungen dieser Projekte miterlebt hat, konnte spüren wie sehr Gisela Sauer der Dreh- und Angelpunkt dieses Programmes war: Für die geflüchteten Kinder und Jugendlichen und ihre Eltern und auch für die Dozentinnen und Dozenten, ob aus dem Sprachenbereich oder der lokalen Kulturszene oder schließlich für die Mittelgeber und Programmverantwortlichen des Deutschen Volkshochschulverbandes (DVV) in Bonn.

Die Vernetzung mit der Kulturszene auf der einen Seite und die Einbettung in die Volkshochschule

auf der anderen Seite, haben den TalentCampus in Trier zu einem echten Erfolgsmodell werden lassen; dies ist auch beim DVV in Bonn angekommen. Die Trierer Projekte werden oft als Beispiele guter Praxis genannt und Gisela Sauer berichtete mehrfach auf Bundestagungen von diesem Format.

Ich ganz persönlich bedauere den Weggang von Gisela Sauer noch aus einem ganz speziellen Grund: Unsere saarländische Fraktion im Trierer vhs-Team wird damit deutlich geschwächt.

Die Frage, ob sie uns nach dem Ruhestand noch zeitweise in der vhs zur Verfügung stehen könnte, hat sie kategorisch verneint, zumindest für die nächsten zwei Jahre. Zu viele Termine, Vorhaben, Reisen, Besuche stehen schon im Kalender. Ein Unruhestand ist vorprogrammiert; niemand ist darüber wirklich erstaunt.

Alle Kolleginnen und Kollegen, die Dozentinnen und Dozenten und ganz sicher auch die Kundinnen und Kunden wünschen Gisela Sauer für diese vielen Termine, Ideen und privaten Projekte die notwendige Kraft und Gesundheit. Das dafür notwendige Engagement liegt in ihrer DNA.

Ihr

**Rudolf Fries**

Leiter der vhs Trier



## Inhaltsverzeichnis



### Gesellschaft \_\_\_\_\_ 7–14

Ausstellungen _____	7
Gedenkarbeit _____	9
Flucht & Asyl _____	9
Recht _____	10
TQT Trier _____	11
Karl Marx _____	12
China heute _____	12
Psychologie & Lebenshilfe _____	13
Nachhaltigkeit _____	14



### Kultur \_\_\_\_\_ 15–25

Literatur _____	15
Kunstgeschichte _____	16
Stadtführung/Studienfahrt _____	17
Theater _____	17
Reden, Sprechen, Schreiben _____	18
Nähen _____	18
Malen & Zeichnen _____	20
Gestalten _____	21
Fotografieren _____	22
Musikkurse der vhs _____	24
Karl-Berg-Musikschule _____	25



### Gesundheit \_\_\_\_\_ 27–36

Entspannung/Autogen. Training _____	27
Qi Gong / Tai Chi _____	28
Yoga _____	29
Bewegung/Entspannung _____	30
Aqua-Fitness _____	31
Pilates _____	32
Rückengymnastik _____	32
Tanzen & Tanzsport _____	33
Kochen & Ernährung _____	34
Vorträge zur Gesundheit _____	35
Wein & Whisky _____	36



### Sprachen \_\_\_\_\_ 38–56

Deutsch als Fremdsprache _____	39
Arabisch _____	44
Englisch _____	44
Französisch _____	47
Italienisch _____	51
Japanisch / Latein _____	52
Luxemburgisch _____	53
Neugriechisch _____	53
Niederländisch _____	54
Norwegisch / Polnisch _____	54
Russisch / Schwedisch _____	54
Spanisch _____	54



### Arbeit & Beruf \_\_\_\_\_ 56–62

EDC/Smartphone 50+ _____	56
Einsteiger/Umsteiger _____	57
MS-Word / MS Outlook _____	57
MS-Excel / PowerPoint _____	58
Bildbearbeitung _____	59
Grafik & Gestaltung _____	59
Tablet/Smartphone _____	60
Internet _____	60
Programmierung _____	60
Computerschreiben _____	61
Berufliche Weiterbildung _____	62



### Grundbildung \_\_\_\_\_ 64

Schulabschlüsse _____	64
Deutsch für Deutsche _____	64
(Alphabetisierung)	



### Informationen

Die vhs stellt sich vor _____	06
Geschäftsbedingungen _____	65
Datenschutzbestimmungen _____	65
Bildungsprämie _____	66
Anmeldeformular _____	67

# Ihre Ansprechpartner/innen in der vhs Trier



**Rudolf Fries**  
Leiter der vhs  
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  
FB EDV  
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



**Kira Legenhausen**  
Geschäftsstelle  
kira.legenhausen@trier.de



**Sieglinde Rausch**  
Geschäftsstelle  
sieglinde.rausch@trier.de



**Achim Schoßau**  
Technik  
achim.schoßau@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 – 7180		Mail: vhs@trier.de



# Gesellschaft & Politik

## Einmischen erwünscht!

Das ist im Jahr 2018 ein Leitthema der rheinland-pfälzischen Volkshochschulen. „Die Volkshochschulen sind in besonderer Weise geeignet, Menschen für das politische Einmischen zu motivieren und zu qualifizieren“, sagt dazu unsere Ministerpräsidentin Malu Dreyer im Verbandsmagazin. Weiter betont sie in diesem Zusammenhang die Neutralität und die starke lokale Verankerung der Volkshochschulen als besondere Qualität. 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

### Fotoausstellung Kindergräber

Orte zum Verweilen, Sinnen und  
Erinnern

Seit 2001 gibt es auf dem Trierer Hauptfriedhof das Kindergrabfeld Krokuswiese mit einer großen Steinskulptur (siehe Foto). Um die Sternfigur-Skulptur herum, aber auch an anderen Stellen, gestalten Eltern die Gräber ihrer verstorbenen Kinder. Sie schaffen Orte, zu denen Familien immer wieder hingefunden, kleinste Gärten des Trostes. Hier pflegen sie die Kultur der Erinnerung.



Foto: Tina Titzten

Diese Ausstellung mit den Fotos jener Orte zeigen Details der Gräber; sie lädt die Betrachter/innen dazu ein, teilzunehmen an dieser Sorgfalt. Kleine Texte, die neben den Fotos platziert werden, sollen den Besuchern aufzeigen, was die Eltern bei der Grabgestaltung bewegt hat. 23 Familien haben der Selbsthilfegruppe Stiller Stern, Aktion Sternenkinder erlaubt ein Detailfoto ihres Kindergrabes in der Ausstellung zu zeigen. Die Ausstellung will auch Mut machen zur Gestaltung der Trauer. In ihr liegen die Kräfte des Neubeginns.

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Stiller Stern, Aktion Sternenkinder und die VHS Trier [www.sternenkinder-trier.de](http://www.sternenkinder-trier.de)

Weitere Fotos sind vom 1.10. bis 11.10.18 im Kultur-Kiosk Südallee/Kaiserstraße zu sehen.

#### Kurs Nr. 182-10100

**01.10. – 02.11., 09.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, Foyer zur Stadtbibliothek  
kostenfrei**

Für weitere Informationen zum Rahmenprogramm dieser Ausstellung siehe Seite 8

### 80 Jahre Reichspogromnacht

#### Das unbekannte Vernichtungslager Kulmhof

Ab dem 8. Dezember 1941 ermordete die SS in Kulmhof am Ner (Chelмно nad Nerem) Menschen durch Motorabgase. Dieser Tag markiert den Beginn der nationalsozialistischen Massentötung an den europäischen Juden durch Giftgas. Die Ausstellung widmet sich dieser unbekanntem Vernichtungsstätte und dem Gedenken an die mehr als 150.000 Opfer, darunter mindestens 43 Männer, Frauen und Kinder aus Trier.

Die Ausstellung der „Stiftung Denkmal für die ermordeten Juden Europas“ wird ergänzt durch Exponate aus dem Trierer Stadtarchiv. Damit wird ein besonderer Bezug zu unserer Stadt hergestellt.

#### Kurs Nr. 182-10012

**02.11. bis 16.11., 9.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, Foyer zur Stadtbibliothek  
kostenfrei**

**Diese Ausstellung ist Teil des Rahmenprogramms der Gedenkwochen an die Reichspogromnacht am 08./09. November 1938. Siehe dazu auch Seite 8**

### Fotoausstellung

#### Jenseits von Lampedusa – willkommen in Kalabrien

Viele Flüchtlinge landen bei ihrer Flucht übers Mittelmeer auf italienischem Staatsgebiet. Während man sie fast überall in Italien als Last ansieht, drehte man diese Sichtweise in kleinen Gemeinden in Kalabrien um – unter ihnen Riace und der Nachbarort Badolato sahen 1999 in den 218 Kurden, die an dem lokalen Strand landeten, einen unverhofften Menschen-Reichtum. Die Dörfer waren zu diesem Zeitpunkt schon weitgehend entvölkert. Die Bürgermeister beschlossen deshalb, die Flüchtlinge für ihre Orte zu gewinnen und richteten verlassene Häuser her. Ein neues Gemeinwesen aus Einheimische und Zugewanderten entstand. Die Fotoausstellung widmet sich diesem guten Beispiel der Integration als Chance.

#### Kurs Nr. 182-10013

**19.11. bis 14.12., 9.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, Foyer zur Stadtbibliothek  
kostenfrei**



Fachbereichsleitung:  
**Rudolf Fries**

0651-718-1430  
[rudolf.fries@trier.de](mailto:rudolf.fries@trier.de)

### „Lesbisch, jüdisch, schwul“ und

#### [unsichtbar, verfolgt, anders?!]

Im Rahmen der jährlichen Ausstellung um den 27. Januar (Holocaust-Gedenktag) wird die Veranstaltergruppe (AGF Trier, Ev. Studierendengemeinde, Kath. Hochschulgemeinde, vhs) gemeinsam mit Schmit\_z e.V. das Thema „Verfolgung von Schwulen und Lesben“ aufgreifen. Anlass ist auch der 120. Geburtstag der Triererin Gertrud Schloß, die 1942 im Vernichtungslager Kulmhof ermordet wurde.

Es werden zwei Ausstellungen parallel gezeigt: „Lesbisch, jüdisch, schwul“ sowie [unsichtbar, verfolgt, anders?!].

Die erste Ausstellung kommt vom „Schwulen Museum Berlin“ und beschäftigt sich mit Biografien von lesbischen Jüdinnen und schwulen Juden, die vielfach in Kunst, Wissenschaft und Literatur ihren Beitrag zur Emanzipation beider Gruppen leisteten. 24, eigens für die Ausstellung recherchierte Biografien werden auf Tafeln präsentiert. Die in der Ausstellung vorgestellten Biografien repräsentieren die Erfahrungen des Nationalsozialismus: Exil, Leben im Untergrund, Deportation, Ermordung aber auch Überleben und Wirken in der Nachkriegszeit.

Die Verfolgung und Diskriminierung von Homosexuellen unter dem § 175 von 1900 bis 1960 mit einem lokalen Bezug zur Region Trier zeigt die zweite Ausstellung [unsichtbar, verfolgt, anders?!]. Sie wurde von Schmit-z – schwul-lesbisches Zentrum Trier e.V. und Kooperationspartnern erstellt. Sie zeigt u.a. das Schicksal der Trierer Zwillinge Ernst und Leo Salomon. Leo Salomon starb 1942 in Haft und Ernst Salomon wurde ein Jahr später in Auschwitz ermordet. Wie Verfolgung und Stigmatisierung von Homosexuellen nach dem 2. Weltkrieg weitergingen, ist ein anderer Aspekt der Ausstellung.

#### Kurs Nr. 182-11508

**07.01. bis 08.02., 09.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, Foyer zur Stadtbibliothek  
kostenfrei**

Zum Rahmenprogramm beachten Sie bitte die Folgeseiten und die Tagespresse.



### Ausstellungen – Fortsetzung

#### Mauern Gitter Stacheldraht

**Ausstellung über die politische Verfolgung in der Sowjetischen Besatzungszone und in der DDR**

Aus dem Ankündigungstext der UOKG e.V.: „Im Jahr 1945 endete der von Deutschland begonnene Zweite Weltkrieg. Mit dem Zusammenbruch des NS-Regimes und den Plänen der Alliierten zu einer umfassenden Demokratisierung schöpften viele Menschen Hoffnung auf einen Neubeginn. Doch bald zerbrach die Anti-Hitler-Koalition. Durch Unterdrückung und Terror errichtete

die Sowjetische Militäradministration in ihrer Besatzungszone (SBZ) eine Diktatur nach dem Vorbild der kommunistischen Sowjetunion. Die Staatsgründung der Deutschen Demokratischen Republik (DDR) erfolgte 1949 ohne demokratische Legitimation. Die Staatspartei SED regierte über 40 Jahre mit Alleinherrschaftsanspruch. Kritik und Widerspruch wertete das Regime als Angriff gegen die herrschende Partei und die sowjetische Besatzungsmacht. Die Repressionen in SBZ und DDR zwischen 1945 und 1990 waren vielseitig. Die Ausstellung erzählt von den Schicksalen deportierter Frauen und Mädchen, von Internierten in deutschen

und osteuropäischen „Speziallagern“, von politischen Häftlingen in DDR-Zuchthäusern, von an der innerdeutschen Grenze Zwangsausgesiedelten und von den durch die DDR-Staatssicherheit Verfolgten und Inhaftierten.

Eine Ausstellung der Union der Opferverbände Kommunistischer Gewaltherrschaft e.V. (UOKG e.V.). Gefördert mit Mitteln der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur.

**Kurs Nr. 182-11507**  
**01.03. bis 30.03., 09.00 – 18.00 Uhr**  
**Domfreihof, Foyer zur Stadtbibliothek**  
**kostenfrei**

### Ausstellungen - Rahmenprogramm

#### Sternenkinder

„Geschichten, die das Leben erzählt, weil der Tod sie geschrieben hat“ – Eine Lesung

Zum Umgang mit dem Tod erzählt und liest die Familientrauerbegleiterin Mechthild Schroeter-Rupieper aus ihrem Buch „Geschichten, die das Leben erzählt, weil der Tod sie geschrieben hat“. Eine interaktive Buchlesung mit Fotos, Springteufel und gebrochenen Herzen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

**Kurs Nr. 182-21112**  
**Dienstag, 16.10., 19.00 – 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, Stadtbibliothek**  
**kostenfrei**  
**Mechthild Schroeter-Rupieper**

**Vor dieser Lesung (ab 17.00 Uhr) bietet die Selbsthilfegruppe Gespräche in der Stadtbibliothek an.**

#### Das Kindergrabfeld Krokuswiese

auf dem Hauptfriedhof – ein Platz für Sternenkinder

Im Rahmen der Ausstellung Sternenkinder informiert Christine-Petra Schacht, die Leiterin des Trierer Grünflächenamts über das Grabfeld Krokuswiese auf dem Hauptfriedhof, auf dem Sternenkinder eine würdige Ruhestätte finden können.

**Kurs Nr. 182-10107**  
**Donnerstag, 25.10., 19.00 – 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Christine-Petra Schacht**

Führung über das Kindergrabfeld Krokuswiese

**Kurs Nr. 182-10108**  
**Donnerstag, 25.10., 15.00 – 16.00 Uhr**  
**kostenfrei**  
**Christine-Petra Schacht**

Treffpunkt ist der Haupteingang zum Hauptfriedhof in der Herzogenbuscher Straße (15.00 Uhr).

**Kulmhof Ausstellungseröffnung**  
Die Deportation von jüdischen Trierern nach Litzmannstadt und nach Chelmno (Kulmhof)

**Kurs-Nr: 182-10011**  
**Freitag, 02.11., 19.00 Uhr**  
**Domfreihof, Raum 5**  
**kostenfrei**  
**Benjamin Koerfer**

**80 Jahre Reichspogromnacht**

Es finden weitere Veranstaltungen im Rahmen der Gedenkwochen zur Reichspogromnacht statt. Bitte beachten Sie die Tagespresse.. Siehe auch nächste Seite: Gedenkarbeit.

**Jüdisches Leben in Trier**  
Mittagsführung

U.a. Präsentation von Exponaten der früheren jüdischen Gemeinde

**Freitag, 09.11., 12:00 Uhr**  
**Stadtmuseum Simeonstift**  
**kostenfrei; Dr. Bernd Röder**

**Zeitzeugen berichten**

Kommentierte Filmvorführung: Jüdische Mitbürger aus Trier berichten von ihren Erfahrungen in Trier und von ihrer Vertreibung und Flucht.

**Freitag, 09.11., 15:00 Uhr**  
**Stadtmuseum Simeonstift**  
**kostenfrei; Dr. Dorothee Henschel**

**Jüdisches Leben in Trier im 19. Jahrhundert: Der schwierige Weg zwischen Integration und Orthodoxie**

Der Vortrag wird die schwierigen Startbedingungen der Gemeinde und ihre Entwicklungen über das 19. Jahrhundert hinweg skizzieren und beleuchten, was es in praktischer Hinsicht bedeutete, als Angehöriger einer religiösen Minderheit in der stark vorwiegend katholisch geprägten Stadt zu leben.

**Kurs Nr. 182-10014**  
**Freitag, 16.11., 19.00 - 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Michelle Stoffel/Stephan Laux**

**„Lesbisch, jüdisch, schwul“ und [unsichtbar, verfolgt, anders?!]**

**Ausstellungseröffnung**

Die Eröffnung wird von Schmit-z e.V. gestaltet. Es werden u.a. authentische Zeitzeugen-Texte gelesen.

**Kurs Nr. 182-11509**  
**Dienstag, 08.01., 19.00 – 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**

**Zur Historie des § 175**

Als Begeleitveranstaltung zu den beiden Ausstellungen „Lesbisch, jüdisch, schwul“ und [unsichtbar, verfolgt, anders?!] referiert Schmit-z e.V. über die Historie des § 175. Dabei wird ein lokaler Bezug zur Region Trier über die Biografien der Brüder Salomon hergestellt.

**Kurs Nr. 182-11510**  
**Montag, 28.01., 19.00 – 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Vincent Maron (Schmit-z)**

Wie in den Vorjahren werden weitere Begleitveranstaltungen um den 27. Januar angeboten: Philosophisches Cafe, Stadtrundgang, Gottesdienst usw. Bitte beachten Sie die Tagespresse und die Aushänge in der vhs.

**Jenseits von Lampedusa**

Eine Ausstellungseröffnung ist für einen Termin Mitte November 2019 vorgesehen. Geplant ist, dass die Ausstellungsmacher aus Berlin über das Projekt berichten.

**Bitte beachte Sie die Tagespresse und die Homepage der vhs.**  
**www.vhs-trier.de**

**Mauern Gitter Stacheldraht**

Eine Ausstellungseröffnung ist für einen Termin um den 01. März 2019 vorgesehen. Geplant ist, dass ein Zeitzeuge von seiner ganz persönlichen Verfolgung in der SBZ und in der DDR berichtet.

**Bitte beachte Sie die Tagespresse und die Homepage der vhs.**  
**www.vhs-trier.de**



### Gedenkarbeit

#### Schlussstrich oder Doppelpunkt?

##### Wozu noch an die Nazi-Zeit erinnern?

Am 4. Oktober 1988 gründeten einige Aktive den Arbeitskreis „Trier im Nationalsozialismus“ in der Arbeitsgemeinschaft Frieden e.V. In der Veranstaltung geht es um einen kurzen Rückblick auf 30 Jahre Gedenkarbeit, vor allem aber um die Auseinandersetzung mit der Frage: Wozu sollten wir immer noch an die Nazi-Zeit erinnern?

Referenten: Dieter Burgard (Sprecher der LAG Gedenkstätten und Erinnerungsinitiativen zur NS-Zeit), Prof. Lutz Raphael (Universität Trier), Dr. Ulrike Winkler und Thomas Zuche (beide Arbeitskreises). Moderatorin: Nicole Mertens (SWR).

**Kurs Nr. 182-10015**

**Donnerstag, 04.10., 19.30 – 21.00 Uhr  
Domfreihof, Beletage  
kostenfrei**

#### Die „Reichskristallnacht“

##### Inszenierte Gewalt gegen Juden

Vor 80 Jahren brach in der „Reichskristallnacht“ am 9.11.38 offene Gewalt gegen Juden aus, staatlich inszeniert, verübt nicht nur von fanatischen Nationalsozialisten, sondern auch von ganz normalen Menschen, die zuvor freundliche Nachbarn und friedliche Mitbürger waren. Am 9.11.38 änderte sich alles: Die Pogrome, staatlich inszeniert und von der Öffentlichkeit hingenommen, beendeten das für die Juden immer mühsame Zusammenleben mit der Mehrheit der Deutschen. Aus dem Antisemitismus, der seit 1933 Staatsdoktrin war, wurde Verfolgung, die in Vernichtung mündete.

**Kurs Nr. 182-10016**

**Sonntag, 04.11., 11.00 – 13.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Prof. Wolfgang Benz**

#### Antisemitismus heute

##### Bestandsaufnahme und Gegenstrategien

Antisemitismus existiert auch 80 Jahre nach der Pogromnacht der Nationalsozialisten und 73 Jahre nach der Shoah. Konkret sind antisemitische Schmierereien, Pöbeleien und Übergriffe, Schändungen jüdischer Friedhöfe und Angriffe auf Synagogen in Deutschland weiterhin präsent.

Vortrag von Florian Eisheuer (Amadeu Antonio Stiftung Berlin) und Gespräch mit Dieter Burgard (Beauftragt für jüdisches Leben und Antisemitismusfragen in Rheinland-Pfalz).

Veranstalter: AG Frieden und Buntes Trier

**Mittwoch 7.11., 20.00 Uhr**

**Tufa Kleiner Saal Wechselstraße  
kostenfrei**

**Florian Eisheuer, Dieter Burghard**

### Flucht & Asyl

#### Fluchtursachen kompakt II – Kulturelle Rucksäcke

2017 haben wir die sehr erfolgreiche Reihe „Fluchtursachen kompakt“ durchgeführt. Diese spannende und sehr gut besuchte Reihe findet hier ihre Fortführung. Diesmal werden aber nicht die politischen und wirtschaftlichen Rahmenbedingungen betrachtet, sondern der jeweilige kulturelle Hintergrund, den die Geflüchteten mit nach Deutschland bringen.

Denn jeder Mensch bringt seinen eigenen kulturellen Hintergrund mit und trägt dazu bei, dass wir in Deutschland eine vielfältige Gesellschaft formen. Um den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken, ist es notwendig, verschiedene Kulturen zu kennen und dadurch das gegenseitige Verständnis zu stärken. Dazu dient die Vortragsreihe „Kulturelle Rucksäcke“. An jeweils zwei Abenden werden die Kulturräume des Nahen Ostens und des Horns von Afrika genauer beleuchtet.

Die Veranstaltungen zum Nahen Osten behandeln das Thema Staaten ohne Bürger, wie auch die Thematiken Scharia, Familie und Autorität.

An den anderen zwei Abenden stehen die Kulturgeschichte Eritreas und Somalias im Mittelpunkt.

Die Reihe „Fluchtursachen kompakt“ ist eine Kooperation mit der Fridtjof-Nansen-Akademie für politische Bildung des Weiterbildungszentrums Ingelheim.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

##### **Dr. Florian Pfeil**

ist Politikwissenschaftler und Völkerrechtler. Seit 2009 ist er Direktor des Weiterbildungszentrums Ingelheim und Leiter der Fridtjof-Nansen-Akademie für politische Bildung.

##### Kulturelle Rucksäcke

#### Horn von Afrika I: Kultur und Gesellschaft in Somalia

**Kurs Nr. 182-10113**

**Donnerstag, 27.09., 19.00 – 21.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Dr. Flofrian Pfeil**

##### Kulturelle Rucksäcke

#### Horn von Afrika II: Kultur und Gesellschaft in Eritrea

**Kurs Nr. 182-10114**

**Donnerstag, 13.12., 19.00 – 21.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Dr. Flofrian Pfeil**

##### **Dr. Oliver M. Piecha**

ist Historiker und schreibt regelmäßig über den Nahen Osten in verschiedenen Tageszeitungen. Er ist Mitbegründer der seit über 20 Jahren tätigen deutsch-irakischen Hilfsorganisation WADI e.V.

##### Kulturelle Rucksäcke

#### Naher Osten I: Staaten ohne Bürger

**Kurs Nr. 182-10111**

**Donnerstag, 08.11., 19.00 – 21.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Dr. Oliver M. Piecha**

##### Kulturelle Rucksäcke

#### Naher Osten II: Scharia, Familie, Autorität

**Kurs Nr. 182-10112**

**Donnerstag, 15.11., 19.00 – 21.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Dr. Oliver M. Piecha**

### Abitur - auf dem Zweiten Bildungsweg

#### bei uns erhalten Sie:

- den SI-Abschluss
- das Fachabitur
- die allgemeine Hochschulreife

#### Staatliches Eifel-Kolleg

**Pestalozzistraße 25  
54673 NEUERBURG**

**FON: 06564 96730**

**FAX: - 9673 31**

#### nächste Starttermine

**August 2018**

**Februar 2019**



**eifel-kolleg.de**



## Forum rechtliche Vorsorge – Forum rechtliche 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 sollen befähigt werden, eine Betreuung oder eine 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?

Referenten:

**Kurs Nr. 182-10501**

**Mittwoch, 17.10., 18.00 – 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Peter Schuh (Jurist), Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### 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. 182-10502**

**Mittwoch, 24.10., 18.00 – 19.30 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafe**

**kostenfrei**

**Peter Schuh (Jurist), Dr. med. Franz-Josef Tentrup, Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### 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 orientieren? Wie läuft das Verfahren zur Bestellung eines rechtlichen Betreuers?

**Kurs Nr. 182-10503**

**Mittwoch, 07.11., 18.00 – 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### Wichtige Entscheidungen in der Gesundheits- und im Aufenthaltsbestimmungsrecht

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 (auch Bevollmächtigte) beim Betreuungsgericht Genehmigungen eingeholt werden müssen.

**Kurs Nr. 182-10506**

**Mittwoch, 14.11., 18.00 – 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### Die Vermögenssorge bei Vollmacht und rechtliche Betreuung

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

**Kurs Nr. 182-10507**

**Mittwoch, 21.11., 18.00 – 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Anna Linn (Rechtspflegerin), Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### Grundkurs Sozialrecht

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

**Kurs Nr. 182-10508**

**Mittwoch, 28.11., 18.00 – 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**Diese Veranstaltung ist kostenfrei.**

**Caroline Klases (SkF Trier), Günter Crames (SKM Trier)**

### 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



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



### Recht

#### Die neue Datenschutz-Grundverordnung

##### Folgen für Vereine?

Der Rechtsanwalt Patrick Nessler gilt als ausgewiesener Fachmann für Rechtsfragen in Vereinen. Bereits im Jahr 2016 hat er in der vhs Trier zahlreichen Vereinsvertretern/innen wertvolle Hinweise für die rechtliche Praxis in diesem Feld gegeben.

In diesem Vortrag spricht er zu der neuen Datenschutz-Grundverordnung und hier vor allem zu den Themen, die gerade Vereine im Ehrenamt betreffen. Eine Teilnahmebescheinigung mit Ausweisung der Kursgebühr wird an der Abendkasse ausgegeben.

**Kurs Nr. 182-10510**

**Dienstag, 23.10., 18.00 – 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**10,- EUR/Abendkasse**

**Patrick Nessler**

### Reise – Pilgern

#### Hoch-Zeit auf dem Jakobsweg

##### Ein multimedialer Vortrag

Was macht die Reise über den Jakobsweg so faszinierend? Was erwartet den Wanderer auf diesem historischen, gleichsam geheimnisvollen Weg? Wie ist es möglich, einfach zu leben und trotzdem glücklich und zufrieden zu sein? Der Weseler Dietmar Bunse pilgerte vor einigen Jahren als einfacher Pilger auf dem 800 Kilometer langen Jakobsweg und beantwortet die zuvor gestellten Fragen. In erfrischender Form erzählt er über seine Erlebnisse, Impressionen, Begegnungen mit Pilgern aus aller Welt, Entdeckungen und die Nähe zu Gott. Eindrucksvoll schildert Bunse nicht nur erlebte glückliche Momente, sondern geht auf seine emotionalen Wechselbäder während der Wanderung ein. Sowohl seine Wahrnehmungen von Fauna und Flora als auch spirituelle Intuitionen kommen nicht zu kurz. Ob der berühmte Weinbrunnen in Irache oder die Stempelstelle von María in Logroño, der multimediale Vortrag lässt keine Einzelheiten aus. Die ausgesuchten, wunderschönen Fotos wecken nicht nur Reiselust, sondern schüren auch die Lust aufs Wandern. Passagenweise wird Dietmar Bunse aus seinem bekannten Buch „Die Lust Weg-zu-laufen“ vorgelesen und zum Schluss noch ein bis zwei selbst komponierte Lieder auf seine Gitarre vortragen. Interessierte erhalten zudem wertvolle Tipps für ihre geplante Wanderung über den Jakobsweg.

**Kurs Nr. 182-10401**

**Mittwoch, 24.10., 19.00 – 20.30 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**5,- EUR**

**Dietmar Bunse**

### Theologisches Quartett Trier

#### Karl Marx zum 200. Geburtstag.

##### Seine Kapitalismuskritik zu studieren lohnt

Die „Anatomie des Kapitalismus“ von Karl Marx hat die Welt verändert. Gerechte Entlohnung, wettbewerbsschädliche Konzentration, erlahmende Innovationsdynamik, Finanzmarktkrisen und Umweltbelastung sind auch heute noch aktuelle Herausforderungen. Allein deshalb lohnt es sich, Marx zu studieren. Davor steht die Aufgabe, ihn als missbrauchten Säulenheiligen zur Rechtfertigung sozialistischer Herrschaft zu demontieren. Am Ende des Vortrags steht die These: Der von Marx vorhergesagte Zusammenbruch ist bisher ausgeblieben, auch weil mit politisch gestaltenden Reaktionen auf seine fundamentale Kritik reagiert worden ist.

Prof. Dr. Hickel ist Wirtschaftswissenschaftler und Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Alternative Wirtschaftspolitik.

**Kurs Nr. 182-11200**

**Sonntag, 21.10., 11.00 – 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**6,- EUR**

**Rudolf Hickel**

#### Ist Gott noch zu retten?

An Versuchen hat es nicht gefehlt: Um Gott zu retten, haben Fromme Darwins Evolutionstheorie verworfen, Kirchenmänner die reine Lehre bewacht, Fanatiker zur Waffe gegriffen. Gewachsen sind eher die Zweifel. Unser Selbst- und Weltverständnis hat sich gewandelt. Die „Wissenschaften vom Werden“, Selbstorganisation und Synergie haben den Glauben an eine Schöpfungsordnung abgelöst. Quantenphysik und Hirnforschung lehren uns ein anderes Verständnis von Wirklichkeit. Materie ist nicht aus Materie zusammengesetzt, im Gehirn gibt es keinen lokalisierbaren Ort für „Gott“. Ist Gott kein Gegenüber seiner Schöpfung, sondern eingewebt als vorwärtstreibende Kraft?

Detlef Hein ist Ev. Pfarrer i. R., Dipl. Päd., Ehe- und Lebensberater..

**Kurs Nr. 182-11201**

**Sonntag, 18.11., 11.00 – 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**6,- EUR**

**Detlef Hein**

#### Ohne Waffen

##### Zivil gegen Krieg und Gewalt

Die USA und Nordkorea bedrohen sich gegenseitig mit Atomwaffen. In Osteuropa, China und vielen anderen Ländern wird aufgerüstet. Das Vertrauen in die Macht der Waffen droht, die Welt in den Abgrund zu stürzen. Neuen Untersuchungen zufolge ist ziviler Widerstand doppelt so oft erfolgreich wie gewaltsamer. Ein Sonderfall ist die sogenannte Soziale Verteidigung: der gewaltfreie Widerstand gegen militärische Angriffe und Putsch. Im Vortrag sollen die Grundgedanken gewaltfreien Handelns vorgestellt und seine Erfolge an verschiedenen Vorgehensweisen beschrieben werden.

Dr. Christine Schweitzer arbeitet beim Bund für Soziale Verteidigung und beim Institut für Friedensarbeit und gewaltfreie Konfliktaustragung.

**Kurs Nr. 182-11202**

**Sonntag, 09.12., 11.00 – 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**6,- EUR**

**Christine Schweitzer**

#### Islam in der Krise

##### Eine Weltreligion zwischen Radikalisierung und stillem Rückzug

Der Islam scheint selbstbewusst zu expandieren. Doch das Gegenteil ist der Fall: Das gegenwärtige Szenario ist Symptom einer weltweiten tiefen Krise des Islam. Michael Blume verweist auf massive Säkularisierungsprozesse in der islamischen Welt und benennt, was die einstige Hochkultur in Krisen und Kriege stürzen ließ.

Dr. Michael Blume studierte Religions- und Politikwissenschaft in Tübingen. Seit 2003 arbeitet er im Staatsministerium Baden Württemberg und hat seit 2018 das Amt des Beauftragten gegen den Antisemitismus inne.

**Kurs Nr. 182-11203**

**Sonntag, 13.01., 11.00 – 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**6,- EUR**

**Michael Blume**

Auch am **17. Februar 2019** soll ein Theologisches Quartett in der vhs stattfinden. Zum Redaktionsschluss stand der Titel der Veranstaltung noch nicht fest. Bitte beachten Sie die Tagespresse oder die Homepage der vhs: [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)

#### Nachhaltige Entwicklung

##### Ethisches Prinzip oder politische Strategie

Der Mensch greift durch sein Handeln in die Natur ein. Er schafft dabei Risiken, die das menschliche Leben auf dem Planeten grundlegend verändern und das Überleben selbst gefährden können. Das Konzept der Nachhaltigkeit analysiert diese Entwicklungen und fragt nach den ethischen Grundlagen nachhaltiger Politik. Politisch sind konkrete Nachhaltigkeitsstrategien auf kommunaler, Landes- und Bundesebene formuliert worden. Sie machen es notwendig, neue politische Verantwortung zu übernehmen. Wie stehen persönliches Handeln, gesellschaftliche Verhältnisse und eine Politik der Nachhaltigkeit zueinander? Dieser Frage soll systematisch und anhand konkreter Beispiele nachgegangen werden.

Dr. Albert Statz ist Politologe. Von 2008-2014 war er Mitglied des Beirates für nachhaltige Entwicklung Brandenburg.

**Kurs Nr. 182-11205**

**Sonntag, 17.03., 11.00 – 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**6,- EUR**

**Dr. Albert Statz**



## Karl-Marx-Jahr

### Hegel und Marx – Vortragsreihe im Rahmen der Fachtagung „Der junge Marx – Zwischen Philosophie, Journalismus und Kritik der politischen Ökonomie“

#### Der junge Marx – Zwischen Philosophie, Journalismus und Kritik der politischen Ökonomie

In einer zweitägigen Vortragsreihe bietet die Volkshochschule in Kooperation mit der Universität Trier (Fachbereich I: Philosophie, Kant-Forschungsstelle, apl. Prof. Dr. Dieter Hüning) renommierte Wissenschaftler aus Belgien, Spanien und Deutschland auf. Unter der Überschrift „Der junge Marx – Zwischen Philosophie, Journalismus und Kritik der politischen Ökonomie“ behandeln vier Vortragsblöcke die Schwerpunkte

#### I. Hegel und Marx

#### II. Der Übergang vom Junghegelianismus zur Kritik der politischen Ökonomie

#### III. Die Deutsche Ideologie und IV. Der junge Marx und die Folgen

Die Teilnahme an allen Blöcken ist kostenfrei. Eine Anmeldung zu einzelnen Blöcken ist erforderlich.

Die gesamte Reihe wird unterstützt durch die Landeszentrale für politische Bildung Rheinland-Pfalz und durch die Karl Marx 2018 – Ausstellungsgesellschaft mbH Trier.

#### I. Hegel und Marx

9.15–10.15: Dr. Stefan Klingner (Göttingen): **Die Langeweile des Philosophen. Der junge Marx und die idealistische Naturphilosophie**

10.15–11.15: Dr. Maxi Berger (Oldenburg): **Knechtschaft und Kapitalismus. Zur Kritik der Hegelschen Philosophie durch Marx**

11.45–12.45: Dr. Franz Hespe (Marburg): **Wirklichkeits-Metaphysik als Hegelkritik. Marxens Kritik des Hegelschen Staatsrechts**

**Block I.: Kurs Nr. 182-11111**  
Freitag, 12.10., 9.00 – 12.45 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei

#### II. Der Übergang vom Junghegelianismus zur Kritik der politischen Ökonomie

14.30–15.30 Dr. Henny Blomme (Löwen): **Marx als Trierer Korrespondent der Rheinischen Zeitung.**

15.30–16.30 Prof. Dr. Oscar Cubo (Valencia): **Die Menschenrechte beim jungen Marx**  
17.00–18.00 apl. Prof. Dr. Dieter Hüning (Trier): **Politische versus menschliche Emanzipation in Marx' Schrift Zur Judenfrage.**

18.00–19.00 Prof. Dr. Michael Städtler (Wuppertal):

**'Entfremdung und Kritik'. Die Ökonomisch-philosophischen Manuskripte und ihr Verhältnis zur Gesellschaftstheorie**

**Block II.: Kurs Nr. 182-11112**  
Freitag, 12.10., 14.30 – 19.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei

#### III. Der junge Marx – Die Deutsche Ideologie

10.00–11.00 Prof. Dr. Manfred Baum (Wuppertal):

**Zur Entstehung der Deutschen Ideologie**

11.30–12.30 PD Dr. Gideon Stiening (München): **„[D]ie ganze alte Scheiße“. Marx Feuerbach-Kritik in der Heiligen Familie**

**Block III.: Kurs Nr. 182-11113**  
Samstag, 13.10., 10.00 – 12.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei

#### IV. Der junge Marx und die Folgen

12.30–13.30 PD Dr. Maja Soboleva (Marburg): **Die Marxschen Frühschriften und das philosophische Tauwetter in der UdSSR.**

**Block IV.: Kurs Nr. 182-11114**  
Samstag, 13.10., 12.30 – 13.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei

## China heute

Die Vortragsreihe „China heute“ wird gemeinsam veranstaltet von der Deutsch-Chinesischen Gesellschaft Trier e.V., dem Konfuzius-Institut der Universität Trier, dem Fach Sinologie der Universität Trier und der vhs Trier.

### Von Marx zu Mao: Die Siniisierung des Marxismus

Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10101  
Dienstag, 13.11., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Jana Rosker

### Marx und China – Ein beiderseitiges Missverständnis?

Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10102  
Dienstag, 20.11., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Dr. Gerd Koenen

### Was ist 'neu' an der 'neuen Ära' unter Partei- und Staatschef Xi Jinping?

Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10103  
Dienstag, 27.11., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Dr. Kristin Shi-Kupfer

### Wie kapitalistisch ist China 40 Jahre nach Beginn der Wirtschaftsreformen?

Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10104  
Dienstag, 15.01., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Doris Fischer

### Regieren im 21. Jahrhundert

Wie die kommunistische Partei Chinas neue Maßstäbe setzen will  
Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10105  
Dienstag, 22.01., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Dr. Matthias Stepan

### Lokale Regierungsführung und Legitimität in China

Vortrag und Diskussion

Kurs Nr. 182-10106  
Dienstag, 29.01., 19.30 – 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Anja Senz



## Psychologie & Lebenshilfe

### „Heile dein Inneres Kind“

#### Tagesseminar

Im Alltag agieren wir oft nicht als der Erwachsene, der wir sind. Vielmehr kommt sehr häufig unser inneres Kind, das einst tief verletzt wurde, zum Ausdruck. Durch Reflexion, Meditation, Gestalt- und Aufstellungsarbeit ist es möglich, Kontakt zu diesem inneren Kind aufzunehmen, um alte Verletzungen und Glaubensmuster anzuschauen. In einem zweiten Schritt lernen wir unsere Talente und Ressourcen erkennen und wie wir das Erwachsenen-Ich stärken können. Zuletzt wenden wir alte Glaubensmuster in eine neue, positive und starke Vision für jeden Teilnehmer/innen für die Zukunft, um dadurch eine Heilung des Inneren Kindes zu bewirken. Anne-Marie Seekings ist Psychologische Beraterin und Hypnosecoach und Transformationscoach

**Kurs Nr. 182-10702**

**Samstag, 09.02., 9.30 – 17.30 Uhr**

**Domfreihof, Sternstraße**

**65,- EUR**

**Anne-Marie Seekings**

### Gib jedem Tag die Chance

der schönste deines Lebens zu werden

Balance im Privatleben, in der Partnerschaft, im Berufsleben, auf gesundheitlicher Ebene – jeder wünscht sich das! Dieser vierteilige Kurs zeigt Ihnen, wie Sie zurück finden aus der Ohn(e)-macht in die Macht – die Macht ihr Leben frei und glücklich, nach ihren Wünschen, selbst zu gestalten.

**Kurs Nr. 182-10705**

**06.09./27.09./18.10./08.11.2018**

**von 19.30 – 21.00 Uhr, 4 Termine**

**Domfreihof, Sternstraße**

**60,- EUR**

**Kornelia Mertes**

### Selbsteilungskräfte wecken

für mehr körperliche und geistige Gesundheit

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

*Kornelia Mertes ist Entspannungs- und Transformationstrainerin*

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

**Kurs Nr. 182-10706**

**Samstag, 17.11., 13.00 – 17.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule,**

**Verwaltungsgebäude, Raum V4**

**45,- EUR**

**Kornelia Mertes**

### „The Work“ – lieben was ist!

Wir leiden nur dann, wenn unser Verstand und unsere Gefühlswelt nicht klar und selbstbestimmt sind. Die Unklarheit erschaffen wir mit unseren Gedanken. Wenn wir diese Gedanken mit „The Work“ überprüfen, können wir erfüllten Frieden und Freiheit finden. Unser Leben wird entspannter und gleichzeitig spannender.

**Kurs Nr. 182-10707**

**Samstag, 12.01., 13.00 – 17.00 Uhr**

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

**45,- EUR**

**Kornelia Mertes**

### Entspannungstag

Die Seele baumeln lassen

Leichte, entspannende Yoga Übungen, wunderbare Phantasiereisen und Meditationen, verblüffendes Kundalini uvm. – in erholsamer Atmosphäre, führen uns durch diesen wunderbaren Tag.

*Bitte mitbringen: bequeme Kleidung. Essen und Getränke können mitgebracht oder bestellt werden.*

**Kurs Nr. 182-10708**

**Samstag, 02.02., 10.00 – 17.00 Uhr**

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

**75,- EUR**

**Kornelia Mertes**

### A single day for SINGLES

Ein Erlebnis- und Begegnungstag

Single werden ist nicht schwer, Single sein dagegen sehr! Lust und Frust – das Leben ohne festen Partner kann beides sein.

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

*Gemeinsames Mittagessen ist geplant.*

**Kurs Nr. 182-10710**

**Sonntag, 16.12., 9.00 – 18.00 Uhr**

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

**50,- EUR**

**Stefan Hartmann, Dipl. Psych.**

### Die Kunst des Sich-Wehren-Könnens

#### Wochenendseminar

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

Durch Impulsvorträge und viele praktische Übungen werden wir die Fähigkeiten und Kräfte herausarbeiten, die das eigene Ich stärken, die es überhaupt möglich machen, Nein zu sagen, Grenzen zu setzen und damit einem selbstbewußten Lebensstil etwas näher zu kommen. Eine Vorbesprechung zum Wochenendkurs klärt weitere Fragen. Ein gemeinsamer Brunch wird bei der Vorbesprechung geplant.

**Kurs Nr. 182-10711**

**Montag, 26.11., 19.30 – 20.30 Uhr,**

**Vorbesprechung**

**Samstag, 01.12., 9.00 – 18.00 Uhr**

**Sonntag, 02.12., 9.00 – 13.00 Uhr**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**90,- EUR**

**Stefan Hartmann, Dipl. Psych.**

### „Loslassen“

#### Tagesseminar

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

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

*Bitte Tagesverpflegung und Socken mitbringen!*

**1. Kurs Nr. 182-10720**

**Samstag, 15.09., 9.30 – 17.00 Uhr**

**Seminarhaus Lebensquelle,  
Benediktinerstr. 88, 54292 Trier**

**95,- EUR**

**Maria Helene Yamaisha Kopp**

**2. Kurs Nr. 182-10721**

**Samstag, 10.11., 9.30 – 17.00 Uhr**

**3. Kurs Nr. 182-10722**

**Samstag, 12.01., 9.30 – 17.00 Uhr**



## Psychologie & Lebenshilfe

### Selbstverantwortung

#### Tagesseminar

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

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

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

*Bitte Tagesverpflegung, Schreibutensilien und Socken mitbringen!*

#### 1. Kurs Nr. 182-10723

**Samstag, 20.10., 9.30 – 17.00 Uhr**

**Seminarhaus Lebensquelle,  
Benediktinerstr. 88, 54292 Trier**

**95,- EUR**

**Maria Helene Yamaisha Kopp**

#### 2. Kurs Nr. 182-10724

**Samstag, 15.12., 9.30 – 17.00 Uhr**

#### 3. Kurs Nr. 182-10725

**Dienstag, 12.02., 9.30 – 17.00 Uhr**

## Nachhaltigkeit – Umwelt

### Weihnachten ohne Konsumstress

#### Gute Ideen für Feiertage ohne Kaufrausch und Müll

Gegen Ende jeden Jahres sinken wir in einen großen Konsumrausch. Alle guten Vorsätze à la „Dieses Jahr schenken wir uns mal nichts“ werden im Feuerwerk der goldenen Glitzerbotschaften der Werbung vergessen, wir kaufen und kaufen, stopfen unsere Kühlschränke und Vorratskammern voller Spezialitäten aus aller Welt und nach den Feiertagen sitzen wir ernüchtert und überfüllt auf einem Berg von Müll – Verpackungen, Geschenkpapier, Lebensmittelreste... Das geht auch anders! Die Referentin für nachhaltigen Konsum des Lokale Agenda 21 Trier e.V., Annette Fehrholz, berichtet von Nachhaltigkeits-Fallen und guten Ideen und hat ein paar praktische Tipps auf Lager, wie man mit weniger Konsumstress und Müll durch den Dezember kommt.

#### Kurs Nr. 182-11501

**Dienstag, 27.11., 18.00 – 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**5,- EUR,**

**Annette Fehrholz**

### Saatgutgewinnung im Hausgarten

#### Informationen zu Saatgut, Anbauplanung, Tipps und Techniken

„Saatgut selber machen, auch das noch?! Saatgut gibt es doch für kleines Geld in jedem Supermarkt...“ Die Saatgutgewinnung auf dem Balkon, im Hausgarten oder Gemeinschaftsgarten ist eine Möglichkeit, sich unabhängig zu machen von großen Saatgutkonzernen, traditionelle Sorten, die vom Aussterben bedroht sind, in den Gärten zu bewahren und eine optimale Anpassung an die Gegebenheiten vor Ort zu erreichen. Doch wie geht so etwas, wenn man nicht hauptberuflich Samengärtner ist? Annette Fehrholz gibt einführende Tipps und Hinweise zur Anbauplanung, Techniken und Organisation in einer Gruppe von GärtnerInnen. Traditionelle Gemüsesorten und Bauerngartenblumen werden vorgestellt – es gibt auch die Möglichkeit, Saatgut für die Saison 2019 zu erhalten.

*In Kooperation mit dem Projekt „Solidarische Saat“. Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.*

#### Kurs Nr. 182-11502

**Dienstag, 22.01., 18.00 – 20.15 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**10,- EUR**

**Annette Fehrholz**

### Lebendige Gärten gestalten

#### Gärtnerverein Flora & Grünflächenamt Trier

Vorgärten und Balkonpflanzungen spielen im Stadtgebiet von Trier eine große Rolle und übernehmen wichtige Funktionen im gestalterischen und ökologischen Gefüge des grünen Stadtraums. Jeder Vorgarten oder Balkon ist die Visitenkarte eines jeden Hauses, und zusammen sind alle Vorgärten auch das Aushängeschild unserer Stadt.

Neben zwei Fachvorträgen zum Thema naturnahe Garten- und Balkongestaltung von Annette Fehrholz, WeltUmbildung und einem Vertreter der DGGL findet die Preisverleihung des diesjährigen Gartenwettbewerbs „Triers schönster Vorgarten / schönster Balkon“ statt.

#### Kurs Nr. 182-11503

**Donnerstag, 11.10., 18.00 – 21.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

### 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 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.

#### Kurs Nr. 182-11506

**Samstag, 08.09., 20.30 – 22.30 Uhr**

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

**8,- EUR**

**Christoph Postler**



# Entscheiden ist einfach.

Wenn die Sparkasse verantwortungsvoll mit einem Kredit helfen kann.

S-Privatkredit

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse Trier**



# Kultur & Gestaltung

## Neue Erfahrungsräume mit Kultur und Kreativität

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



Fachbereichsleitung:  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**  
0651-718-1437  
manuela.zeilinger@trier.de

## Literatur

### AutorenForum Trier Schnuppervormittag

Sie wollen schauen, ob das AutorenForum Trier für sie die richtige Plattform für ihr literarisches Schaffen ist? Dann haben Sie hier die Gelegenheit, sich einen Eindruck von der Arbeit im AutorenForum zu verschaffen

**Kurs Nr. 182-20105**  
**Samstag, 22.09., 10.00 – 13.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 1**  
**kostenfrei**  
**Christine Reiter**

### AutorenForum Trier

Autorinnen und Autoren haben hier die Möglichkeit, eigene Texte vorzustellen, die dann von den Anwesenden in konstruktiver Weise besprochen werden. Die Textgattung spielt dabei keine Rolle. Zusätzlich vertiefen wir unser Wissen über literarische Gestaltungsmittel. Freiwillige Schreibaufgaben sind ebenfalls Teil des Konzeptes. Primäres Ziel ist es, die eigenen Fähigkeiten des literarischen Schreibens gemeinschaftlich weiterzuentwickeln.

Es gibt die Möglichkeit, ein Mal im Jahr eigene Texte in unserer Bücherreihe „Blickwinkel“ zu veröffentlichen. Die Sitzungen finden ein Mal im Monat jeweils an einem Samstagvormittag statt. *Alle Veranstaltung des Autorenforums finden in Kooperation mit dem Institut LeseKultur ([www.lese-kultur.com](http://www.lese-kultur.com)).*

**Kurs Nr. 182-20106**  
**Samstags, 10.00 – 13.00 Uhr**  
**22.09. bis 16.02., 6 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**80,- EUR**  
**Christine Reiter**

### Literaturkreis Trier

Was will uns der Autor oder die Autorin sagen? Dieser Frage wollen wir nachgehen, wenn wir gemeinsam kleine literarische Texte beziehungsweise Textausschnitte lesen, untersuchen und deuten. In der anschließenden Diskussion haben wir die Möglichkeit, unsere eigene Position darzulegen und neue Erkenntnisse zu gewinnen. Zusätzlich erfahren wir Näheres über das Leben und Wirken der Autorinnen und Autoren.

Der Literaturkreis Trier findet in der Regel am 3. Mittwoch im Monat statt. Die Teilnehmer/innen erhalten die literarischen Texte an den Abenden.

**Kurs Nr. 182-20107**  
**Mittwochs, 18.30 – 20.00 Uhr**  
**19.09. bis 20.02., 6 Termine**  
**Domfreihof, Lesecafe**  
**65,- EUR**  
**Christine Reiter**

### Autorenstammtisch Trier

Zu unserem Autorenstammtisch sind alle diejenigen eingeladen, die sich gern mit Gleichgesinnten Schreibern/innen austauschen wollen. Es kann über eigene Projekte erzählt werden, über persönliche Erfahrungen und eventuelle Schwierigkeiten beim Schreiben, über die eigene Schreibbiografie ... Wenn gewünscht, kann ein Abend auch einem bestimmten Thema gewidmet werden. Der Autorenstammtisch findet alle zwei Monate statt. Es werden keine Gebühren erhoben. Eine Anmeldung bis montags vor dem jeweiligen Termin bei der VHS Trier ist zwingend erforderlich!

**Kurs Nr. 182-20108**  
**Mi 26.09./28.11.2018/30.01.2019**  
**19.00 – 21.00 Uhr, 3 Termine**  
**Domfreihof, Lesecafe**  
**kostenfrei**  
**Christine Reiter**

### AutorenForum Trier Buchpräsentation

Teilnehmende des AutorenForums Trier lesen aus ihrem dritten Buch der Reihe „Blickwinkel“ zum Thema „Finden“. Im Anschluss an die Lesung gibt es bei einem kleinen Umtrunk die Gelegenheit zum Gespräch. Die Autorinnen und Autoren freuen sich auf ein großes Interesse und intensive Begegnungen mit den Gästen!  
*Anmeldeschluß: 19.11.2018*

**Kurs Nr. 182-20112**  
**Donnerstag, 22.11., 19.30 – 22.00 Uhr**  
**Domfreihof, Lesecafe**  
**kostenfrei**  
**Christine Reiter**

### Einen Platz im Leben finden: Angelika Klüssendorf und Marie NDiaye erzählen von Herkunft und Selbstbehauptung

#### Literatureseminar

Marie NDiaye, \*1967, Tochter einer Französin und eines Senegalesen, ist eine der erfolgreichsten Schriftstellerinnen Frankreichs. Ihr 2013 erschienener Roman *Ladivine* erzählt eine Familiengeschichte über drei Generationen. Im Mittelpunkt stehen Malinka, die sich in Ablehnung ihrer afrikanischen Abkunft Clarisse nennt, ihre Mutter Ladivine, zu der die Tochter den Kontakt abbricht, und ihre Tochter, der sie den Namen der verleugneten Mutter Ladivine gibt. Psychologisch einfühlsam und atmosphärisch sinnlich, fasziniert der Roman durch Elemente des magischen Realismus, in denen die verdrängte Vergangenheit der Figuren zum Ausdruck kommt.

Angelika Klüssendorf, \*1958, zweimal Shortlist-Kandidatin für den Deutschen Buchpreis, hat nun mit „Jahre später“ den letzten Teil ihrer stark autobiografisch gefärbten Trilogie um die Protagonistin April vorgelegt. Wie Clarisse hat sich auch April umbenannt, nach einem Song der Rock Band „Deep Purple“. Wie Clarisse wird auch April von ihrer Vergangenheit eingeholt. Die Traumata der Kinderjahre in einem von Alkohol und Gewalt geprägten Elternhaus und im Heim machen April das Leben und Lieben schwer. Die Ehe mit dem narzisstischen Ludwig, der Züge von Angelika Klüssendorfs Ex-Ehemann Frank Schirrmacher trägt, mündet in einen zermürbenden Scheidungskrieg. April aber findet zum Schreiben.

Angelika Klüssendorf, *Jahre später*. (Gebundene Ausgabe, Kiepenheuer & Witsch 2018)  
Marie NDiaye, *Ladivine*. (Taschenbuch, Suhrkamp 2014)

**Kurs Nr. 182-20101**  
**Dienstags, 10.20 – 11.50 Uhr**  
**11.09. bis 04.12., 10 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**80,- EUR**  
**Frauke Birtsch**



## Kunstgeschichte mit Dr. Michael Friedrich

### Kunst der Antike

Mit Athen und dem antiken Rom stehen im VHS-Kunstjahr 2018/19 zwei Metropolen der Antiken Welt und zwei Wiegen der europäischen Kultur auf dem Programm. Die große Herbst-Kunstreise in die Provence folgt ebenfalls den herausragenden Spuren der Antike rund um Arles und Nîmes und zeigt die tiefgreifende Globalisierung der römischen Welt. Zwölf Vorträge laden dazu ein, verschiedenste Aspekte der antiken Kunstgeschichte von der griechischen Klassik bis zur Kunst der Spätantike unter Konstantin I. und seinen Nachfolgern zu entdecken. Und die Stadtbildarchäologischen Führungen und Exkursionen konzentrieren sich auf das Leben im römischen Trier.

**Alle Vorträge mit Michael Friedrich**

### Athen – Metropole der griechischen Klassik

**Vortrag mit Diskussion**

Erleben Sie den Aufstieg Athens und das Goldene Zeitalter der Griechischen Stadtrepublik in herausragenden Kunstwerken aller Gattungen, die zum Kern des europäischen Kulturerbes zählen.

**Kurs Nr. 182-20200**

**Mittwoch, 26.09., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Alexander der Große und die Kunst seiner Zeit

Alexander der Große war nicht nur überaus erfolgreicher Feldherr: Als Motiv und Auftraggeber bedeutender Kunstwerke sowie als Gründer wichtiger Städte spielte er ebenfalls eine zentrale Rolle. Lernen Sie die berühmtesten Alexanderdarstellungen kennen und die Werke seiner Hofkünstler, zu denen bedeutende Bildhauer und Maler wie Lysipp, Apelles oder Zeuxis gehören.

**Kurs Nr. 182-20201**

**Mittwoch, 24.10., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Pergamon und die Zentren des Hellenismus

Die Residenzstadt der Könige von Pergamon in der heutigen Türkei war eines der Zentren der hellenistischen Kunstproduktion. Ihr großartiger Palast auf dem Burgberg barg einige der bedeutendsten Werke ihrer Zeit, von denen der berühmte Pergamonaltar in Berlin nur eines ist. Ähnlich glanzvoll hielten die übrigen Nachfolgedynastien Alexanders des Großen Hof – zum Beispiel die Ptolemäer in Ägypten oder die Familie Herodes des Großen im heutigen Israel und Palästina.

**Kurs Nr. 182-20202**

**Mittwoch, 14.11., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Die Kunst der kleinen Steine – griechische und römische Mosaik

Kaum eine Kunstform ist so sehr mit der griechisch-römischen Kultur verbunden wie die des Mosaiks. Lernen Sie in diesem Vortrag die großartigsten Beispiele vom Hellenismus bis in die Spätzeit kennen und ziehen Sie einen Vergleich zu den Mosaiken der Region Trier.

**Kurs Nr. 182-20203**

**Mittwoch, 12.12., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Römische Wandmalerei

Die konservierende Zerstörung Pompejis 79 n. Chr. hat dafür gesorgt, dass dort ein enormer Bestand an römischer Wandmalerei erhalten blieb. In vier aufeinander folgende Stile unterteilt, ist diese Pompejanische Wandmalerei zum Synonym der Wanddekoration in der römischen Wohnarchitektur geworden. Aber Wandmalerei dieser Art gab es überall im Reich – auch in Trier –, und das auch noch lange nach dem Untergang der Stadt am Vesuv. Dieser Vortrag gibt einen interessanten Überblick und zeigt die schönsten Werke.

**Kurs Nr. 182-20204**

**Mittwoch, 23.01., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Die Villa von Boscoreale

Die Villa Fannius in Boscoreale am Vesuv und ihre kleinere Schwester, die Villa des Agrippa Postumus in Boscotrecase, gehören zu den herausragenden Beispielen der römischen Freskenkunst der Kaiserzeit und sollen deshalb in einem eigenen Vortrag vorgestellt werden.

**Kurs Nr. 182-20205**

**Mittwoch, 13.02., 20.00 – 22.15 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR**

### Trier

#### Ein Tag in der römischen Stadt

**Exkursion**

Eine Tagesexkursion durch das antike Trier mit Innenbesichtigung aller Römerbauten außer der Basilika. Treffpunkt 8:30 Porta Nigra, Stadtaußenseite, Ende des Programms um 18:30 Uhr an der Römerbrücke. Bei 10 TN erhöht sich die Gebühr auf 60 EUR. Eintritte in Höhe von 18 EUR sind in der Gebühr enthalten.

**Kurs Nr. 182-20303**

**Samstag, 27.10., 8.30 – 18.00 Uhr  
Treffpunkt Porta Nigra  
42,- EUR  
Michael Friedrich**

### Trier

#### Kaiserresidenz und Bischofssitz

Eine zweite Tagesexkursion durch das antike Trier mit Schwerpunkt auf der konstantinischen Zeit. Treffpunkt 10 Uhr Eingang Landesmuseum, Weimarer Allee, Ende des Programms um 18:30 Uhr am Dom.

Bei 10 TN erhöht sich die Gebühr auf 60 EUR.

**Kurs Nr. 182-20304**

**Samstag, 23.02., 10.00 – 18.30 Uhr  
Treffpunkt Eingang Landesmuseum  
Weimarer Allee  
42,- EUR  
Michael Friedrich**

### Athen

#### Wiege der Klassik

**51/2 Tage Flugreise vom 26.04. bis 01.05.2019**

Erleben Sie Athen, die Wiege der klassischen Kunst und der europäischen Demokratie. Das Programm konzentriert sich – teilweise auch unter Leitung lokaler Führer/innen – auf die antiken Highlights wie die Akropolis und das Akropolismuseum, das Archäologische Nationalmuseum, die Agora oder den Kerameikos-Friedhof. Tagesausflüge führen nach Delphi, in die Königsstadt Mykene und zu dem Theater von Epidauros.

Der Preis stand bei Redaktionsschluss des Programmheftes noch nicht fest.

**Reiseveranstalter:**

**Pellinger Reisestudio, Härenwies 5,  
54331 Pellingen (Einzelfirma)  
begleitet von Michael Friedrich**

### Rom

#### Metropole der Antike

**5 Tage Flugreise vom 19.–23. Juni 2019**

Entdecken Sie in dieser Spezialreise das antike Rom, wie es vor 2000 Jahren gewirkt haben muss. Wir konzentrieren uns auf die einzigartigen Zeugnisse der römischen Kaiserzeit: Die Kaiserpaläste auf dem Palatin, das Forum Romanum, die großartigen antiken Skulpturen und Wandmalereien in den wunderschönen Kapitولينischen Museen und im römischen Nationalmuseum, das einzigartige Pantheon, das Hadriansmausoleum, die Ara Pacis und das Augustusmausoleum, das Kolosseum, den Konstantinsbogen und die Caracallathermen – und als Krönung die Hadriansvilla in Tivoli sowie die Domus Aurea des Nero in einer speziellen archäologischen Führung.

Der Preis stand bei Redaktionsschluss des Programmheftes noch nicht fest.

**Reiseveranstalter:**

**Pellinger Reisestudio, Härenwies 5,  
54331 Pellingen (Einzelfirma)  
begleitet von Michael Friedrich**



### Stadtführungen

#### Musikalische Stadtführung

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

**Kurs Nr. 182-20310**  
**Sonntag, 16.09., 15.00 – 17.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Porta Nigra Stadtseite 10, – EUR**  
**Anja Geishecker / Michael Pizzardini**

#### Nells Ländchen zu Karl Marx Zeiten

##### Ein Spaziergang mit Gesang

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

**Kurs Nr. 182-20315**  
**Sonntag, 12.08., 17.00 – 19.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Bushaltestelle Nells Park 12, – EUR**  
**Kathrin Baumeister / Anja Geishecker**  
**Kurs Nr. 182-20316**  
**Sonntag, 09.09., 15.00 – 17.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Bushaltestelle Nells Park 12, – EUR**  
**Kathrin Baumeister / Anja Geishecker**

### Geschichte für Kinder

#### Spielend das Alte Rom kennen lernen

##### Für Kinder der 3. und 4. Klasse

Gerade in Trier, wo die Porta Nigra, das Amphitheater und die Kaiserthermen täglich an das Antike Rom erinnern, sind auch Kinder mit dem Erbe dieser alten Kultur in Kontakt. In dem Kurs sollen Kinder von 8 bis 10 Jahren spielerisch das Antike Rom kennen lernen, um so auch einen neuen Zugang zu der ihnen bekannten Umgebung zu gewinnen.  
Umlage für Spiel- und Bastelmaterial ist in der Kursgebühr enthalten  
*Anmeldeschluß: 28.09.2018*

**Kurs Nr. 182-10119**  
**Montags, 9.00 – 12.00 Uhr**  
**08.10. bis 10.10., 3 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**41,50 EUR**  
**Marlene Roth**



### Studienfahrten

#### Kunst- und LiteraTOUR: Unbekannter Nachbar Belgien

##### Von Bildhauern, Mönchen und Kreuzrittern

Die Marienwallfahrtskirche von Avioth ist ein spätgotisches Wunderwerk; ihre figurenreichen Portale, der lichte Innenraum mit den gut erhaltenen Fresken und die filigrane Kapelle, die den Kunsthistorikern Rätsel aufgibt, machen den Besuch zu einem besonderen Erlebnis. In der landschaftlich wunderschön gelegenen Abtei Notre-Dame von Orval erzählen malerische Ruinen von der Blütezeit des 1132 gegründeten Zisterzienserklosters, das Museum und der Heilpflanzengarten lassen die Welt des Hochmittelalters lebendig werden. Die Trappistenmönche, die heute im „Val d'Or“, im grünen Goldenen Tal leben, pflegen alte Traditionen des Ordens. So brauen sie das berühmte Trappistenbier und stellen nach herkömmlicher Art den beliebten Trappistenkäse her.

Die im 11. Jahrhundert erbaute Burg von Bouillon wacht auf einem Felssporn über die Stadt. Victor Hugo zeichnete die Festung, der Ausblick hinunter auf Bouillon und die Flussschleife der Semois ist eindrucksvoll. Im Archéoscope Godefroy de Bouillon begleiten wir in einer spektakulären Ausstellung Gottfried von Bouillon auf dem ersten Kreuzzug nach Jerusalem.

Tagesausflug mit Frauke Birtsch **am Samstag, 22.09. ab 8.00 Uhr bis etwa 20 Uhr** in Kooperation mit dem Musikkreis Kulturreisen Fahrt, Eintritte und Führungen: 79,- EUR Veranstalter und Anmeldung nur beim Musikkreis Kulturreisen unter Tel.: 06532-2731 Abfahrtsort: HBF, Bussteig 7

#### Kunstreise Niederlande

##### Busreise vom 03.–06.10.2018

Eine kurze spannende Herbstreise zu neuen und aktuellen Kunst-Highlights zwischen Den Haag, Amsterdam und Otterloo.

Auf dem Programm stehen:

- zeitgenössische Kunst im erst 2016 eröffneten, Museum Voorlinden bei Den Haag
- das neu gestaltete Mauritius Den Haag mit dem „Mädchen mit dem Perlenohrring“
- eines der wenigen erhaltenen Monumentalpanoramen Europas
- die klassizistischen Schätze der Zaren in einer spektakulären Ausstellung der Eremitage in Amsterdam
- das neu gestaltete Rijksmuseum Amsterdam, mit Meisterwerken Rembrandts und seiner Zeitgenossen
- das ebenfalls neu gestaltete Van-Gogh-Museum in einem entspannenden Abendbesuch
- ein Spaziergang durch Amsterdam
- Sonderführung durch Huis Doorn, das Exil Kaiser Wilhelms II.
- die zweitgrößte Van-Gogh-Sammlung.

##### Reiseveranstalter:

**Pellinger Reisestudio, Härenwies 5, 54331 Pellingen (Einzelfirma), Tel. 06588 – 9 10 48 84**

Preis: EUR 625,- pro Person im DZ, EZ-Aufpreis 96,- EUR für 3 Nächte

Es gelten die Reisebedingungen des Reiseveranstalters. Anzahlung: 30 % nach verbindlicher Anmeldung, Restzahlung: bis 6 Wochen vor Reisebeginn. Anmeldung persönlich oder telefonisch bei der vhs.

#### Kunstwochenende Frankfurt

##### 2 Tage Ausstellungsfahrt 26./27.01.2019

Fast schon Tradition ist unsere Jahres-Auftaktfahrt zu interessanten aktuellen Ausstellungen in Frankfurt. In diesem Jahr auf dem Programm: „Lotte Laserstein“ – eine unbedingt entdeckenswerte Malerin der Weimarer Republik im Staedel Museum

„Medeas Liebe – Die Jagd nach dem Goldenen Vlies“ mit antiken Darstellungen des Mythos um Jason und die Argonauten und noch nie in Westeuropa gezeigten Goldschätzen des Georgischen Nationalmuseums im Liebighaus „Wildnis“ – unter diesem Ausstellungstitel widmet sich die Kunsthalle Schirn dem Phänomen der Wildnis in der Kunst von 1900 bis in die Gegenwart – klingt spannend.

Außerdem schauen wir uns die Meisterwerke der antiken Plastik in der ständigen Sammlung des Liebighauses an und erkunden das viel gelobte neue Historische Museum Frankfurt im Herzen der Altstadt. Und natürlich machen wir uns unser eigenes Bild von der neuen Altstadt zwischen Dom und Römer.

Der Preis stand bei Redaktionsschluss des Programmheftes noch nicht fest.

##### Reiseveranstalter:

**Pellinger Reisestudio, Härenwies 5, 54331 Pellingen (Einzelfirma)**

### Theater

#### Spökes Theatergruppe

Spökes, die vhs Theatergruppe, sucht neue Mitspieler. Unser letztes Theaterstück war Dr. Wunder. Möchtest du Spaß und Freude beim Schauspieltraining erleben? Unsere nächsten Aufführungen sind nach Fasching 2019. Willst auch du dabei sein?

**Kurs Nr. 182-20125**  
**Montags, 20.15 – 21.30 Uhr**  
**10.09. bis 14.01., 15 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Verwaltungsgebäude, Raum V4 50, – EUR**  
**Leandra Chytra**



## 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.

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. 182-20120**

**Samstag, 27.10., 10.00 – 17.00 Uhr**

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

**Susanne Lechler**

### Gestaltendes Textsprechen

Gestaltendes Textsprechen ist ein Weg der Resonanz. Wir erforschen die komplexe Wirklichkeit ausgewählter literarischer Texte, gleichzeitig erleben wir durch sie unsere eigene innere Welt und ihre Schöpfungen. In diesem Seminar erfahren wir, wie unser Sprachsinn arbeitet, wie Worte klingen und sich anfühlen und wie Verstand, Gefühl und Vorstellung sie bewegen von Augenblick zu Augenblick. Wir kommunizieren die Worte des Dichters, bzw. der Dichterin, arbeiten an unserer Gestaltungsfähigkeit und denken über sinnentsprechende Präsentationsformen nach. Ausdruck, Atem-, Stimm- und Sprachenergie werden freier in diesem Prozess, wir erreichen mit der Zeit größere Sicherheit und Präsenz: im künstlerisch-gestaltenden Ausdruck und vor einem Publikum.

Begleitende Übungsarbeit in den Bereichen Atem, Körper, Stimme, Aussprache. Kursmaterialien stehen zur Verfügung.

**Kurs Nr. 182-20121**

**Samstag, 23.02., 10.00 – 17.00 Uhr**

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

**Susanne Lechler**

### Redenschreiben

Weihnachtsfeier, ein runder Geburtstag oder eine Hochzeit – das sind die Termine für eine richtig gute Rede. Doch wo beginnen und wie weiter schreiben?! Erlernen Sie die Grundlagen einer guten Rede und Sie werden sehen, wie einfach es ist, ein erfolgreicher Redner zu sein! Kursmaterialien stehen zur Verfügung.

**Kurs Nr. 182-20122**

**Dienstags, 18.30 – 20.30 Uhr**

**16.10. bis 30.10., 3 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**35,- EUR**

**Denise Christ**

### Präsentations- und Rhetoriktraining

Auftritte vor mehreren Personen sorgen bei Ihnen für Muffensausen? Bei Präsentationen fühlen Sie sich unsicher? Sie finden nicht immer die richtigen Worte? Sie haben viel zu sagen, doch man hört Ihnen nicht immer zu?

Wie Sie Ihre Präsentationsfähigkeiten verbessern und mit Rhetorik und Präsenz überzeugen, lernen Sie in diesem Tagesseminar. Sie erlernen professionelle Sprechtechniken sowie die richtige innere Einstellung für einen gelungenen Auftritt – ganz ohne PowerPoint.

– Schulen Sie Ihre Artikulation, Ihre Atmung, Ihre Körpersprache und Ihre Begeisterungsfähigkeit mit Techniken aus dem Improvisationstheater.

– Verbessern Sie Ihre Wirkung auf andere und legen Sie mit Hilfe von Videofeedback ungünstige Angewohnheiten ab.

– Erlernen Sie rhetorische Kniffe und entdecken die Wirkung sprachlicher Bilder, die Ihre psychologische Überzeugungskraft erhöhen. Trauen Sie sich! Nach diesen acht Stunden Präsentations- und Rhetoriktraining kommen Sie garantiert besser rüber!

*Achtung: Anmeldefrist Freitag, 23.11.18  
max. 12 Teilnehmer/innen*

**Kurs Nr. 182-20221**

**Samstag, 01.12., 9.00 – 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**154,- EUR**

**Alexander Capitain**

## Bridge

### Für Anfänger/innen

Im Kurs lernen Sie schrittweise die Strategien und Techniken kennen.

**Kurs Nr. 182-20001**

**Dienstags, 17.00 – 18.30 Uhr**

**16.10. bis 18.12., 10 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**66,- EUR**

**Antje Helmhold**

### Für Fortgeschrittene

Wir frischen auf, was Sie vielleicht nicht mehr parat haben und Tipps und Tricks

**Kurs Nr. 182-20002**

**Dienstags, 17.00 – 18.30 Uhr**

**08.01. bis 19.03., 10 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**66,- EUR**

**Antje Helmhold**

## Nähkurse

Die TeilnehmerInnen erlernen verschiedene Fertigkeiten im Nähen.

### Kreatives Nähen ohne Vorkenntnisse

Der Kurs ist für Erwachsene und Jugendliche geeignet, er vermittelt Grundkenntnisse im Nähen und Zuschneiden und ermöglicht das Anfertigen von einfachen Teilen (Tischdecken, Servietten u.ä.). Darüber, was wir zum Nähen brauchen, werden wir am ersten Kursabend sprechen. Verwendet werden vorerst nur Baumwollstoffe. Die Funktionen der Nähmaschine und die Handhabung der erforderlichen Nähutensilien werden erklärt. Der Kurs vermittelt einfache Nähkniffe. *Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 182-21400**

**1. Montags, 18.15 – 20.45 Uhr**

**03.09. bis 12.11., 9 Termine**

**BBS – EHS – Nähen –**

**89,- EUR; Inna Sabirova**

**2. Kurs Nr. 182-21401**

**Mittwochs, 15.30 – 18.00 Uhr**

**05.09. bis 14.11., 9 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**3. Kurs Nr. 182-21402**

**Donnerstags, 18.15 – 20.45 Uhr**

**06.12. bis 21.02., 9 Termine**

**BBS – EHS – Nähen –**

### Kreatives Nähen

#### Taschen nach individuellem Entwurf

Sie brauchen eine neue Tasche? Hier haben Sie die Gelegenheit. Wir nähen Taschen aus Jeans, Leinen oder Baumwolle. Sie können 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. 182-21403**

**Donnerstags, 18.15 – 20.45 Uhr**

**06.09. bis 29.11., 10 Termine**

**BBS – EHS – Nähen**

**98,- EUR; Inna Sabirova**

### Kreatives Nähen

#### Ein Rock nach Maß

#### Vorkenntnisse im Nähen erforderlich

Erstellen eines Schnittes nach eigenen Maßen. Ziel ist es, nach den eigenen Körpermaßen einen Rock zu fertigen. Die Stadien des Maßnehmens, der Umsetzung in einen Rockschnitt, des Zuschneidens und des Nähens werden begleitet und erklärt. Variationen des Rockschnittes werden gezeigt. Auf näh- und schnitttechnische Fragen wird intensiv und individuell eingegangen. *Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 182-21404**

**Montags, 19.11. bis 18.02.,**

**18.15 – 20.45 Uhr**

**BBS – EHS – Nähen**

**115,- EUR**

**Inna Sabirova**



## Nähkurse

### Kreatives Nähen eine Hose nach Maß

#### Vorkenntnisse im Nähen erforderlich

Ziel des Kurses ist eine maßgeschneiderte Hose zu fertigen. Wir nehmen Maß und zeichnen den passenden Hosenschnitt, lernen Stoff zuschneiden und mögliche Änderungen nach der ersten Anprobe vorzunehmen, einen Reißverschluss einzunähen und den Bund oder Besatz anzufertigen. Auf näh- und schnitttechnische Fragen wird individuell eingegangen.

*Dieser Kurs ist für Anfänger nicht geeignet. Bitte ab dem 3. Termin eine tragbare Nähmaschine mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-21405**

**Mittwochs, 18.15 – 20.45 Uhr  
21.11. bis 20.02., 12 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
115,- 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 anpassen. *Kenntnisse Ihrer Nähmaschine werden vorausgesetzt. Der Kurs ist für Anfänger nicht geeignet. Bitte eine tragbare Nähmaschine mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-21406**

**Mittwochs, 18.15 – 20.45 Uhr  
05.09. bis 14.11., 9 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
89,- EUR**

**Inna Sabirova**

### Kreatives Nähen

Sie haben einen Stoff und möchten daraus Ihr Lieblingsstück nähen? Kleid, Rock, aber auch pfiffige Accessoires oder Dekorationsutensilien, geben Sie Ihren Ideen Raum! Sie werden auch angeleitet und unterstützt beim Ändern, Kürzen oder ein Kleidungsstück an Ihre Körperform anpassen. *Der Kurs ist für Fortgeschrittene und Anfänger mit Kenntnissen ihrer Nähmaschine geeignet. Bitte eine tragbare Nähmaschine mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-21407**

**Mittwochs, 15.30 – 18.00 Uhr  
21.11. bis 20.02., 12 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
115,- EUR**

**Inna Sabirova**

### Lerne Deine Nähmaschine kennen! Einsteiger-Kurs

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

*Die Teilnahme an diesem Kurs ist für Näheinsteiger und Nähanfänger geeignet, auch für Kinder ab 12 Jahre*

*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. 182-21410**

**Montags, 17.00 – 18.30 Uhr  
03.09. bis 22.10., 6 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
50,- 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 zu Recht. In dem Kurs lernen Sie in kreativer Atmosphäre, wie Sie die einfachen Teile zuschneiden und nähen.

*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. 182-21411**

**Dienstags, 17.00 – 18.30 Uhr  
23.10. bis 27.11., 6 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
50,- EUR**

**Anna Isaeva**

### Freundinnen-Samstag- Nähkurs

**kommunikativ und kreativ  
jeden 1. Samstag im Monat!**

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 mit einfachen Projekten beginnen, beispielsweise mit Kissenhüllen, Tischdecken oder einfachen Röcken.

Sie lernen im Kurs unter anderem:

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

*Die Teilnahme an diesem Kurs ist auch für Näheinsteiger 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 an Ihre Nähmaschine,*

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

**1. Kurs Nr. 182-21412  
Sa 06.10./03.11./01.12./05.01./02.02.  
von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
68,- EUR**

**Anna Isaeva**

**2. Kurs Nr. 182-21413  
Sa 15.09./20.20./17.11./15.12./19.01.  
von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine**

# Nusia

- Design • UNIKATE
- individuelle Anfertigung
- Stoffverkauf

*Beim Stoffverkauf 20% Ermäßigung  
für Studenten, Schüler und VHS-Nähkurs Teilnehmer*

## cotton press

TEXTILDRUCK

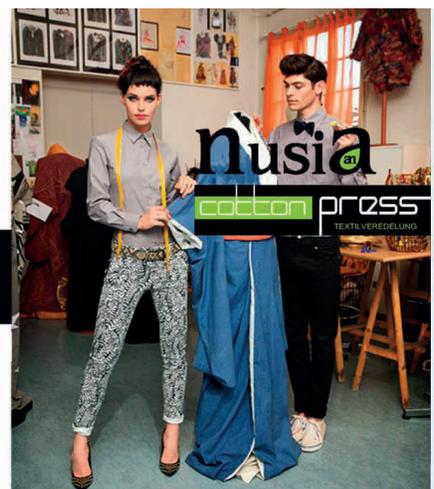
- hochwertige Prints auf T-SHIRTS & CO • UNIKATE
- Promotion-Textilien aller Art
- Basic- / Freizeitwear auch UNBEDRUCKT
- Specials für Schüler, Studenten, Vereine

*Über 500,-Euro sparen  
bei der Bestellung der Abi T-Shirts und Pullover*

### Wir beraten kompetent & individuell, schaut vorbei!

Neustr. 62, Tel. 0651 - 447 14

[www.nusia.de](http://www.nusia.de) / [nusia.design@googlemail.com](mailto:nusia.design@googlemail.com)  
[www.cottonpress.de](http://www.cottonpress.de) / [info@cottonpress.de](mailto:info@cottonpress.de)





### Malen & Zeichnen

#### Gegenständliches Zeichnen

Der Kurs beschäftigt sich mit der Räumlichkeit von Gegenständen, Gebäuden und Landschaft und Stillleben. Grundlagen der akademischen Zeichentechnik werden vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

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

Bei 4 Teilnehmer/innen beträgt die Kursgebühr 90 EUR. Bitte mitbringen: dicken Zeichenblock A3, weiche Bleistifte 2B-9B, alles Weitere nach Absprache

**Kurs Nr. 182-20500**  
**Dienstags, 10.00 – 12.00 Uhr**  
**16.10. bis 20.11., 6 Termine**  
**Domfreihof, Lesecafe**  
**65,- EUR; Ija Daubenspeck**

#### Aktzeichnen

Dieser Kurs hat zum Ziel, die menschliche Figur in ihren Proportionen, ihrer Räumlichkeit und ihrem Bezug zum Umraum und der Bekleidung richtig zeichnen zu lernen. Mit Bleistift, Kreide, Pinsel und Farbe nähern wir uns peu à peu diesem Ziel. Zeichnerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bei nur 4 TeilnehmerInnen beträgt die Kursgebühr 130 EUR. Bitte mitbringen: viel Zeichenpapier, mind. A3 bzw. Papier von der Rolle, Klebeband, weiche Bleistifte 3B-9B, Kreiden, Kohle, alles Weitere nach Absprache

**Kurs Nr. 182-20501**  
**Mittwochs, 19.00 – 21.00 Uhr**  
**24.10. bis 28.11., 6 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**90,- EUR; Ija Daubenspeck**

#### Zeichenkurs für Anfänger/innen

Einführung in Bleistift- und Kohlezeichnen anhand einfacher Übungen; erklärt wird das einfache Skizzieren und das Zeichnen kompletter Bilder. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Dozent ist Kunstmaler und Kunstpädagog. Das Material wird gestellt. Die Kosten in Höhe von 15 EUR sind in der Gebühr enthalten.

**1. Kurs Nr. 182-20505**  
**Montag 24.09. – 29.10.**  
**18.30 – 21.00 Uhr, 3 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**57,- EUR; Konstantin Henkin**

**2. Kurs Nr. 182-20506**  
**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**05.12. bis 19.12., 3 Termine**

#### Zeichenkurs Fortgeschrittene

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

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

**Kurs Nr. 182-20507**  
**Montags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**14.01. bis 28.01., 3 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**57,- EUR; Konstantin Henkin**

#### Ikonenmalerei – Einführung Workshop

Ikonenmalerei ist eine sehr alte Technik. Der Dozent gibt zu Beginn des Workshops einen kurzen Überblick über die religiöse und historische Bedeutung von Ikonen. Gemalt wird auf vorbereitete Holzbretter mit Pigmenten in Ei-Temperaturen. Anhand von Fotos jeder Malphase können die TeilnehmerInnen ihren Fortschritt verfolgen. Bei Interesse Folgekurs. Materialkosten in Höhe von 15 EUR für Malbretter, Farben, Pinsel sind in der Kursgebühr enthalten.

**Kurs Nr. 182-20504**  
**Fr 28.09., 16.30 – 19.30 Uhr**  
**Sa 29.09., 9.00 – 15.00 Uhr, 2 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**70,- EUR; Mircea-Eugen Moldovan**

#### Kreatives Gestalten mit Acryl für Anfänger/innen

Im Kurs werden Bildaufbau, konventionelle und Experimentelle Techniken mit Pinsel, Walze, Spachtel u.a. vermittelt.

Das Material wird gestellt, die Kosten in Höhe von 20 EUR sind in der Gebühr enthalten.

**Kurs Nr. 182-20509**  
**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**19.09. bis 24.10.,**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**62,- EUR; Konstantin Henkin**

#### Kreativ renovieren mit Tapeten

neu

Sie lernen die Handhabung der Werkzeuge und der Materialien für die Wandgestaltung kennen und Tapeten kreativ/künstlerisch zu gestalten. Grundlage sind Raufasertapeten und Acryl. Inhalte: Herstellen der Farbe/Menge, Farntönen mischen, Farbverlauf an der Wand, farbige Illusionen wie Holzstruktur usw., Farbeffekte mit metallischen Effekten und Fluoreszenz, Gestaltung und Nutzung von Schablonen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Material wird gestellt. Die Kosten in Höhe von 20 EUR sind in der Gebühr enthalten.

**Kurs Nr. 182-20508**  
**Montags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**05.11. bis 19.11., 3 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**62,- EUR; Konstantin Henkin**

#### Kindermalkurse

##### Zeichnen und Malen für Kids ab 10 Jahre

Zum Einsatz kommen Bleistift, Buntstift, Kreide, Acrylfarbe und vielleicht auch Tusche. Ihr könnt lernen wie man 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: viel Papier, weiche Bleistifte, aber kein Radiergummi.

**Kurs Nr. 182-20502**  
**Samstags, 10.00 – 13.00 Uhr**  
**08.09. bis 15.09., 2 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**40,- EUR; Ija Daubenspeck**

##### Montagsmaler. Kindermalkurs ab 7 Jahre

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

Eine spannende Malreise wartet! Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!

**1. Kurs Nr. 182-20511**  
**Montags, 16.00 – 17.30 Uhr**  
**03.09. bis 17.09., 3 Termine**  
**Atelier Farbenspiel, Neustraße 10,**  
**54290 Trier**  
**40,- EUR; Sabine Henning**



# Rappelkiste

richtig gutes Spielzeug





### Malen & Zeichnen

**2. Kurs Nr. 182-20512**  
Montags, 16.00 – 17.30 Uhr  
12.11. bis 26.11., 3 Termine

**3. Kurs Nr. 182-20513**  
Montags, 16.00 – 17.30 Uhr  
28.01. bis 11.02., 3 Termine

Montagsmaler/Ferienmalkurs für Kinder  
ab 7 Jahre

Wie oben.



**Kurs Nr. 182-20517**  
Mo 08.10. – Mi 10.10., 16.00 – 17.30 Uhr  
Atelier Farbenspiel, Neustraße 10,  
40,- EUR  
Sabine Henning

### Intuitives Malen für Erwachsene

Leuchtende Gouachefarben, bunte Malwände und eine entspannte Atmosphäre laden Sie zu einer spannenden Entdeckungsreise zum Ursprung Ihrer Kreativität ein. Künstlerische Techniken, Leistungsdruck, den Alltag einfach mal hinter sich lassen und zur Ruhe kommen. Neugierig, mit Spass und Freude der eigenen Intuition folgen und mit Farben und Formen spielerisch den eigenen Ausdruck erfinden. Keine Vorkenntnisse nötig!

Die Kursleiterin bietet allen TN unterstützende Malbegleitung an. Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!

**1. Kurs Nr. 182-20514**  
Mittwochs, 18.00 – 20.00 Uhr  
05.09. bis 19.09., 3 Termine  
Atelier Farbenspiel, Neustraße 10,  
54,- EUR  
Sabine Henning

**2. Kurs Nr. 182-20515**  
Mittwochs, 18.00 – 20.00 Uhr  
14.11. bis 28.11., 3 Termine

**3. Kurs Nr. 182-20516**  
Mittwochs, 18.00 – 20.00 Uhr  
30.01. bis 13.02., 3 Termine

### Intuitives Malen für Erwachsene

Wochenend-Workshop

**1. Kurs Nr. 182-20519**  
Sa/So 15./16.09., 10.00 – 12.30 Uhr  
Atelier Farbenspiel, Neustr. 10,  
46,- EUR  
Sabine Henning

**2. Kurs Nr. 182-20520**  
Sa/So 24./25.11., 10.00 – 12.30 Uhr

**3. Kurs Nr. 182-20521**  
Sa/So 16./17.02., 10.00 – 12.30 Uhr

### Ferienkurs

**Kurs Nr. 182-20518**  
Do 11.10. – Sa 13.10.,  
18.00 – 20.00 Uhr, 3 Termine  
Atelier Farbenspiel, Neustraße 10,  
54290 Trier  
54,- EUR; Sabine Henning

### 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. Zur Verfügung stehen Silber, Kupfer, Messing, eine Auswahl von Edelsteinen und Gold in kleineren Mengen. Andere Materialien können auch mitgebracht werden.

Das Herstellen von Trauringen ist nach Absprache (mindestens 14 Tage vorher) möglich. Zu Beginn der Kurse werden 10 EUR für alle Verbrauchsgüter (Silberlot, Sägeblätter) eingesammelt. Edelmetalle und Edelsteine werden extra berechnet. Bei nur 6 TN erhöht sich die Kursgebühr auf 95 EUR.

**Kurs Nr. 182-20600**  
Fr 09.11., 17 – 21 Uhr,  
Sa 10.11., 10 – 17 Uhr  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
85,- EUR; Diana Prokot

### Schreiner-/Handwerkskurs für Frauen

Selbst gemacht – Geld gespart

Reparaturen im Haushalt kein Problem! Sie lernen die wichtigsten Maschinen und Werkzeuge fachgerecht zu handhaben und die häufigsten Reparaturen im Haushalt selbstständig durchzuführen.

Alle Reparaturen werden ausführlich und verständlich erklärt, die benötigten Werkzeuge und Maschinen besprochen. Es sind keine Grundkenntnisse notwendig!

### Gestalten

Anschließend können alle Reparaturen unter Anleitung selbstständig im Kurs ausprobiert werden.

Die Kursleiterin ist ausgebildete Schreinerin. 10 EUR Materialkosten sind bar an die Kursleiterin zu zahlen.

**Kurs Nr. 182-20602**  
Samstag, 22.09., 10.00 – 17.00 Uhr  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
60,- EUR; Lisa Vandea

### Schreinerkurs für Frauen Bett-Tischchen

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse beim Umgang mit der Stichsäge, typische Arbeitsgänge wie exaktes Zuschneiden, Dübeln, Verschrauben und der Oberflächenbehandlung. Es sind keine Grundkenntnisse erforderlich!

Die Kursleiterin ist ausgebildete Schreinerin. 39 EUR Materialkosten sind bar an die Kursleiterin zu zahlen.

**Kurs Nr. 182-20603**  
Sonntag, 23.09., 10.00 – 17.00 Uhr  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
60,- EUR; Lisa Vandea

### Schnitzen und Instrumentenbau Anfänger/innen / Fortgeschrittene

Wir beginnen mit Schnitzübungen (je nach Kenntnisstand) und werden uns dann mit frei wählbaren Projekten beschäftigen: Holzbildhauerei und Instrumentenbau. ).

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.

Der Kurs kann auch mit 6 TN stattfinden, dann beträgt die Gebühr 95 EUR.

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

**Kurs Nr. 182-20606**  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.11. bis 10.12., 6 Termine  
Trommelstudio Akom la Engel,  
Schöndorferstr. 22, 54292 Trier  
80,- EUR  
Engel Matthias Koch



GOLDSCHMIEDE  
IRSCH · SCHUH

www.goldschmiede-trier.de





### Fotografieren

#### Klaus Meis †

Seit 1982 finden Sie an dieser Stelle des Programmheftes der Trierer Volkshochschule Fotokurse mit Klaus Meis.

Im Februar ist Klaus Meis plötzlich und für uns alle völlig unerwartet verstorben. Der Tod von Herrn Meis ist für unsere Volkshochschule ein großer menschlicher Verlust und reißt auch eine Lücke in unser Kursprogramm. Allein in den letzten 10 Jahren haben über 700 Fotobegeisterte an seinen ganz vielseitigen Kursen teilgenommen.

Der Landesverband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz wird in diesem Jahr 70 Jahre alt; aus diesem Anlass werden besonders zu ehrende Dozentinnen und Dozenten gesucht. Suchkriterien sind etwa eine bemerkenswert lange Tätigkeit oder besondere Kurskonzepte oder ein herausragendes Engagement. Wir hätten Klaus Meis sehr gerne für diese landesweite Auszeichnung nominiert, denn er erfüllte all diese Voraussetzungen gleichermaßen: Schon Mitte der 1960er Jahre gab er als Junglehrer Kurse in „Deutsch als Fremdsprache“; 1970 steht sein Kurs „Deutsch für Franzosen“ im Programmheft. Sieben vhs-Leitungen, einschließlich der beiden kommissarisch eingesetzten Leitungen, hat Herr Meis in dieser Zeit erlebt. Vielseitigkeit bewies der gelernte Fotograf, studierte Lehrer und passionierte Segelflieger in seinen Kursangeboten: Sprachen, Fotografie, einschließlich der Entwicklung und analogen Bildbearbeitung und schließlich auch ein Kurs zum Segelfliegen gehörten zu seinem Repertoire bei uns. Seine weiteren Leidenschaften, Fußball und das Schiedsrichterwesen, haben wir leider nie zum Gegenstand eines Kurses gemacht. Auch hier hätten wir sicher großen Zulauf erfahren.

Für die Fotokurse setzte er sein privates und gut ausgestattetes Fotostudio ein und bot damit Bedingungen, die wir als Volkshochschule ohne diese Bereitschaft nicht hätten setzen können. Schließlich war er ein über Jahrzehnte treuer Mitarbeiter, der auch außerhalb der normalen Dienstzeiten zur Verfügung stand, wie etwa als Fotograf beim jährlichen Neujahrskonzert des Bildungs- und Medienzentrums.

Uns ist der Abschied von Klaus Meis sehr schwer gefallen. Aber ein Mensch wie er hinterlässt so tiefe Eindrücke, dass er immer ein Teil der Trierer Volkshochschule bleiben wird.



Das Foto zeigt Klaus Meis (links) im Jahr 2015 bei einer Ehrung für seine langjährigen Dienste an der vhs Trier durch Bürgermeisterin Angelika Birk und den vhs-Leiter Rudolf Fries

#### Grundlagen der Fotografie für digitale und analoge Kameras

Der Grundlagenkurs zeigt die Zusammenhänge zwischen Technik und Kreativität in der Fotografie sowie die elementaren Bedingungen der Bildgestaltung. Es werden technische sowie gestalterische Aufgaben gestellt und die Ergebnisse werden gemeinsam besprochen. Mehrere Exkursionen mit anschließender Auswertung der Fotos sind vorgesehen.

Inhalte:

- Kamerahaltung, Vermeidung von verwackelten Bildern
- Funktionsweise der Kamera, wie 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

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

##### 1. Kurs Nr. 182-21100

Freitag, 21.09., 18.30 – 21.30 Uhr

Samstag, 22.09., 9.00 – 16.00 Uhr

Sonntag 23.09., 9.00 – 12.00 Uhr

Domfreihof, R. 107

75,- EUR

Werner Hardt

##### 2. Kurs Nr. 182-21101

Freitag, 25.01., 18.30 – 21.30 Uhr

Samstag, 26.01., 9.00 – 16.00 Uhr

Sonntag, 27.01., 9.00 – 12.00 Uhr

Domfreihof, R. 107

75,- EUR

Werner Hardt

#### Digital fotografieren Mit der Spiegelreflexkamera

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

Auch geeignet für Besitzer von Systemkameras.

##### 1. Kurs Nr. 182-50301

Freitags, 18.30 – 21.30 Uhr

21.09. bis 28.09.18, 2 Termine

Domfreihof, R. 106

46,- EUR

Werner Hardt

##### 2. Kurs Nr. 182-50302

Samstag, 08.12.18, 9.00 – 16.00 Uhr

##### 3. Kurs Nr. 182-50303

Samstag, 02.02.19, 9.00 – 16.00 Uhr

#### Die digitale Spiegelreflexkamera in der Praxis

##### mit Fotowanderung am Wochenende

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

Leicht verständlich werden Fachbegriffe wie Megapixel, JPEG, Cropfactor und RAW-Entwicklung erläutert und anhand der Kameras der Teilnehmer werden die verschiedenen Funktionen, das Zubehör und die Weiterverarbeitung der gemachten Bilder praktisch vermittelt.

Bei einer Fotoexkursion in Trier werden wir die die vielfältigen Möglichkeiten der Digitalkamera in praktischen Übungen ausprobieren. Natürlich werden wir auch individuelle Fragen der Teilnehmer klären.

Bitte Kameraausrüstung mit Handbuch und evtl. Stativ mitbringen.

Auch geeignet für Besitzer von Systemkameras.

##### Kurs Nr. 182-50306

Anmeldeschluss 07.12.2018

Freitag 14.12. 18:30 – 21:30 Uhr,

Samstag 15.12. 09:00 – 16:00 Uhr

1 Std. Pause, 3 Termine

Domfreihof, R. 106

81,- EUR

Werner Hardt

Der Termin der Fotowanderung wird kurzfristig mit dem Dozenten abgesprochen.



## Fotografieren

### Fotospaziergang – Bessere Fotos auf leichten Wegen

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

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

Sie können Fragen stellen und neue Perspektiven ausprobieren.

Bitte mitbringen:

- digitale Kamera (Spiegelreflex- oder Systemkamera), bei der Sie manuelle Einstellungen vornehmen können
- Bedienungsanleitung der Kamera,
- aufgeladener Akku und leere Speicherkarte
- Stativ (optional)
- ggf. wetterfeste Kleidung und Regenschirm

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

**Kurs Nr. 182-50304**

**Anmeldeschluss 19.09.2018**

**Sonntag, 23.09., 9.00 – 12.00 Uhr**

**Treffpunkt: Sonntag, 9 Uhr vor dem Eingang zur VHS**

**20,- EUR**

**Werner Hardt**

**2. Kurs Nr. 182-50305**

**Anmeldeschluss 28.11.2018**

**Sonntag, 02.12., 9.00 – 12.00 Uhr**

**Treffpunkt wie oben**

neu

### Sven Nieder Stella Polaris\* Ullariarsuaq

#### Fotografische Gesellschaft

Stella Polaris\* Ullariarsuaq ist ein global angelegtes Foto- und Filmkunstprojekt, das mit atemberaubenden Fotografien und Filmaufnahmen von ausgeleuchteten Eisbergen und Gletschern Grönlands die verschwindenden Zeitknoten in magischen Momentaufnahmen dokumentiert. Das arktische Lichtkunst-Projekt schlägt im schnell voranschreitenden Klimawandel eine bewusstseinsbildende Brücke zwischen Kunst, Kultur und Wissenschaft.

Das Projektteam aus Nomi Baumgartl, Sven Nieder, Yatri N. Niehaus und Laali Lyberth hat im November 2012 und Februar 2013 die „Lichtbotschaften“ der Einwohner Grönlands unter dem flackernden Polarlicht in Langzeitbelichtungen festgehalten.

**Kurs Nr. 182-21111**

**Montag, 05.11., 19.30 – 22.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Fotografische Gesellschaft Trier**

### Frauen fotografieren anders

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

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

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

**Kurs Nr. 182-21003**

**Samstag, 29.09., 10.00 – 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Michaela Faber**

### Nachtlichter – für Frauen und Männer

#### Eine abendliche/nächtliche Fotowanderung für kreative Nachteulen

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 KursteilnehmerInnen Tipps, Informationen und Beispiele zum Thema Licht, Bildausschnitt und Atmosphäre. Für den praktischen Teil (eine Fotowanderung) benötigen die KursteilnehmerInnen ein Stativ und eine Kamera (bei der man auch ein paar manuelle Einstellungen wie Blende, Verschlusszeit und ISO einstellen kann.) Im Anschluss an die Wanderung können die Ergebnisse besprochen werden.

*Bitte eine Kamera und ein Stativ mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-21004**

**Samstag, 09.02., 15.30 – 22.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Michaela Faber**



## ARTOTHEK

### Kunst zum Ausleihen

*Es muss nicht immer Dürers Hase sein...*

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

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

*mehr Informationen unter [www.tufa-trier.de/artothek.html](http://www.tufa-trier.de/artothek.html)*

**TUFA**

Artothek in der TUFA

Tuchfabrik Trier e.V.

Wechselstr. 4-6 | 54290 Trier

Tel.: 0651/718 2413 | E-Mail: [info@tufa-trier.de](mailto:info@tufa-trier.de)

#### Öffnungszeiten:

Di., Mi. und Fr.: 14.00 bis 17.00 Uhr

Do.: 17.00 bis 20.00 Uhr

Sa., So. und Feiertage: 11.00 bis 17.00 Uhr

*Ausleihgebühr: 8 Euro pro Bild und Monat*

## Musikkurse der vhs

### Gitarrenkurs für Anfänger/innen

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

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

**1. Kurs Nr. 182-20805**  
**Montags, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**03.09. bis 19.11., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V3**  
**60,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**2. Kurs Nr. 182-20806**  
**Montags, 19.00 – 20.00 Uhr**  
**03.09. bis 19.11., 10 Termine**

### Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

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

*Bitte Gitarre mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-20809**  
**Dienstags, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**04.09. bis 20.11., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V3**  
**60,- EUR**  
**Rudolf Müller**

### Afrikanisches Trommeln und Sprechtrommelspielen für Anfänger und Fortgeschrittene

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

Das Eintauchen in die altüberlieferte rhythmische Vielfalt der traditionellen Musik Westafrikas lässt ungeahnte Dimensionen und Fähigkeiten in uns erwachen. Nach dem Erlernen und Verfeinern der verschiedenen Schlagtechniken stehen Rhythmen der Yoruba, Aschanti, Ewe und

Ga auf dem Programm, Begleitung, Solo und Zusammenspiel mit – wenn möglich – Gesang. Aufgelockert wird der Kurs durch einfache Bewegungs- und Rhythmusübungen.

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

**Kurs Nr. 182-20802**  
**Montags, 19.30 – 20.30 Uhr**  
**05.11. bis 10.12., 6 Termine**  
**Trommelstudio Akom la Engel,**  
**Schöndorferstr. 22, 54292 Trier**  
**70,- EUR**  
**Engel Matthias Koch**

**Einen Kurs zum Trommelbau mit Engel Matthias Koch finden Sie in diesem Heft Seite 21**

### Mantra – Mitsingkonzert

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

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

**Kurs Nr. 182-20811**  
**Samstag, 19.01., 17.00 – 18.30 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**7,- EUR (Abendkasse)**  
**Anja Geishecker / Michael Pizzardini**

### Sing dich stark und frei für Frauen und Männer

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

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

**Kurs Nr. 182-20810**  
**Samstag, 17.11., 19.30 – 21.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule,**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V4**  
**7,- EUR**  
**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

## 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, Kautions, 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

STEINWAY & SONS

Boston  
PIANO & ORGAN

Essex  
CLAVIER- & ORGELBAU

YAMAHA

M. HÜBNER

MARCUS HÜBNER - DAS PIANOHAUS | Theodor-Heuss-Allee 14 | 54292 Trier | Tel.: 0651 - 2 19 55 | [www.klavierbauer.de](http://www.klavierbauer.de)





## Konzerte/Veranstaltungen/Kurse der Karl-Berg-Musikschule

### Trier spielt

**Samstag, 08.09.2018, 13.00 Uhr**  
Hauptbühne Hauptmarkt

Junge Nachwuchsmusiker/innen der Musikschule der Stadt Trier präsentieren ihr Können auf der Hauptbühne: Bands der Jazz & Rock School präsentieren bekannte Rock- und Pop Songs in verschiedener Besetzung. 2 Stunden musikalisches Programm mit der Karl-Berg-Musikschule der Stadt Trier.

### Schüler für Schüler

**Dienstag, 06.11.2018, 18.00 Uhr**  
Kammermusiksaal der Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b

Erleben Sie einen musikalischen Querschnitt der Nachwuchsmusiker/innen an der Musikschule, Eintritt frei.

### Chorkonzert

**Sonntag, 01.12.2018, 15.30 Uhr**  
Römersaal St. Irminen

Die Chorwerkstatt für erwachsene Sänger/innen und Sänger präsentiert einen Querschnitt der Chorliteratur, ergänzt durch instrumentale Programmbeiträge von Schüler/innen der Musikschule. Eintritt frei.

### Musik im Advent für Kinder

**Samstag, 08.12.2018, 16.00 Uhr**  
Kammermusiksaal 2.08 der Karl-Berg-Musikschule

Ein Konzert zum 2. Advent mit besinnlicher und vorweihnachtlicher Musik, vorgetragen von jungen Nachwuchsmusiker/innen der Karl-Berg-Musikschule. Neben der musikalischen Beiträge der Schüler/innen, stimmen gemeinsam gesungene Weihnachtslieder für Kinder und Familien auf die Weihnachtszeit ein. Der Eintritt zu dem Kinderkonzert ist frei.

### Benefizkonzert

**Sonntag, 09.12.2018, 11.00 Uhr**  
Kloster Karthaus

An diesem Morgen veranstaltet die Karl-Berg-Musikschule in Kooperation mit der VG Konz ein Benefizkonzert im Festsaal des Kloster Karthaus zugunsten der Konzer Doktor-Bürgerstiftung. Das „Junge Kammerorchester Trier“ hat sich aus dem „Jungen Ensemble für alte Musik“ der Musikschule entwickelt und steht unter der Leitung von Joachim Mayer-Ullmann. In wöchentlichen Proben setzt sich das Ensemble, bestehend aus jungen Musiker/innen aus Trier, mit verschiedenen symphonischen und kammermusikalischen Werken auseinander. Das Konzert eröffnet jungen Solist/innen aus Trier und Umgebung die Möglichkeit mit einem Kammerorchester gemeinsam zu musizieren und wird mit sehr hohem musikalischen Niveau und großer Spielfreude der Jungmusiker/innen beeindrucken.

Der Eintritt zu dem Benefizkonzert ist kostenlos, um Spenden zugunsten der Stiftung wird gebeten.

### Offenes Singen und Weihnachtskonzert der Musikschule

**Sonntag, 16.12.2018, 16.00 Uhr**  
Kirche St. Martin

Zum Abschluss des Jahres er/innert die Karl-Berg-Musikschule mit einem „Offenen Singen“ an Prof. Karl Berg, ihrem Gründer und Namensgeber, der in langer Tradition das „Offene Singen“ in Trier etablierte. Ein Lehrerensemble begleitet die weihnachtlichen Lieder und lädt die Besucher zum Mitsingen ein.

Im zweiten Teil des Konzertes musizieren Schüler/innen und Ensembles der Musikschule adventliche und vorweihnachtliche Musik und stimmen so auf Weihnachten ein. Der Eintritt ist frei.

### Neujahrskonzert des Bildungs- und Medienzentrums

**Sonntag, 13.01.2019, 11.00 Uhr**  
Rokokosaal des Kurfürstlichen Palais zu Trier

Traditionell begrüßt das Bildungs- und Medienzentrum im Januar das neue Jahr mit einem Konzert auf höchstem Niveau als Dankeschön für alle Mitarbeiter/innen, Kunden, Partner und Freunde der Einrichtung.

Junge Nachwuchs – Solist/innen und Ensembles verschiedener Besetzung musizieren und überzeugen mit beeindruckenden musikalischen Leistungen in dem wunderschönen Ambiente des Rokokosaals. Mit klassischen Beiträgen, Musical Darbietungen und Rock- Pop-Musik sind alle drei Abteilungen der Karl-Berg-Musikschule vertreten. Der Eintritt ist frei.

### Junge Musik

**Konzert für junge Nachwuchsmusiker/innen der Karl-Berg-Musikschule**  
**Freitag, 18.01.2019, 18.00 Uhr**  
Kammermusiksaal der Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b

Erleben Sie einen musikalischen Querschnitt von Schüler/innen der Musikschule. Das Konzert auf hohem Niveau wird unter anderem gestaltet durch Teilnehmer/innen des Regionalwettbewerbes Jugend musiziert 2019. Der Eintritt ist frei.

### Jugend musiziert Regionalwettbewerb

**26./27.01.2019 ganztägig**

Junge Talente aus der Region Trier musizieren in der Karl-Berg-Musikschule vor einer Fachjury, um sich zunächst auf Regionaleben für den Landeswettbewerb und anschließend Bundesentscheid zu qualifizieren.

### Tag der offenen Tür

**17.03.2019, 14.00 – 18.00 Uhr**  
Karl-Berg-Musikschule,  
Paulinstr. 42 b/c

Am diesem Sonntag öffnet die Karl-Berg-Musikschule traditionell ihr Türen und lädt interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu Schnupperkursen in die Musikschule ein.

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

Ebenfalls präsentieren sich die Abteilungen Jazz & Rock und Musical School. 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 Dozent/innen der drei Abteilungen beraten und informieren über die Unterrichte; an einem Informationsstand beraten Sie die Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle über die Konditionen an der Musikschule. Instrumente können unter Anleitung der Fachdozent/innen ausprobiert werden, zusätzlich findet ein Instrumentenkarrussell und Sonderkonzerte besonderer Instrumente statt. Eine Cafeteria des Fördervereins lädt zum Verweilen und Erholen ein, auf die kleinen Besucher wartet ein musikalisches Gewinnspiel mit attraktiven Preisen. Lernen Sie die Musikschule der Stadt Trier kennen und erleben Sie spannend-informative Stunden in der Karl-Berg-Musikschule!



### Weihnachtslieder am Klavier für Erwachsene

**Kurs für erwachsene Anfänger ohne Vorkenntnisse und Wiedereinsteiger**

Zu Weihnachten Musik machen? Jeder kann es schaffen. Wir treffen uns an drei Terminen und erarbeiten Weihnachtslieder am Klavier. Vorkenntnisse und ein Instrument zum Üben sind nicht erforderlich, aber willkommen.

In dem Kurs wird in einer kleinen Gruppe von drei bis vier Personen auf jeden Teilnehmer und seine Bedürfnisse individuell eingegangen. Am Kursende ist jeder Teilnehmer in der Lage, mindestens ein Weihnachtslied am Klavier zu spielen. Und vielleicht wird ja noch mehr aus dieser ersten Liebe zum Klavierspiel ...

**Kursleitung: Diplomklavierlehrerin**  
**Almut Riemenschneider**

**Donnerstags, 29.11., 6.12. und 13.12.2018**  
**11.30 – 12.30 Uhr**

# IN TRIER DIE NR.1 FÜR MUSIK

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

## KLAVIER / FLÜGEL

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

## MIETKLAVIERE

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

## KLAVIERSTIMMUNG

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

## DIGITALPIANOS

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

## GITARREN

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

## SCHULINSTRUMENTE

- ▶ Blockflöten, Orff-Instrumente, Keyboards

## NOTEN / SONGBÜCHER

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

## CDS / DVDS



Das Klavierhaus der Region

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

# Karl-Berg-Musikschule

## Kulturelle Bildung für jung und alt

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

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

Ihre Ansprechpartnerin:

**Pia Langer**  
Leiterin der Musikschule  
Telefon: 0651/718-1440  
Mail: pia.langer@trier.de

**Geschäftsstelle**  
Desirée Laros/Ruth Adams  
Telefon: 0651/718-1442 o. 1441  
Mail: musikschule@trier.de

## Klassik

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

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

## Jazz – Rock

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

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

## Musical

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

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

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

Der Eintritt zu dem Benefizkonzert ist kostenlos, um Spenden zugunsten der Stiftung wird gebeten.



# 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

## Entspannung

### Bewusstheit durch Bewegung mit der Feldenkraismethode

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

**Kurs Nr. 182-30105**  
**Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**04.09. bis 20.11., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule,**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V4**  
**70,- EUR**  
**Sibylle Henning**

**Vormittags-Kurs**  
**Kurs Nr. 182-30106**  
**Dienstags, 10.00 – 11.30 Uhr**  
**04.09. bis 20.11., 10 Termine**  
**Übungsraum Tarforsterstraße 15,**  
**54296 Trier**  
**70,- EUR**  
**Sibylle Henning**

### 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 Konzentrationsschwierigkeiten und leib-seelischem Ungleichgewicht (Stresskrankheiten). Der Abbau von übersensiblen Reaktionen ist genauso Ziel des Kurses wie auch der Aufbau eines besseren inneren Reizschutzes. Somit ist das AT gleichermaßen Alltagshilfe als auch Regulationshilfe in akuten Belastungssituationen. Achtung: Ein Einstieg nach Kursbeginn ist nur nach Rücksprache mit dem Dozenten möglich.

**1. Kurs Nr. 182-30100**  
**Mittwochs, 19.00 – 20.30 Uhr**  
**12.09. bis 23.01., 8 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**100,- EUR**  
**Stefan Hartmann, Dipl. Psych.**

**2. Kurs Nr. 182-30101**  
**Mittwochs, 19.00 – 20.30 Uhr**  
**14.11. bis 23.01., 8 Termine**

### 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. 182-30102**  
**Montags, 17.30 – 18.30 Uhr**  
**03.09. bis 03.12., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule,**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V4**  
**60,- EUR**  
**Bettina Weiler**

### „VHS macht gesünder...“

... belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können.

In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden.

All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.



Qi Gong / Tai Chi

Qi Gong für Anfänger

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

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

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

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

Kurs Nr. 182-30115
Freitags, 18.30 – 19.30 Uhr
07.09. bis 07.12., 12 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
70,- EUR
Martin Rieff

Vormittagskurs

Kurs Nr. 182-30117
Donnerstags, 10.30 – 11.30 Uhr
06.09. bis 29.11., 12 Termine
Domfreihof, Beletage
70,- EUR
Martin Rieff

Tai Chi – eine Reise zu sich selbst

Durch regelmäßiges Praktizieren von Tai Chi erreichen Sie:

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

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

Kurs Nr. 182-30118
Freitags, 19.30 – 21.00 Uhr
07.09. bis 23.11., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
79,- EUR
Martin Rieff

Achtsamkeit lernen mit Zhineng Qi-Gong

Der Mensch denkt, er denkt! Er sieht sich als Homo Sapiens, als vernünftigen Menschen. Doch Untersuchungen zeigen, dass Gedankenlosigkeit der Standard des menschlichen Verhaltens ist. In dieser Gedankenlosigkeit sehen einige die primäre Ursache für gesellschaftliche, zwischenmenschliche und private Probleme.

Ohne es zu merken, ahmen wir andere Menschen nach und nehmen deren Verhalten an – beginnend bei unseren Eltern. Einmal gemachte Erfahrungen verleiten uns dazu in ähnlichen Situationen ebenso zu handeln. Ebenso blind vertrauen wir neuesten Erkenntnissen aus Forschung und Technik: Aufgrund eines Wertes im Body-Maß-Index sehen wir uns als „unterernährt“ oder „übergewichtig“.

Achtsamkeit kann uns helfen, unser Handeln auf die Situation anzupassen. Wir reagieren nicht mehr automatisch auf äußere Reize, sondern sehen jede Situation als das, was sie ist: etwas Einzigartiges und Besonderes!

In diesem Workshop lernen wir die Gründe der Unachtsamkeit kennen, und wir lernen wie wir achtsam leben können und erfahren dies an praktischen Übungen mit Zhineng Qi-Gong. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 182-30120
Sa 20.10., 9.30 – 17.00 Uhr
So 21.10., 9.30 – 16.30 Uhr, 2 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
150,- EUR
Detlef Lange

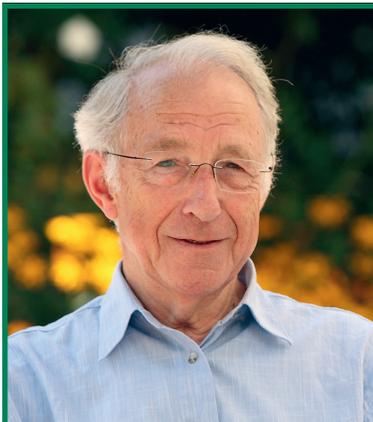
Augen Zhi-Gong – Übungen für klare Sicht

Nervt Sie die Brille? Können Sie sich vorstellen, mit den Kosten für die nächste Brille Sinnvolles zu tun, zum Beispiel ein Wellness-Wochenende oder eine 14-tägige Reise? Zweifelnd Sie daran, dass eine Brille, eine Laser-Korrektur oder Kontaktlinsen wirklich die einzige Option sind, die Sehkraft der Augen zu erhalten?

In diesem Workshop lernen wir Übungen kennen, welche die Sehkraft der Augen verbessern, deren Verschlechterung verhindern oder die Sehkraft wieder komplett herstellen können.

Zusätzlich informiert dieser Workshop über die Theorie von Zhineng Qi-Gong und legt damit die Basis, wie aus dieser Sicht Heilung geschieht. Gesundheit, so eine Kernaussage, beginnt im Kopf und wir selbst sind es, die diese erreichen können.

Kurs Nr. 182-30121
Sa 10.11., 9.30 – 17.00 Uhr
So 11.11., 9.30 – 16.30 Uhr, 2 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
150,- EUR
Detlef Lange



RESIDENZ
AM ZUCKERBERG TRIER
DAS SENIORENHAUS

STADTWOHNEN
PFLEGEWOHNEN
PFLEGEAMBULANZ





Yoga

Hatha Yoga

mit Leandra Chytra

Kurs-ID 20170316-905582

Es ist nie zu spät, mit Yoga anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für Einsteiger/innen in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen: Körperübungen und Körperhaltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit; Körperwahrnehmung mit dem Atem zur (Tiefen-)Entspannung, Beruhigung des Geistes, Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Yoga-Sitzkissen, wenn vorhanden, 1 normales Kissen für den Kopf, 2 Decken, rutschfeste Socken oder Saalschlappchen

1. Kurs Nr. 182-30130  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 20.11., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
89,- EUR

2. Kurs Nr. 182-30131  
Dienstags, 19.45 – 21.15 Uhr  
04.09. bis 20.11., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen

3. Kurs Nr. 182-30132  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 29.11., 10 Termine  
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum

4. Kurs Nr. 182-30133  
Donnerstags, 19.45 – 21.15 Uhr  
06.09. bis 29.11., 10 Termine  
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum

Samstagskurs

Kurs Nr. 182-30140  
Samstags, 10.00 – 11.30 Uhr  
08.09. bis 24.11., 10 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
89,- EUR

Hatha Yoga

mit Anja Geishecker

Kurs-ID: 20170501-918007

1. Kurs Nr. 182-30134  
Montags, 20.15 – 21.45 Uhr  
03.09. bis 19.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude Raum V1  
89,- EUR

2. Kurs Nr. 182-30135  
Mittwochs, 18.10 – 19.40 Uhr  
05.09. bis 21.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule,  
Verwaltungsgebäude, Raum V4

3. Kurs Nr. 182-30136  
Mittwochs, 19.45 – 21.15 Uhr  
05.09. bis 21.11., 10 Termine  
Ort wie Kurs 2

Hatha Yoga – Yoga Sanft

Kurs-ID: 20170501-918005

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

1. Kurs Nr. 182-30137  
Dienstags, 9.00 – 10.10 Uhr  
04.09. bis 04.12., 12 Termine  
Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude Raum V1  
84,- EUR  
Anja Geishecker

2. Kurs Nr. 182-30138  
Dienstags, 10.15 – 11.25 Uhr  
04.09. bis 04.12., 12 Termine

Yoga für Schwangere



Die Schwangerschaft mit ihren Veränderungen, ist für jede Frau (und ihren Mann) eine tiefgreifende Erfahrung und Herausforderung. Der weibliche Körper arbeitet auf Hochtouren, die hormonelle Situation beeinflusst das Gefühlslieben, die sinnliche Wahrnehmung ist extrem intensiviert. Yoga als Weg zu Ruhe, Freude und Kraft hilft die Herausforderungen einer Schwangerschaft anzunehmen.

Ein angemessenes Training wie das Schwangerenyoga unter Leitung von Petra Bauer, Yogalehrerin, ist zur Verbesserung des Wohlbefindens, zur Stabilisierung der Emotionen und zur Vorbereitung auf die Geburt ideal: Schwangerschaftsverträgliche Asana-Varianten unterstützen und halten v.a. Wirbelsäule, Hüfte, Becken und die für die Geburt relevanten Muskelbereiche geschmeidig. Spezielle Atem- und Entspannungstechniken helfen die inneren und äußeren Veränderungen bewusst und mit Sanftmut meistern zu können.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, Kissen

Kurs Nr. 182-30141  
Montags, 10.00 – 11.30 Uhr  
10.09. bis 26.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude Raum V1  
89,- EUR  
Petra Bauer

Hatha Yoga für hormonelle Balance

Kurs-ID: 20170501-918007

Hormonyoga-Übungen haben alle positiven Wirkungen wie das „normale Yoga“ und wirken zusätzlich besonders anregend auf die hormonbildenden Drüsen. Eine spezielle Auswahl von Yogaübungen, verbunden mit zusätzlichen Atem- und Energietechniken erzielen diesen Effekt. Beschwerden, die durch ein Absinken des Hormonspiegels bei Frauen ab Mitte 30 auftreten können, können durch Hormonyoga

vorgebeugt oder gelindert werden. Der Kurs ist fortlaufend und ein späterer Einstieg in den Kurs ist nach Absprache möglich. Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, Kissen, Decke mitbringen.

Kurs Nr. 182-30142  
Samstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
08.09. bis 24.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule,  
Verwaltungsgebäude, Raum V4  
89,- EUR  
Anja Geishecker

Yoga für den Rücken mit Angelika Kiebel

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 rückengerechten 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 mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, rutschfeste Socken und bequeme Kleidung

Kurs Nr. 182-30144  
Montags, 18.30 – 20.00 Uhr  
03.09. bis 19.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude Raum V1  
89,- EUR

Kurs Nr. 182-30145  
Mittwochs, 20.15 – 21.45 Uhr  
05.09. bis 21.11., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

Kurs Nr. 182-30146  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 29.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule,  
Verwaltungsgebäude, Raum V4  
89,- EUR

Kurs Nr. 182-30147  
Freitags, 19.15 – 20.45 Uhr  
07.09. bis 23.11., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR



Yoga

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

**Kurs-ID: 20170501-918006**

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 Entspannungsübungen und Atemübungen.

*Keine Vorkenntnisse erforderlich!  
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.*

**Kurs Nr. 182-30150**  
**Mittwochs, 17.00 – 18.00 Uhr**  
**05.09. bis 21.11., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule,**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V4**  
**60,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Lachyoga-Workshop für Frauen und Männer**

Lachen ist gesund. Die Entstehung des Lachyogas und warum es so wichtig ist zu Lachen, werden in diesem Workshop vermittelt, sowie viele leicht erlernbare Lachyoga-Übungen, abgerundet durch Lockerungs-, Entspannungs- und Yoga-Atemübungen. Sie bringen die Bereitschaft mit, sich auf spielerische und spaßige Lachyoga-Übungen einzulassen.  
*Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein Getränk, Matte und/ oder Decke und evtl. Kissen für die Entspannung*

**Kurs Nr. 182-30152**  
**Sonntag, 23.09., 10.30 – 12.30 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule,**  
**Verwaltungsgebäude, Raum V4**  
**12,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Mit Yoga gegen Prüfungsangst**

neu

Sowohl in der Lernökonomie als auch bei der Angstbewältigung hat sich die Bedeutung von Entspannungsphasen gezeigt. Meditationstechniken und Atemlenkung haben sich als wirkungsvolles Mittel in der Prüfungsvorbereitung erwiesen. In dem Kurs werden Atemübungen, Entspannungstechniken und Sequenzen aus Qi Gong und Yoga vorgestellt und eingeübt, die Ihnen helfen, Ihre Prüfungsangst zu bewältigen. Achtung: keine Therapie, keine Einzelberatung

**Kurs Nr. 182-30190**  
**Samstag, 24.11., 9.00 – 16.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**71,50 EUR**  
**Anmeldeschluß: 16.11.2018**  
**Claudia Dunger**

Bewegung und Entspannung

**Bewegungs- u. 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.

**1. Kurs Nr. 182-30202**  
**Donnerstags, 20.00 – 22.00 Uhr**  
**06.09. bis 15.11., 8 Termine**  
**Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49**  
**60,- EUR**  
**Egbert Wallerath**

**2. Kurs Nr. 182-30203**  
**Donnerstags, 20.00 – 22.00 Uhr**  
**22.11. bis 07.02., 8 Termine**

**Herz aktiv Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf – Zirkeltraining**

**Kurs-ID: 20170501-918009**  
**Kurs-ID: 20170501-918009**

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

**Kurs Nr. 182-30210**  
**Dienstags, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**04.09. bis 20.11., 10 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**60,- EUR**  
**Anne Marxen**

**2. Kurs Nr. 182-30211**  
**Dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr**  
**04.09. bis 20.11., 10 Termine**

**3. Kurs Nr. 182-30212**  
**Dienstags, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**04.12. bis 12.02., 8 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**48,- EUR**

**4. Kurs Nr. 182-30213**  
**Dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr**  
**04.12. bis 12.02., 8 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**48,- EUR**

**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. 182-30215**  
**Donnerstags, 18.30 – 19.30 Uhr**  
**06.09. bis 17.01., 12 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**65,- EUR**  
**Friederike Puhl**

**Funktionelles Ganzkörpertraining ab 50 für Frauen und Männer**

Angeboten wird ein gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining mit Musik in zwei Teilen. Im 1. 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 2. Teil (Bodenteil auf Matten, ca. 45 Minuten) konzentriert sich vorrangig auf wirbelsäulengerechte Ganzkörperkräftigung zum Training der Rücken-, Bauch-, Arm- und Beinmuskulatur. Fester Bestandteil jeder Sporteinheit sind Atemübungen und ein gezieltes Beckenbodentraining, das die tiefliegende Bauch- und Rumpfmuskulatur kräftigt. Dehnübungen und Muskelentspannung bilden den Abschluss.

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

**Kurs Nr. 182-30217**  
**Donnerstags, 20.00 – 21.30 Uhr**  
**06.09. bis 29.11., 10 Termine**  
**AMG große Sporthalle**  
**80,- EUR**  
**Elfie Schwarz**

neu

**Fit mit Musik**

Dieser Kurs bietet eine Kombination aus klassischem Aerobic und Bodystyling. Aerobic ist ein Ausdauertraining, das zugleich Koordination und Beweglichkeit schult. Bodystyling zielt darauf ab, die Ausdauer der Muskeln zu trainieren. Es werden insbesondere Beine, Po, Bauch, Rücken und Taille gestärkt. Geeignet ist dieser Kurs für alle, die ihre allgemeine körperliche Fitness steigern wollen.

*Bitte Sportbekleidung, Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.*



## Bewegung und Entspannung

**Kurs Nr. 182-30216**  
**Mittwochs, 10.00 – 11.00 Uhr**  
**05.09. bis 05.12., 12 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**60,- EUR**  
**Sarah Vogelsanger**

### Senioren-gymnastik

#### Gruppe St. Matthias

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

**Kurs Nr. 182-30218**  
**Donnerstags, 9.00 – 10.00 Uhr**  
**06.09. bis 24.01., 15 Termine**  
**Pfarrsaal St. Matthias**  
**60,- EUR**  
**Veronika Sicksch**

### GYROKINESIS®

#### The Art of Exercising and Beyond

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

die Tiefenmuskulatur werden trainiert und die Gelenke mobilisiert.

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

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

*Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, Trinkwasser*

**Kurs Nr. 182-30219**  
**Donnerstags, 18.30 – 19.45 Uhr**  
**06.09. bis 29.11., 10 Termine**  
**Familienzentrum Forum Feyen**  
**Gymnastikraum**  
**70,- EUR**  
**Karin Sattler**

## Aqua-Fitness in der Deutschen Richterakademie

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!

**Alle Kurse finden in der Deutschen Richterakademie, Metzger Allee, statt.**

**1. Kurs Nr. 182-30280**  
**Mittwochs, 9.15 – 10.15 Uhr**  
**05.09. bis 12.12., 12 Termine**  
**125,- EUR**  
**Petra Fruböse**

**2. Kurs Nr. 182-30281**  
**Mittwochs, 10.15 – 11.15 Uhr**  
**05.09. bis 12.12., 12 Termine**  
**125,- EUR**  
**Petra Fruböse**

**3. Kurs Nr. 182-30282**  
**Donnerstags, 8.30 – 9.30 Uhr**  
**06.09. bis 13.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**4. Kurs Nr. 182-30283**  
**Donnerstags, 9.30 – 10.30 Uhr**  
**06.09. bis 13.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**5. Kurs Nr. 182-30284**  
**Donnerstags, 10.30 – 11.30 Uhr**  
**06.09. bis 13.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**6. Kurs Nr. 182-30285**  
**Donnerstags, 11.30 – 12.30 Uhr**  
**06.09. bis 13.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**7. Kurs Nr. 182-30286**  
**Freitags, 9.00 – 10.00 Uhr**  
**14.09. bis 14.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Marlies Kierok**

**8. Kurs Nr. 182-30287**  
**Freitags, 10.00 – 11.00 Uhr**  
**14.09. bis 14.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Marlies Kierok**

**9. Kurs Nr. 182-30288**  
**Freitags, 11.00 – 12.00 Uhr**  
**14.09. bis 14.12., 11 Termine**  
**115,- EUR**  
**Marlies Kierok**

**10. Kurs Nr. 182-30300**  
**Mittwochs, 9.15 – 10.15 Uhr**  
**09.01. bis 13.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Petra Fruböse**

**11. Kurs Nr. 182-30301**  
**Mittwochs, 10.15 – 11.15 Uhr**  
**09.01. bis 13.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Petra Fruböse**

**12. Kurs Nr. 182-30302**  
**Donnerstags, 8.30 – 9.30 Uhr**  
**10.01. bis 21.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**13. Kurs Nr. 182-30303**  
**Donnerstags, 9.30 – 10.30 Uhr**  
**10.01. bis 21.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**14. Kurs Nr. 182-30304**  
**Donnerstags, 10.30 – 11.30 Uhr**  
**10.01. bis 21.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**15. Kurs Nr. 182-30305**  
**Donnerstags, 11.30 – 12.30 Uhr**  
**10.01. bis 21.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**16. Kurs Nr. 182-30306**  
**Freitags, 9.00 – 10.00 Uhr**  
**18.01. bis 22.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Marlies Kierok**

**17. Kurs Nr. 182-30307**  
**Freitags, 10.00 – 11.00 Uhr**  
**18.01. bis 22.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Marlies Kierok**

**18. Kurs Nr. 182-30308**  
**Freitags, 11.00 – 12.00 Uhr**  
**18.01. bis 22.02., 6 Termine**  
**61,- EUR**  
**Marlies Kierok**



## 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

**Kurs-ID 20180201-986778**  
**Kurs Nr. 182-30242**  
**Mittwochs, 18.30 – 20.00 Uhr**  
**05.09. bis 21.11., 10 Termine**  
**Familienzentrum Feyen Gymnastikraum**  
**89,- EUR; Angelika Kiesel**

### Pilates für Anfänger/innen

**Kurs Nr. 182-30243**  
**Donnerstags, 19.30 – 20.45 Uhr**  
**20.09. bis 14.02., 14 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**  
**105,- EUR; Claudia Gasse-Ernst**

### Pilates für Fortgeschrittene

Voraussetzung: Pilates für Geübte  
**Kurs Nr. 182-30244**  
**Donnerstags, 18.00 – 19.15 Uhr**  
**20.09. bis 14.02., 14 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**  
**105,- EUR; Claudia Gasse-Ernst**

### Pilates am Vormittag

**1. Kurs Nr. 182-30245**  
**Mittwochs, 9.30 – 10.45 Uhr**  
**19.09. bis 13.02., 14 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Großer Saal**  
**91,- EUR; Claudia Gasse-Ernst**

**2. Kurs Nr. 182-30246**  
**Mittwochs, 11.00 – 12.15 Uhr**  
**19.09. bis 13.02., 14 Termine**

### Pilates sanft

**Kurs-ID 20180201-986778**  
Wollen Sie Ihrem Körper und Ihrer Seele nach Feierabend etwas Gutes tun ohne sich zu überfordern? Entspannenden und vitalisierenden Atemübungen folgt ein moderates Ganzkörpertraining mit kombinierten Dehnungs- und Kräftigungsübungen und der Konzentration auf die Körpermitte, das „Powerhouse“. Am Abschluss folgt eine Entendentspannung mit Klangschalen, progressiver Muskelentspannung oder einer Phantasiereise.

**1. Kurs Nr. 182-30248**  
**Donnerstags, 19.45 – 21.15 Uhr**  
**06.09. bis 29.11., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**89,- EUR**  
**Angelika Kiesel**

**2. Kurs Nr. 182-30249**  
**Freitags, 17.30 – 19.00 Uhr**  
**07.09. bis 23.11., 10 Termine**  
**Familienzentrum Forum Feyen**  
**Gymnastikraum**

### „Yogilates“. Yoga meets Pilates

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

**1. Kurs Nr. 182-30251**  
**Mittwochs, 17.30 – 18.45 Uhr**  
**05.09. bis 21.11., 10 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**60,- EUR**  
**Evgenia Zimmer**

**2. Kurs Nr. 182-30252**  
**Mittwochs, 19.00 – 20.15 Uhr**  
**05.09. bis 21.11., 10 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**60,- EUR**  
**Sarah Vogelsanger**

## Rückengymnastik – Rückenfit

In den Kursen erlernen die TeilnehmerInnen Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung und zur Kräftigung der Rückenmuskulatur.

### Wirbelsäulengymnastik

#### Einführung in die Präventive Rückenschule

Im Mittelpunkt stehen Kräftigungs-, Dehn- und Beweglichkeitsübungen zur Verbesserung der Körperhaltung sowie der Linderung von Haltungsschäden und deren Folgen. Anatomische Grundkenntnisse der Wirbelsäule und Anregungen über rückengerechte Verhaltensweisen im Alltag sollen helfen, wirbelsäulenschädigende Bewegungsabläufe bewusst zu vermeiden. Teilnehmende mit akuten Wirbelsäulenbeschwerden sollten schon an einer Behandlung in der Krankengymnastik teilgenommen haben. Bitte Sportkleidung und ein großes Handtuch mitbringen.

**1. Kurs Nr. 182-30220**  
**Montags, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 15 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela**  
**Realschule plus**  
**75,- EUR**  
**Annemarie Pfirschke**

**2. Kurs Nr. 182-30221**  
**Montags, 19.00 – 20.00 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 15 Termine**

### Rückenfit

**Kurs-ID 20171212-972975**  
Sie erlernen gelenk- und rügenschonende 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!*

**1. Kurs Nr. 182-30222**  
**Montags, 18.30 – 19.30 Uhr**  
**03.09. bis 10.12., 11 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**65,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**2. Kurs Nr. 182-30223**  
**Montags, 19.30 – 20.30 Uhr**  
**03.09. bis 10.12., 11 Termine**  
**ansonsten wie Kurs 1**

**3. Kurs Nr. 182-30224**  
**Montags, 20.30 – 21.30 Uhr**  
**03.09. bis 10.12., 11 Termine**  
**ansonsten wie Kurs 1**

**4. Kurs Nr. 182-30225**  
**Montags, 18.30 – 19.30 Uhr**  
**07.01. bis 18.02., 7 Termine**  
**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**42,- EUR**

**5. Kurs Nr. 182-30226**  
**Montags, 19.30 – 20.30 Uhr**  
**07.01. bis 18.02., 7 Termine**  
**ansonsten wie Kurs 4**

**6. Kurs Nr. 182-30227**  
**Montags, 20.30 – 21.30 Uhr**  
**07.01. bis 18.02., 7 Termine**  
**ansonsten wie Kurs 4**



## Tanzen & Tanzsport

### Salsa Workshop

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Freunde finden, Spaß haben, mitmachen**

Jeden 2. Samstag im Monat gibt's einen Salsa Workshop mit Paulo. Unverhohlenen 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 bequeme Kleidung mitbringen!*

**1. Kurs Nr. 182-30000**

**Samstag, 08.09., 15.00 – 18.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule**

**Verwaltungsgebäude Raum V1**

**16,- EUR**

**Paulo Calderon**

**2. Kurs Nr. 182-30001**

**Samstag, 13.10., 15.00 – 18.00 Uhr**

**3. Kurs Nr. 182-30002**

**Samstag, 10.11., 15.00 – 18.00 Uhr**

**4. Kurs Nr. 182-30003**

**Samstag, 08.12., 15.00 – 18.00 Uhr**

**5. Kurs Nr. 182-30004**

**Samstag, 12.01., 15.00 – 18.00 Uhr**

**6. Kurs Nr. 182-30005**

**Samstag, 09.02., 15.00 – 18.00 Uhr**

**Urlaub in der Stadt**

**Latinotänze nur für Frauen**

**Nur für Frauen und für absolute**

**Beginner**

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

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

Christiane ist eine strukturierte und unterhaltsame Tanztrainerin und macht das Salsa Erlernen leicht und garantiert viel Lebensfreude und viel Rhythmus!

**Kurs Nr. 182-30029**

**Freitags, 18.00 – 19.00 Uhr**

**21.09. bis 07.12., 10 Termine**

**Tanzschule Dance in Trier,**

**Bahnhofplatz 1, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Christiane Germano Rodrigues**

### SWING

**für Singles und Paare**

Swing ist ein echter Garant für gute Laune! Erleben Sie besondere Momente mit dem goldenen 20er Jahre Tanzkult! Lassen Sie sich in die Zeit der New Yorker Big Bands entführen! Der Swing spiegelt in seinen Bewegungen und seiner Musik den Spaß und die Lebensart mehrerer Jahrzehnte wieder. Er besticht mit Figurenvielfalt und Stil, aber vor allem mit seiner frechen und lässigen Musik. Der SWING-Kurs besteht aus einfachen Variationen vom Grundschrift bis zum Erlernen einiger der schönsten Lindy-Hop-Figuren mit erfahrener und zertifizierter Tanzlehrerin für perfekte Tanz-Resultate.

**Kurs Nr. 182-30027**

**Mittwochs, 19.00 – 20.00 Uhr**

**19.09. bis 05.12., 10 Termine**

**Tanzschule Dance in Trier,**

**Bahnhofplatz 1, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Christiane Germano Rodrigues**

### ZUMBA® Fitness!

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

ZUMBA®-Kurse sind für jedermann ohne Einschränkung geeignet, weil keinerlei Vorkenntnisse im Bereich Tanz & kein Tanzpartner erforderlich sind. Es herrscht Partystimmung, sodass sich auch Nichttänzer, 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

### Tanzen 60+

*Aktiv im Alter*

**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. 182-30028**

**Freitags, 16.30 – 17.30 Uhr**

**21.09. bis 07.12., 10 Termine**

**Tanzschule Dance in Trier,**

**Bahnhofplatz 1, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Helder Rodrigues**

Seele etwas Gutes!

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

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

**Kurs Nr. 182-30025**

**Dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr**

**18.09. bis 04.12., 10 Termine**

**AMG große Sporthalle**

**82,- EUR**

**Helder Rodrigues**



**Haus der Gesundheit**

Trier/Trier-Saarburg e.V.

Paulinstraße 60 | 54292 Trier

Tel.: 0651 436 2217 | Fax: 0651 436 2219

info@hausdergesundheit-trier.de | www.hdg-trier.de

Öffnungszeiten: Mo. + Fr. 9:00 - 12:00 Uhr

Di. - Do. 8:30 - 12:30 Uhr

www.hdg-trier.de



## Kochen & Ernährung

### Sauerkraut, Kimchi und Co. Lebensmittel ohne Strom haltbar machen

Die Fermentation ist eine uralte Methode, Lebensmittel haltbar zu machen, die in letzter Zeit wieder in Mode gekommen ist. Tatsächlich werden Lebensmittel durch die Fermentation nicht nur haltbar gemacht, sondern „veredelt“, der Gehalt an wichtigen Nährstoffen steigt durch die Milchsäuregärung. Wie es einfach möglich ist, auch ohne den großen Sauerkrauttopf fermentierte Lebensmittel zu Hause zuzubereiten, leckere Rezepte und praktische Tipps vermittelt Annette Fehrholz. Auch andere Techniken des Haltbarmachens wie Einlegen und Einsalzen werden angesprochen.

*Bei der Anmeldung unbedingt Mailadresse angeben! Eigenes Material kann mitgebracht werden, Informationen dazu erhalten die Teilnehmenden vor der Veranstaltung.*

*Anfallende Kosten für Lebensmittel sind vor Ort an die Kursleiterin zu zahlen.*

*Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Getränk*

**Kurs Nr. 182-30700**  
**Donnerstag, 20.09., 18.00 – 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**20,- EUR**  
**Annette Fehrholz**

### Selbst ist der Mann... ran an den Kochtopf Männerkochkurs

Sie haben die ersten Gehversuche am eigenen Herd erfolgreich abgeschlossen und wollen Ihre Fertigkeiten erweitern? Wir kochen schmackhafte, schnelle und alltagstaugliche Gerichte aus Fleisch, Fisch, Gemüse, Kartoffeln, Reis und mehr. Eigene Menüwünsche können berücksichtigt werden! Kleine Tipps und Kniffe zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Speisen besonders vitaminschonend und geschmackserhaltend zubereiten und ansprechend anrichten können. In fröhlicher Runde verzehren wir unsere Gerichte bei einem passenden Glas Wein.

Lebensmittelkosten von 8–10 EUR pro Abend sind nicht in der Kursgebühr enthalten.  
*Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übrige Lebensmittel und eigenes nichtalkoholisches Getränk!*

**Kurs Nr. 182-30701**  
**Montags, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**08.10. bis 22.10., 3 Termine**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**60,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Fisch – Gesundheit aus dem Meer

Lassen Sie sich überraschen von der Vielfältigkeit der Fischküche und verwöhnen Sie Ihren Gaumen mit edlen Fischgerichten. Wir bereiten verschiedene Drei-Gänge-Menüs, Salate und verschiedene Vorspeisen / Tapas zu, bei denen der Fisch im Mittelpunkt steht. Anschließend verzehren wir unsere Gerichte bei einem Glas Weißwein.

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

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

**Kurs Nr. 182-30702**  
**Mittwochs, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**17.10. bis 07.11., 3 Termine**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**60,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Herbstliche Landfrauenküche

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

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

**Kurs Nr. 182-30703**  
**Freitag, 19.10., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Schnelle Küche für Berufstätige

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

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

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

**Kurs Nr. 182-30704**  
**Donnerstag, 08.11., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Wild in der Küche

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

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

**Kurs Nr. 182-30705**  
**Freitag, 16.11., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Gäste und Feste eine festliches Weihnachtsmenü

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

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

**Kurs Nr. 182-30706**  
**Mittwoch, 12.12., 18.30 – 20.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Heißgeliebte Ofengerichte

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

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

**Kurs Nr. 182-30707**  
**Donnerstag, 29.11., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Französische Küche

Begleiten Sie uns auf einer kulinarischen Reise durch Frankreich. Mit den typischen regionalen Gerichten von der Normandie bis zur Mittelmeerküste.

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

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

**Kurs Nr. 182-30708**  
**Donnerstag, 17.01., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**

### Brunchideen und Fingerfood

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

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

**Kurs Nr. 182-30709**  
**Donnerstag, 14.02., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Gabriele Köhnen**



## Kochen & Ernährung

### „Gesundheit und Harmonie aus dem Kochtopf“

**Indisch, vegetarischer Kochkurs für EinsteigerInnen**

**Mit Theo Kuhn**

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

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

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

**1. Kurs Nr. 182-30710**

**Donnerstag, 18.10., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**20,- EUR**

**2. Kurs Nr. 182-30711**

**Dienstag, 06.11., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**20,- EUR**

**3. Kurs Nr. 182-30712**

**Dienstag, 15.01., 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**20,- EUR**

**4. Kurs Nr. 182-30713**

**Dienstag, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**27.11. bis 11.12., 3 Termine**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**55,- EUR**

**5. Kurs Nr. 182-30714**

**Donnerstag, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**24.01. bis 07.02., 3 Termine**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**55,- EUR**

### Emotionales Essen

**Einführungsworkshop**

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

Und je nach Art des Emotionalen Essen (Binge Eating und Übergewicht, Menschen, die lebenslang Diäten ausprobieren bis hin zu Magersucht und Bulimie) drückt sich diese Besessenheit durch wiederholtes Essen und Erbrechen, durch ständiges Hungern bei Diäten oder durch wiederholtes Überessen aus. Menschen die unter emotionalem Essen leiden, sind nicht

in der Lage, dieses Verhalten zu kontrollieren. Sie erreichen nie, was sie eigentlich wollen und sind gefangen in einem Teufelskreis, der durch Schuld, Trauer, Scham, Angst und Wut genährt wird.

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

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

**Kurs Nr. 182-10701**

**Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr**

**17.10. bis 24.10., 2 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**35,- EUR**

**Anne-Marie Seekings**

### Pilzspaziergang

Pilze sind mehr als nur kulinarische Delikatesse; ihr Lebensraum ist geheimnisvoll und sie erfüllen in der Natur wichtige Aufgaben. Wo und warum wachsen Pilze, sind sie ungenießbar oder doch sogar giftig? Was hat es mit dem berühmten Silberlöffel zur sicheren Bestimmung auf sich? Was sind Hexenringe und Hexenröhrlinge? Alle diese Fragen wollen wir klären und Arten sicher bestimmen lernen. Genießen Sie es aber auch, einfach mal durch den Wald zu streifen und die Natur mit anderen Augen zu betrachten.

*Christoph Postler ist Pilzsachverständiger.*

*Bitte bringen Sie einen Spankorb, ein Messer und falls vorhanden, ein Pilzbestimmungsbuch mit, denken Sie an festes Schuhwerk und Regenkleidung! Witterungsbedingte Terminänderung ist möglich.*

**1. Kurs Nr. 182-11504**

**Sonntag, 23.09., 14.30 – 17.30 Uhr**

**Treffpunkt Parkplatz Kaiserhammerweiher**

**12,- EUR**

**Christoph Postler**

**2. Kurs Nr. 182-11505**

**Sonntag, 21.10., 10.00 – 13.00 Uhr**

**Treffpunkt Parkplatz Eingang Butzerbachtal unterhalb Burg Ramstein**

**12,- EUR**

**Christoph Postler**

## Seelische Gesundheit

### Wochen der seelischen Gesundheit Selbstwert stärken

**Eröffnung**

Zum dritten Mal in Folge veranstaltet die Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle Trier e.V. die Wochen der Seelischen Gesundheit für Trier und den Landkreis Trier-Saarburg. Die Schirmherrin Bürgermeisterin Elvira Garbes wird die Veranstaltungsreihe an diesem Abend eröffnen. Zum Fachvortrag zum Thema „Selbstwert stärken“ und zum Besuch der Infostände im Atrium sind Sie herzlich eingeladen.

**Kurs Nr. 182-30610**

**Montag, 15.10., 18.00 – 21.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Alexander Capitain, Diplompsychologe**

### Eine Depression kann jeden treffen

**Depressionen verstehen und behandeln**

**Informationsveranstaltung**

Das Kompetenznetz Depression Eifel-Mosel stellt sich vor. Frau Karin Kerpen, Psychologin und Leiterin des BTZ Trier (Berufliches Trainingszentrum) und Dr. Oliver Hamm, Oberarzt in der psychiatrischen Abteilung des Klinikums Mutterhaus der Borromäerinnen, werden die Erkrankung aus psychologischer und ärztlicher Sicht darstellen und über Behandlungsmöglichkeiten referieren.

**Kurs Nr. 182-30612**

**Freitag, 19.10., 18.00 – 21.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Karin Kerpen, Oliver Hamm**

### „VHS macht gesünder..“

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

All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.



## Weitere Gesundheitskurse

### bodyART®

Das einzigartige Training für neues Körperbewusstsein

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

*Bitte Isomatte, Handtuch und Getränk mitbringen!*

**1. Kurs Nr. 182-30230**

**Donnerstags, 19.30 – 20.30 Uhr**

**06.09. bis 13.12., 12 Termine**

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

**Anette Irsfeld**

**2. Kurs Nr. 182-30231**

**Freitags, 9.30 – 10.30 Uhr**

**07.09. bis 07.12., 12 Termine**

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

**Anette Irsfeld**

### Effektiv Ärgern – einen ganzen Tag lang

Sie ärgern sich? Besonders über den Chef, die Ehefrau, den Ehemann, die Kids, die Mutter oder den Vater, das rollende Verkehrshindernis vor Ihnen, die MitarbeiterInnen, die Handwerker, die Verkehrskontrolle oder einfach nur aus Gewohnheit?

Dabei wissen wir: Ärger erzeugt Stress und schadet dadurch unserem Immunsystem. Und was unsere Urahnen noch durch Flucht oder Kampf „ausarbeiten“ konnten, vergiftet stundenlang unseren Körper, mit entsprechenden Auswirkungen.

Ziel des Workshops ist es, an ganz persönlichen Beispielen zu lernen, Ärger zu vermeiden, aus den „Ärger-Fallen“ auszusteigen, schneller zu Ruhe und Gelassenheit zu finden.

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

**Kurs Nr. 182-30400**

**Samstag, 29.09., 9.30 – 17.30 Uhr**

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

**Detlef Lange**

### Effektiv Ärgern für Fortgeschrittene

Situationen uns zu ärgern finden wir täglich (fast) unbegrenzt. Ob im täglichen Verkehrschaos, im Unternehmen, mit Kunden, beim Einkaufen oder zu Hause. Der Chef gibt uns mal wieder einen „Sonderauftrag“, die Person vor uns erweist sich als Verkehrshindernis und die Kids lassen mal wieder den Schulranzen mitten im Gang liegen. Dabei schadet Ärger uns und unserem Immunsystem. Und was unsere Urahnen noch durch Flucht oder Kampf „ausarbeiten“ konnten, vergiftet stundenlang unseren Körper.

Ziel des Workshops ist es, an ganz persönlichen Beispielen zu lernen, Ärger zu vermeiden, aus den „Ärger-Fallen“ auszusteigen, schneller zu Ruhe und Gelassenheit zu finden. Dazu lernen wir weitere Techniken kennen, mit denen wir unseren Ärger klein und unsere Gesundheit groß halten können.

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

**Kurs Nr. 182-30401**

**Sonntag, 30.09., 9.30 – 17.30 Uhr**

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

**Detlef Lange**

### Ausbildung zur/zum Lachyogaleiter/in Wochenend-Intensiv-Seminar

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

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

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

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

**Kurs Nr. 182-30410**

**Sa/So 27./28.10.2018**

**10–17 Uhr, 2 Termine**

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

**Brigitte Yashima Schuler**

### Übersäuerung und Mineralienhaushalt

**vierzehntägig**

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

Ziele des Kurses:

- Entsäuern durch basenreiche Kost
  - Eine gesunde und dauerhafte Gewichtsreduktion
  - Erkennen von Ess- und Ernährungsfehlern
  - Gezielter Körperfettabbau
  - Steigerung der Lebensqualität
- Materialkosten für Handbuch und Wochenpläne sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

**Kurs Nr. 182-30600**

**Montags, 19.00 – 20.30 Uhr**

**24.09. bis 10.12., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
65,- EUR**

**Marlis Smoll**

### Frauen stärken „reset your life“ ein Workshop für Frauen

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

Der Workshop soll Frauen mittleren Alters Impulse schenken und sie stärken auch in diesem Alter neue Wege zu gehen. Themen wie Loslassen, Re-Orientierung, verstärktes Bewusstsein und liebevolle Achtsamkeit zeigen den Weg zur gesunden Entfaltung deiner Potentiale.

Ein gemeinsames Mittagessen kann organisiert werden – unbedingt Anmeldeschluss beachten!

Anne-Marie Seekings, Psychologische Beraterin, Personal Coach, Heilenergetik Coach und Stressmanagementberaterin

*Bitte Yogamatte, dicke Socken und bequeme Kleidung mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-30601**

**Samstag, 01.12., 9.30 – 17.30 Uhr**

**Domfreihof, Sternstraße**

**65,- EUR**

**Anmeldeschluß: 23.11.2018**

**Anne-Marie Seekings**



## Weinseminare

### 1x1 des Weins

Was macht einen guten Wein aus und woran erkennt man ihn? Was bedeuten die Angaben auf dem Etikett? Worauf kommt es bei der Lagerung, Temperierung und Gläserwahl an? In diesem Seminar lernen sie nationale und internationale Weinstile und Weintypen kennen und erfahren die grundlegenden Schritte der Weinbereitung. Anhand von Weinen unterschiedlicher Prädikate, Ausbaustufen und Rebsorten erhalten sie das Basiswissen zum Weingenuss.

*Nebenkosten pro Seminar 20 Euro (ca. 9 Weine namhafter Weingüter Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 182-11609**

**Dienstag, 30.10., 19.00 – 21.15 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafe**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

### Feine Weine zum Feiern und Geniessen

In der kalten Jahreszeit kann es ruhig etwas üppiger zu gehen. Mollig und gemütlich lautet die Devise auch beim Wein. Weihnachten und Sylvester bieten reichlich Gelegenheit das Beste aus dem Keller zu präsentieren. Komplexe Menüs erfordern jedoch eine sorgfältige Weinauswahl. In diesem Seminar verkosten wir internationale und deutsche Weine und Schaumweine Vom leichten Wein, zum Großen Gewächs, über wärmende Rotweine bis zum Gewürztraminer und zur fruchtigen, gereiften Auslese reicht die Palette. Dabei erfahren Sie etwas über die Komposition der Weinabfolge beim Menü, Sensorik und die Stilistik der verschiedenen Rebsorten und Weinarten.

*Nebenkosten pro Seminar 20 Euro (ca. 9 Weine namhafter Weingüter Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 182-11610**

**Dienstag, 04.12., 19.00 – 21.15 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafe**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

## Whisky

### 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. Über bekannte aber auch unbekanntere Seiten des faszinierenden Landes erfahren Sie ausführlich in dem von Dias (PowerPoint-Präsentation) begleiteten Seminar.

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

**Kurs Nr. 182-11605**

**Sonntag, 16.09., 18.00 – 20.30 Uhr**

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

**10,- EUR**

**Henrik Stöppler**

### Aromareihe Fortsetzung

Der Seminarleiter überrascht Sie mit neuen Entdeckungen und Erkenntnissen.

Whisky Einsteiger haben an diesem Abend in gewohnter Weise die Gelegenheit, alle Fragen zu stellen, die Sie zum Thema Whisky schon immer stellen wollten.

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

**Kurs Nr. 182-11606**

**Sonntag, 04.11., 18.00 – 21.30 Uhr**

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

**10,- EUR**

**Henrik Stöppler**

Trifft jeden Geschmack!

## HERRES Werkverkauf



**HERRES**  
Have a drink

Besuchen Sie uns: Montag bis Freitag von 9:00 bis 12:00 und 13:00 bis 16:30 Uhr.  
Rudolf-Diesel-Straße 7-9, 54292 Trier · Tel. +49 651 209 06-132 · www.herres-sekt.com



# 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).

## Einstufung und Beratung

Sprachberatung Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Russisch  
Für Teilnehmer/innen, die bereits über sprachliche Vorkenntnisse verfügen, ist es sehr schwierig, diese ohne fachkundige Unterstützung richtig einzuschätzen und aus dem Unterrichtsangebot den Kurs heraus zu finden, der dem eigenen Lernstand am ehesten entspricht. Wenn Sie also in diesem Semester an der vhs Trier einen Sprachkurs besuchen

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

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

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



Fachbereichsleitung  
**Rita Brockhaus**  
0651-718-1431  
[rita.brockhaus@trier.de](mailto:rita.brockhaus@trier.de)

## Sprachberatung

„Wie finde ich den für mich passenden Kurs?“  
**Kostenfreie** Beratung und Einstufung für die Sprachen **Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Russisch:**  
**Donnerstag, 23.08.**  
**17.00 – 19.00 Uhr (alle 5 Sprachen)**  
**Domfreihof, R. 101 – 108**  
**kostenfrei**

Anmeldungen an dem Tag bis 19.15 Uhr.

## Klassifizierung der Sprachkenntnisse

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

### A1 – Grundstufe

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung einfacher, konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

### A2 – Grundstufe

Kann einzelne Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

## Grundbausteinprüfung der Europäischen Sprachzertifikate möglich

### B1 – Aufbaustufe

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

## Europäische Sprachzertifikatsprüfung möglich

### B2 – Aufbaustufe

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

### C1 – Oberstufe

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

### C2 – Oberstufe

Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

# Integration Deutsch als Fremdsprache

## Integration fängt bei Sprache an

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

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

## Kostenlose Einstufung und Beratung

### Verpflichtend für BAMF-geförderte Teilnehmer/innen!

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

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

Sie möchten sich erkundigen, ob Sie die BAMF-Förderung in Anspruch nehmen können? – [www.integration-in-deutschland.de](http://www.integration-in-deutschland.de)

**Donnerstag, 18.10.2018, 14.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5**

**Dienstag, 23.10.2018, 14.00 – 15.30 Uhr  
Domfreihof, R. 1**

**Donnerstag, 06.12.2018, 14.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5**

**Dienstag, 11.12.2018, 14.00 – 15.30 Uhr  
Domfreihof, R. 1**

**Donnerstag, 07.03.2019, 14.00 – 18.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5**

**Dienstag, 12.03.2019, 14.00 – 15.30 Uhr  
Domfreihof, R. 1**



Deutsch als Fremdsprache  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

0651-718-1437

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

## Intensivkurse – (Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler)

Die Intensiv-Grundstufe mit 600 Unterrichtsstunden teilt sich in die Stufen A1 (A1.1. und A1.2), A2 (A2.1. und A2.2) und B1 (B1.1 und B1.2) mit jeweils 200 Unterrichtsstunden. Dies entspricht den 600 Stunden Sprachunterricht im Integrationskurs von Modul 1-6. Es wird der Stoff bis zur Stufe B1 des europäischen Referenzrahmens erarbeitet.

Nach dem dritten Kurs ist es für Selbstzahler sinnvoll, die Prüfung zum Zertifikat Deutsch abzulegen. Das Zertifikat Deutsch dokumentiert, dass Sie über die Kenntnisse einer abgeschlossenen Grundstufe verfügen, d.h., Sie können sich in allen wichtigen Situationen des Alltags sprachlich behaupten, eine Vielzahl von Texten verstehen und sich schriftlich dazu äußern.

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

### Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

#### A1.1 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404051  
20.08. – 14.09.2018**

**Kurs Nr. 182-404071  
29.10. – 27.11.2018**

**Kurs Nr. 182-404081  
14.01. – 08.02.2019**

### Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

#### A1.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404052  
17.09. – 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404072  
28.11.2018 – 10.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404082  
11.02. – 19.03.2019**

### Für Teilnehmer/innen, die das Niveau A1 abgeschlossen haben

#### A2.1 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404033  
20.08. – 14.09.2018**

**Kurs Nr. 182-404053  
29.10. – 27.11.2018**

**Kurs Nr. 182-404073  
14.01. – 08.02.2019**

**Intensivkurse – (Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler)**

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

**A2.2 Deutsch als Fremdsprache**

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404034  
17.09. – 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404054  
28.11.2018 – 10.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404074  
11.02. – 19.03.2019**

Für Teilnehmer/innen, die das Niveau A2 abgeschlossen haben

**B1.1 Deutsch als Fremdsprache**

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404015  
20.08. – 14.09.2018**

**Kurs Nr. 182-404035  
29.10. – 27.11.2018**

**Kurs Nr. 182-404055  
14.01. – 08.02.2019**

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

**B1.2 Deutsch als Fremdsprache**

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

**montags – freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404016  
17.09. – 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404036  
28.11.2018 – 10.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404056  
11.02. – 19.03.2019**

**Integration: Orientierungskurse**

**Deutschland – Geschichte, Rechtsordnung, Kultur**

ACHTUNG: Gesonderte Anmeldung für die Prüfung!

**montags – freitags  
8.30 – 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
250,- EUR**

**1. Kurs Nr. 182-404017  
29.10. – 27.11.2018**

**2. Kurs Nr. 182-404027  
28.11.2018 – 10.01.2019**

**3. Kurs Nr. 182-404037  
14.01. – 08.02.2019**

**Integration: Test: „Leben in Deutschland“**

Test nur mit Orientierungskurs buchbar  
25,- EUR

**1. Kurs Nr. 182-404018  
Dienstag, 27.11., 12.30 – 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 29.10.2018**

**2. Kurs Nr. 182-404028  
Donnerstag, 10.01., 12.30 – 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 28.11.2018**

**3. Kurs Nr. 182-404038  
Freitag, 08.02., 12.30 – 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 14.01.2019**

**Integration:  
Wiederholerkurse für  
BAMF-Teilnehmer/innen**

**A2.1 – B1.2**

**1. Kurs Nr. 182-404060  
montags – freitags  
20.08. – 27.11.2018  
8.30 – 12.30 Uhr, 60 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
kostenfrei**

**2. Kurs Nr. 182-404090  
28.11.2018 – 19.03.2019  
8.30 – 12.30 Uhr, 60 Termine  
sonst wie oben**

**Intensivkurse – Mittelstufe und Oberstufe**

**B2 Deutsch als Fremdsprache  
Mittelstufe**

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

**montags – freitags  
8.30 – 12.30 Uhr, 40 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
550,- EUR**

**Kurs Nr. 182-40415  
20.08. bis 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404151  
29.10.2018 – 10.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404152  
14.01. – 19.03.2019**

**C1 Deutsch als Fremdsprache  
Oberstufe**

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

**montags – donnerstags  
8.30 – 12.30 Uhr  
32 Termine  
Domfreihof, Sternstraße  
670,- EUR**

**Kurs Nr. 182-40416  
20.08. bis 25.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404162  
30.10.2018 – 09.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404164  
14.01. – 19.03.2019**

**Vorbereitung auf die  
Prüfung C1 Hochschule**

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

**freitags,  
8.30 – 12.30 Uhr  
7 Termine  
Domfreihof, Sternstraße  
150,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404161  
31.08. – 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404163  
09.11.2018 – 11.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404165  
25.01. – 15.03.2019**

## Berufsbezogene Sprachförderung (DeuFöv)

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

Wer kann teilnehmen?

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

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

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

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

Wer an den Modulen der nationalen berufsbezogenen Deutschsprachförderung teilnimmt, entscheiden die Arbeitsagenturen und Jobcenter. Wenden Sie sich hier an Ihre Beraterin oder Ihren Berater. Weitere Infos unter: <http://www.bamf.de/DE/Infothek/BerufsbezogeneFoerderung/berufsbezogenerFoerderung-node.html>

### B2 Basiskurs

**montags – freitags**

**08:30 – 12:30 Uhr, 80 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**kostenfrei**

**Kurs Nr. 182-40490**

**27.08. bis 19.12.2018**

**Kurs Nr. 182-40492**

**14.01. – 09.05.2019**

### C1 Akademische Heilberufe (DeuFöv)

**Kurs Nr. 182-40491**

**montags – freitags**

**27.08.2018 bis 22.02.2019**

**13:30 – 17:30 Uhr, 120 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.201**

**kostenfrei**

## Prüfungsvorbereitung

### B1 Deutsch als Fremdsprache

Vorbereitung auf die Prüfung B1 – Zertifikat Deutsch und den DTZ

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

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten

**samstags, 2 Termine. 8.30 – 13.30 Uhr**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**

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

**35,50 EUR**

**Adriano Cristiano**

**Kurs Nr. 182-404280**

**29.09. bis 20.10.**

**Kurs Nr. 182-404281**

**08.12. bis 15.12.**

**Kurs Nr. 182-404282**

**09.03. bis 16.03.**

### B2 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

**Kurs Nr. 182-404283**

**11.01. bis 12.01.2019**

**freitags, 8.30 – 13.30 Uhr**

**2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**

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

**35,50 EUR**

**Pia Schmalen**

### C1 Vorbereitung auf die Prüfung C1 – Hochschule

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

**freitags, 8.30 – 12.30 Uhr. 7 Termine**

**Domfreihof, Sternstraße**

**150,- EUR**

**Kurs Nr. 182-404161**

**31.08. – 26.10.2018**

**Kurs Nr. 182-404163**

**09.11.2018 – 11.01.2019**

**Kurs Nr. 182-404165**

**25.01. – 15.03.2019**

## 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, 29.09.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 06.09.2018**

**Samstag, 24.11.2018**

**Anmeldefrist Mittwoch 31.10.2018**

**Samstag, 26.01.2019**

**Anmeldefrist Dienstag 18.12.2018**

## Ferensprachkurse

### Deutsch als Fremdsprache

Ferensprachkurs für schulpflichtige Kinder 2. – 4. Schuljahr bzw. 5.– 10. Schuljahr

Initiiert und gefördert durch das Land Rheinland-Pfalz.

Zielgruppe: Kinder, die kein oder so gut wie kein Deutsch sprechen und die seit 2016 eingereist sind.

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

Die Gruppengröße beträgt 6 bis 10 Teilnehmende.

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

**montags – freitags,**

**9.00 – 13.00 Uhr, 8 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord**

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

**Herbstferien**

**01.10. – 11.10. 2018**

**Anmeldefrist 31.08.2018**

## Sprachprüfungen

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

Modelltests (kostenlose Downloads) finden Sie unter [www.telc.net](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 85,50 Euro.

**Samstag, 27.10.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 28.09.2018**

**Samstag, 12.01.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 06.12.2018**

**Samstag 23.03.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 28.02.2019**

### A2 – B1 DTZ

Deutsch Test für Zuwanderer

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

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

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

**Samstag 27.10.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 13.09.18**

**Samstag 08.12.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 25.10.18**

**Samstag 12.01.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 29.11.18**

**Samstag 23.03.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 07.02.2019**

### B1 Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 120 Euro.

**Samstag, 10.11.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 27.09.2018**

**Samstag, 19.01.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 06.12.2018**

**Samstag, 30.03.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 14.02.2019**

### B2 Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 150 Euro.

**Samstag, 10.11.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 27.09.2018**

**Samstag, 19.01.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 06.12.2018**

**Samstag, 30.03.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 14.02.2019**

### C1 – Prüfung Hochschule

Nachweis für den Hochschulzugang

Die Prüfungsgebühr beträgt 170 Euro.

**Samstag, 10.11.2018**

**Anmeldefrist Donnerstag 27.09.2018**

**Samstag, 19.01.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 06.12.2018**

**Samstag, 30.03.2019**

**Anmeldefrist Donnerstag 14.02.2019**

## Deutsch als Fremdsprache am Abend

### A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

*Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.1 (Hueber, ISBN 301901-1 und 311901-8)*

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die noch keinen Kontakt mit der deutschen Sprache hatten. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

**Kurs Nr. 182-40460**

**montags u. mittwochs**

**03.09.2018 – 16.01.2019**

**18.30 – 20.00 Uhr, 32 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b**

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

**175,- EUR**

**Petra Poenaru-Sava**

### A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*Lehrbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.2 (Hueber, ISBN 501901-9 und 511901-6)*

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die schon über erste Kenntnisse des Deutschen verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

**Kurs Nr. 182-40461**

**dienstags u. donnerstags**

**04.09.2018 – 17.01.2019**

**18.30 – 20.00 Uhr, 30 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b**

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

**165,- 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. 182-40462**

**dienstags u. donnerstags**

**04.09.2018 – 17.01.2019**

**18.30 – 20.00 Uhr, 30 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.201**

**165,- EUR**

**Olena Müller**

### A2.2 Deutsch als Fremdsprache

AnfängerInnen 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. 182-40463**

**dienstags u. donnerstags**

**04.09.2018 – 17.01.2019**

**18.30 – 20.00 Uhr, 30 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b**

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

**165,- 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.

## Deutsch als Fremdsprache am Abend

**B1.1 Deutsch als Fremdsprache**

**Kurs Nr. 182-40464**  
**montags u. mittwochs**  
**03.09.2018 – 16.01.2019**  
**18.00 – 20.15 Uhr, 32 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**260,- 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. 182-40465**  
**montags u. mittwochs**  
**03.09.2018 – 16.01.2019**  
**18.00 – 20.15 Uhr, 32 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**260,- 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 TeilnehmerInnen mit Sprachkenntnissen entsprechend einer abgeschlossenen Grundstufe (B1).

**Kurs Nr. 182-40466**  
**dienstags u. donnerstags**  
**04.09.2018 – 17.01.2019**  
**18.45 – 21.00 Uhr, 30 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**245,- EUR**  
**Lidija Antonova**

**B2.2 Deutsch als Fremdsprache**

*Lehrbuch und Arbeitsbuch Aspekte neu 2 ab*  
*Lektion 6 (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. 182-40467**  
**dienstags u. donnerstags**  
**04.09.2018 – 17.01.2019**  
**18.45 – 21.00 Uhr, 30 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**245,- EUR**  
**Jana Simon**

**C1 Deutsch als Fremdsprache**

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

**Kurs Nr. 182-40468**  
**dienstags, 04.09.2018 – 15.01.2019**  
**18.45 – 21.00 Uhr, 16 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**130,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**

## Wochenendkurs

**Film ab!**

neu

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer auf Niveau C1. Gemeinsam werden wir einen deutschsprachigen Film sehen und Filmausschnitte analysieren. Dadurch gewinnen wir kulturelle Einblicke, erarbeiten situationsangemessene Sprachhandlungen und erweitern so unseren Wortschatz und unsere grammatischen Strukturen.

**Kurs Nr. 182-40469**  
**Samstags, 9.30 – 12.30 Uhr**  
**02.02. bis 09.02., 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**27,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**

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!



## Arabisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1.1 Arabisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Wir beginnen unseren Einstieg ins Arabische zunächst ohne Lehrwerk.

Spätestens im folgenden Semester dann arbeiten wir mit dem Lehrwerk *Arabisch Intensiv. Grundstufe: ISBN 978-3-87548-834-0*

**Kurs Nr. 182-40101**

**Montags, 19.30 – 21.00 Uhr**

**03.09. bis 14.01., 16 Termine**

**BBS Wi B, B106**

**91,- EUR**

**Sara Elsherif**

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### A1.2 Arabisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 1**  
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: Lesen können, Grundkenntnisse der Grammatik.

**Kurs Nr. 182-40102**

**Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr**

**04.09. bis 15.01., 16 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**91,- EUR**

**Khaled Elgawady**

### A2.1 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 3**

Voraussetzung: Lesen, gute Grundkenntnisse der Grammatik, einfache Dialoge führen können wie sich vorstellen oder Gespräch beim Einkauf.

**Kurs Nr. 182-40104**

**Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr**

**06.09. bis 31.01., 16 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**91,- EUR**

**Khaled Elgawady**

### A2.1 Arabisch

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

Voraussetzung: Lesen, gute Grundkenntnisse der Grammatik, einfache Dialoge führen können wie sich vorstellen oder Gespräch beim Einkauf.

**Kurs Nr. 182-40105**

**Montags, 18.00 – 19.30 Uhr**

**03.09. bis 14.01., 16 Termine**

**BBS Wi B, B106**

**91,- EUR**

**Sara Elsherif**

Für Fortgeschrittene

### B1.2 Arabisch für Fortgeschrittene

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

*ISBN 978-3-87548-849-4*

Audiomaterialien, arabisch-deutsches und deutsch-arabisches Glossar und ein Lösungsschlüssel stehen zum Download zur Verfügung: [www.lsi-bochum.de](http://www.lsi-bochum.de)

Voraussetzung: Dialoge führen, gute Grammatikkenntnisse, Texte und Referate schreiben können.

**Kurs Nr. 182-40110**

**Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr**

**06.09. bis 31.01., 16 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**91,- EUR**

**Khaled Elgawady**



Fachbereichsleitung  
**Rita Brockhaus**

0651-718-1431  
[rita.brockhaus@trier.de](mailto:rita.brockhaus@trier.de)

## Englisch

Für Wiedereinsteiger/innen

Sie haben Englisch bereits in der Schule gelernt, aber nun den Eindruck, dass Sie fast alles vergessen haben? Im Wieder-Einstiegskurs können Sie Ihre früheren Kenntnisse auffrischen!

### A2 – B1 Englisch

**Englische Sprachkenntnisse auffrischen und vertiefen mit dem Medium Film.** neu

In diesem Kurs geht es um die Methode, dank englischer Filme die eigenen Sprachkenntnisse zu verbessern.

Der Wortschatz wird erweitert und Einblick in die Kultur des Landes erworben.

Durch die Analyse von Filmausschnitten werden Handlungsoptionen erkannt und ein besseres Gespür für Redewendungen, variantenreiche Sprachmuster und grammatische Strukturen entwickelt.

*Meldefrist: Freitag, 09.11.18*

**Kurs Nr. 182-40630**

**Samstags, 9.30 – 13.30 Uhr**

**17.11. bis 01.12., 3 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**51,- EUR**

**Karin Sattler**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Network Refresher B1. New edition, ab Lekt. 1**

*ISBN 978-3-12-605189-7*

Activate and pep up your English!

**Kurs Nr. 182-40601**

**Montags, 19.30 – 21.00 Uhr**

**03.09. bis 14.01., 16 Termine**

**BBS Wi B, B17**

**91,- EUR**

**Havenol Schrenk**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Intensivkurs**

This one-week course offers a speedy repetition for participants who have previously learnt the English language (approx. 3 years), and now would like to refresh, extend, practice and to apply the once acquired knowledge.

In five mornings we repeat typical speech situations (everyday life, work, spare time and vacation) and grammatical structures; we'll extend our vocabulary, and enlarge our listening and reading comprehension.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

*ACHTUNG: Anmeldefrist 18.01.19*

**Kurs Nr. 182-40602**

**Montag, 28.01. – Freitag, 01.02.19**

**09.00 – 12.00 Uhr, 5 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**68,- EUR**

### Englisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

**Donnerstag, 23.08.,**

**17.00 – 19.00 Uhr**

**Domfreihof, Raum 101**

**kostenfrei**



Englisch

Für den Beruf

**B1 Englisch für den Beruf**

Simply Business B1, ab Lekt. 5  
ISBN 978-3-06-520456-9

Kurs Nr. 182-40633  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B109  
91,- EUR  
Markus Naumann

**B2 Englisch**

Business English Conversation –  
Weekend

Do you have difficulty communicating in English in the modern world of business? Could you do with some practice? In this course you will be able to practise speaking and writing about business topics of your choice, in order to attain the necessary confidence and ability to communicate fluently. The level of English required for the course would be equivalent to 4 years of school English.

Meldefrist: Freitag, 12.10.18

Kurs Nr. 182-40651  
Samstags, 9.00 – 12.00 Uhr  
20.10. bis 01.12., 6 Termine  
Domfreihof, R. 107  
82,- EUR  
Havenol Schrenk

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 sehr 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. 182-40610  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B121  
91,- EUR  
Manuel König

Für Teilnehmer/innen, die schon  
einige einfache Sprechsituationen  
meistern

**A1 Englisch**

Network Now A1 Starter, ab Lekt. 4  
ISBN 978-3-12-606585-6

Kurs Nr. 182-40612  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B121  
91,- EUR  
Liliya Rissling

**A1 Englisch**

Network Now Starter, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 182-40613  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B120  
91,- EUR  
Tanja Jenzer

**A1 Englisch**

Network Now A1, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-606588-7

Kurs Nr. 182-40614  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B18  
91,- EUR  
Liliya Rissling

**A1 Englisch**

Network Now A1, ab Lekt. 4

Kurs Nr. 182-40615  
Mittwochs, 10.30 – 12.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 107  
91,- EUR  
Inge Lellinger

**A2 Englisch**

Network Now A2.1, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-606591-7  
Nach Bedarf kurze Wiederholung des bisherigen  
Stoffs.

Kurs Nr. 182-40620  
Montags, 10.30 – 12.00 Uhr  
17.09. bis 28.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR  
Eva Schilling

**A2 Englisch**

Network Now A2.1, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-12-606591-7

Kurs Nr. 182-40621  
Mittwochs, 10.30 – 12.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 101  
91,- EUR; Maria Löns

**A2 Englisch**

Network Let's Talk Now A2, ab Lekt. 5  
ISBN 978-3-12-605555-0  
Basic Conversation in English

Kurs Nr. 182-40622  
Dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR; Maria Löns

**A2 Englisch**

Network Now A2.2, ab Lekt. 1  
ISBN 3-12-606593-1

Kurs Nr. 182-40623  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B107  
91,- EUR; Victoria Schmitz

Für Teilnehmer/innen, die schon  
viele Alltagssituationen meistern,  
wenn klare Standardsprache ver-  
wendet wird

**B1 Englisch**

Network Now B1.1, ab Lekt. 6  
ISBN 978-3-12-605122-4

Kurs Nr. 182-40632  
Mittwochs, 9.00 – 10.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 101  
91,- EUR  
Maria Löns

**B1 Englisch**

Go for it!, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-19-002940-2

Kurs Nr. 182-40634  
Donnerstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 1  
91,- EUR  
Havenol Schrenk

**B1 Englisch**

Network Now B 1.1, ab Lekt. 1  
ISBN 3-12-605122-4

Kurs Nr. 182-40635  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B107  
91,- EUR  
Victoria Schmitz



Englisch

**B1 Englisch**

**Headway B1 Part Two, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-0 19 4647137

**Kurs Nr. 182-40636**  
**Mittwochs, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Tamsin Rohdenburg**

**B1 Englisch**

**Network Now B 1.2, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-12-605124-8

**Kurs Nr. 182-40637**  
**Montags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B18**  
**91,- EUR**  
**Liliya Rissling**

**B1 Englisch**

**Speakout Intermediate Student Book, ab Lekt. 5**  
ISBN 978-1-4082-1931-7

**Kurs Nr. 182-40638**  
**Mittwochs, 10.30 – 12.00 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Tamsin Rohdenburg**

**B1 Englisch**

**English for Travelling**

This course is aimed at people who would like to travel to the UK or any other English speaking country. This course will give them essential phrases for surviving in the UK. Some of the subjects to be covered: Ordering in a cafe or restaurant, shopping, complaining and apologising and asking questions, asking permission and making requests, meeting new people, making small-talk, making arrangements.

**Kurs Nr. 182-40640**  
**Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B108**  
**91,- EUR**  
**Amanda Martha Boyce**

**B1 Englisch**

**Active English**

Finden Sie es nicht immer einfach, Englisch zu sprechen? Sie brauchen Übung? In diesem Kurs wollen wir das Verstehen und Sprechen üben, so dass Sie den Mut und die Fähigkeit bekommen, Gespräche auf Englisch zu führen.

**Kurs Nr. 182-40641**  
**Montags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B17**  
**91,- EUR**  
**Havenol Schrenk**

**B1 Englisch**

**English Graphic Novel:**

**Macbeth**

ISBN 978-3-12-578215-0

„The future of the graphic novels lies in the choice of worthwhile themes and the innovation of exposition.“

(Will Eisner)

We'll practice and improve our English skills by talking about Shakespeare's drama 'Macbeth' adapted for a graphic novel. This course includes sidesteps with focus on language and vocabulary, history and culture. No coursebook needed in addition to the graphic novel.

**Kurs Nr. 182-40642**  
**Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B109**  
**91,- EUR**  
**Markus Naumann**

**B1 Englisch**

**Headway English B1+, Lekt. 6**  
ISBN 978-0-19-474147-7

**Kurs Nr. 182-40643**  
**Donnerstags, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**91,- EUR**  
**Havenol Schrenk**

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. 182-40650**  
**Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 14 Termine**  
**BBS Wi B, B110**  
**79,- EUR**  
**Rainer Nolden**



**B2 Englisch**

**Speakout Upper Intermediate Student Book, ab Lekt. 2.2**

ISBN 9781292116013

We'll practice speaking, expand our vocabulary and deepen our grammar skills. Above all, we will have fun in a relaxed class.

**Kurs Nr. 182-40652**  
**Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B120**  
**91,- EUR**  
**Lucy Simmonds**

**B2 Englisch**

**New Headway Upper-Intermediate, ab Lekt. 4**

ISBN 978-0-19-477181-8

**Kurs Nr. 182-40654**  
**Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B108**  
**91,- EUR**  
**Amanda Martha Boyce**

**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. 182-40660**  
**Donnerstags, 10.30 – 12.00 Uhr**  
**06.09. bis 13.12., 12 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**68,- EUR**  
**Marlene zur Nieden**

**C1 Englisch**

**The world of short stories**

Do you want to improve your English? Short stories and newspaper articles will be presented for improving your reading and discussion skills.

**Kurs Nr. 182-40661**  
**Montags, 16.00 – 17.30 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**79,- EUR**  
**Rainer Nolden**



Französisch

Für 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 12.11.18*

**Kurs Nr. 182-40801**  
**Freitag, 16.11. 18.00 – 20.15 Uhr**  
**Samstag, 17.11., 9.00 – 12.00 Uhr u. 13.00 – 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**39,- EUR**

**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 19.11.18*

**Kurs Nr. 182-40802**  
**Freitag, 23.11., 18.00 – 20.15 Uhr**  
**Samstag, 24.11., 9.00 – 12.00 Uhr u. 13.00 – 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**39,- EUR**

**B1 Französisch Wiedereinstieg**

**Aufbaukurs II**

Konversation und Diskussion an Hand von kurzen literarischen Texten und Zeitungsartikeln. In der Grammatik werden wir uns mit subjonctif und conditionnel befassen.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

*ACHTUNG: Anmeldefrist 26.11.18*

**Kurs Nr. 182-40803**  
**Freitag, 30.11., 18.00 – 20.15 Uhr**  
**Samstag, 01.12., 9.00 – 12.00 Uhr u. 13.00 – 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**39,- EUR**

**B1 Französisch Wiedereinstieg**

**Reprise, ab Lekt. 1**  
*ISBN 978-3-19-003380-5*

**Kurs Nr. 182-40810**  
**Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B15**  
**91,- EUR**  
**Catherine Giarra**

**B1 Französisch Wiedereinstieg**

**Reprise, ab Lekt. 4**  
**Kurs Nr. 182-40811**  
**Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B18**  
**91,- EUR**  
**Anke Eggert-Gottschlich**

**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.

**Kurs Nr. 182-40812**  
**Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B8**  
**91,- EUR**  
**Catherine Giarra**

**Französisch: Beratung und Einstufung**

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran. Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

**Donnerstag, 23.08., 17.00 – 19.00 Uhr, Domfreihof, Raum 108, kostenfrei**

Für den Beruf

Diese beiden 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 Französisch für den Beruf**

**Objectif Express, Nouvelle édition – Bd.1**

**Le monde professionnel en français, ab Lekt. 1**  
*ISBN 978-3-19-003379-9*

**Kurs Nr. 182-40820**  
**Montags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**91,- EUR**  
**Sarah Vogelsanger**

**A1 Französisch für den Beruf**

**Objectif Express, Nouvelle édition – Bd.1**

**Le monde professionnel en français, ab Lekt. 3**

**Kurs Nr. 182-40821**  
**Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Sarah Vogelsanger**

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Französischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, sich verabschieden, nach dem Befinden fragen, etwas von sich erzählen, im Café bestellen.

**A1 Französisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse**

**On y va!, ab Lekt. 1**  
*ISBN 978-3-19-103325-5*

**Kurs Nr. 182-40830**  
**Montags, 10.30 – 12.00 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**91,- EUR**  
**France de Chaignon**

**Kurs Nr. 182-40831**  
**Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B19**  
**91,- EUR**  
**Winfried Keidel**



## Französisch

Kurs Nr. 182-40832  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B19  
91,- EUR  
Anke Hübner

Kurs Nr. 182-40833  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B122  
91,- EUR  
Bettina Kufferath-Sieberin

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 4  
ISBN 978-3-19-103325-5

Kurs Nr. 182-40840  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B17  
91,- EUR  
Yannick Goin

Kurs Nr. 182-40841  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B106  
91,- EUR  
Anke Hübner

Kurs Nr. 182-40842  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B18  
91,- EUR  
Anke Eggert-Gottschlich

Kurs Nr. 182-40843  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
12.09. bis 23.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- EUR  
Helma Thelen-Oberbillig

### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 7  
ISBN 978-3-19-103325-5

Kurs Nr. 182-40844  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B122  
91,- EUR  
Bettina Kufferath-Sieberin

Kurs Nr. 182-40845  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
France de Chaignon

### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 8  
Kurs Nr. 182-40846  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
France de Chaignon

### A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-19-103351-4

Kurs Nr. 182-40850  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B17  
91,- EUR  
Anke Hübner

Kurs Nr. 182-40851  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B9  
91,- EUR  
Yannick Goin

### A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 3  
Kurs Nr. 182-40852  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
12.09. bis 23.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- EUR  
Helma Thelen-Oberbillig

### A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 6  
Kurs Nr. 182-40853  
Donnerstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 101  
91,- EUR  
France de Chaignon

### A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 9  
Kurs Nr. 182-40854  
Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B9  
91,- EUR  
Yannick Goin

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 6  
ISBN 978-3-19-103354-5

Kurs Nr. 182-40860  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B17  
91,- EUR  
Yannick Goin

### B1 Französisch

**Wiederholung und Vertiefung**  
Ergänzend zum Lehrbuch Reprise (Neubearbeitung; ab Lekt. 8) wiederholen wir und vertiefen die Kenntnisse anhand von Zeitungsartikeln, Lektüren, Chansons und anderen Texten.

Kurs Nr. 182-40861  
Dienstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
04.09. bis 08.01., 15 Termine  
Domfreihof, R. 108  
85,- EUR  
Martine Schäfer

### B1 Französisch

**Espaces littéraires**  
Lectures et Sujets d'étude:  
Le Québec en couleur. Anthologie de nouvelles québécoises.  
ISBN 978-3-06-020288-1  
À la découverte de l'Afrique noire francophone. Anthologie de nouvelles et de contes.  
ISBN 978-3-464-20302-6

Kurs Nr. 182-40862  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B17  
91,- EUR  
France de Chaignon

Für Fortgeschrittene Teilnehmer/innen

### B2 Französisch

**Lecture et conversation**  
Ce cours est destiné aux personnes ayant déjà un bon niveau d'expression orale en français et qui souhaitent 'rester en forme'.  
A partir de textes de toutes sortes nous allons discuter sur des thèmes très variés ( civilisation française, histoire, politique,régions,gastronomie etc.)  
Nous allons aussi traiter les problèmes grammaticaux et linguistiques qui apparaîtront éventuellement dans le groupe.

Kurs Nr. 182-40870  
Montags, 10.30 – 12.00 Uhr  
15.10. bis 14.01., 12 Termine  
Domfreihof, R. 1  
68,- EUR  
Marie-Françoise Straub

neu

neu



Französisch

**B2 Französisch**

**Konversation**

Zeitungsartikel, aktuelle Themen, Chansons und Gedichte liefern Anlässe zur Konversation. Am Kursbeginn besprechen wir die Auswahl einer Lektüre.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 182-40871**  
**Dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**04.09. bis 08.01., 15 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**85,- EUR**  
**Martine Schäfer**

**B2 Französisch Lektüre**

**Jules Romains: Knock**

ISBN 978-2-7011-4878-6

Dans „l'Écho de Paris“, Mr André Beaunier dit : „Ce triomphe de la médecine est une charmante comédie, et terrible, très gaie, souriante, et qui va jusqu'à l'éclat de rire, et qui avec son air de plaisanter, ne plaisante pas, mais décrit en caricature bien ressemblante une folie des plus dangereuses.

Quelle folie ?

Celle des médecins, plus exactement, celle de la médecine...“

**Kurs Nr. 182-40872**  
**Montags, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Angelique Zinn**

neu

**Besonderer Themenschwerpunkt:**

**Zola und Marxismus**

**B2 Französisch Lektüre**

**Émile Zola: Germinal**

Zola, le grand romancier français du XIXe siècle et figure de proue du mouvement littéraire pan-européen du naturalisme, était un journaliste très actif qui participait à la vie politique dans une position de gauche modérée; le marxisme, un outil utile pour analyser la société capitaliste et ses défauts, un mythe qui inspire la ferveur révolutionnaire, motivant les travailleurs à se solidariser pour affronter leurs oppresseurs capitalistes .....

ISBN 978-3-12-597479-1

**Kurs Nr. 182-40873**  
**Montags, 10.30 – 12.00 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Angelique Zinn**

**B2 Französisch**

**Alter ego+ 4, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-033372-1

**Kurs Nr. 182-40874**  
**Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**05.09. bis 16.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B19**  
**91,- EUR**  
**Winfried Keidel**

**Konversation**

**B2 Französisch**

**Cours de Conversation**

Videoaufzeichnungen, Filme und aktuelle Texte stehen im Vordergrund und dienen als Impulse für Diskussionen in französischer Sprache.

**Kurs Nr. 182-40875**  
**Dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**91,- EUR**  
**Hans-Georg Müller**

**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. 182-40876**  
**Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B8**  
**91,- EUR**  
**Muriel Quast**

**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 Lese- und Hörverstehen. Die Wiederholung grammatischer Strukturen erfolgt – nach Bedarf – im Rahmen der Textarbeit und aus der Unterrichtssituation.

**Kurs Nr. 182-40877**  
**Mittwochs, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**05.09. bis 05.12., 12 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**68,- EUR**  
**Marlene zur Nieden**

**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. 182-40880**  
**Dienstags, 10.45 – 12.15 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**91,- 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.

**Kurs Nr. 182-40881**  
**Donnerstags, 9.00 – 10.30 Uhr**  
**06.09. bis 31.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**91,- EUR**  
**Hans-Georg Müller**

**Kurs Nr. 182-40882**  
**Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B8**  
**91,- EUR**  
**France de Chaignon**





## Italienisch

## Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Italienischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, sich verabschieden, nach dem Befinden fragen, etwas von sich erzählen, im Café bestellen.

**A1 Italienisch für Anfänger/innen**

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 182-40901**  
Dienstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 3  
91,- EUR

Loredana Pellegrino

**Kurs Nr. 182-40902**  
Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
Marlene Roth

**Italienisch:****Beratung und Einstufung**

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran. Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstuftun: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

**Donnerstag, 23.08.,  
17.00 – 19.00 Uhr,  
Domfreihof, Raum 107,  
kostenfrei**

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

**A1 Italienisch**

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 6**  
**Kurs Nr. 182-40908**  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B8  
91,- EUR  
Marlene Roth

**A1 Italienisch**

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 9**  
**Kurs Nr. 182-40909**  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B8  
91,- EUR  
Marlene Roth

**A2 Italienisch**

**Nuovo Espresso 2, ab Lekt. 3**  
ISBN 978-3-19-205439-6

**Kurs Nr. 182-40910**  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B8  
91,- EUR  
Maria Bremm

**A2 Italienisch**

**Espresso 2, ab Lekt. 6**  
**Kurs Nr. 182-40911**  
Donnerstags, 9.00 – 10.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR  
Loredana Pellegrino

**A2 Italienisch**

**Espresso 2, ab Lekt. 7**  
ISBN 978-3-19-005342-1  
**Kurs Nr. 182-40912**  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
Anne Gehlen

**A2 Italienisch**

**Nuovo Espresso 2, ab Lekt. 8**  
ISBN 978-3-19-205439-6  
**Kurs Nr. 182-40920**  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B106  
91,- EUR  
Petra Bauer

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

**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. 182-40922**  
Mittwochs, 10.30 – 12.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR  
Glauco Trebbi

**B1 Italienisch****Esercizio: narrare in italiano**

Für leicht Fortgeschrittene, die lernen wollen, Geschichten auf Italienisch zu erzählen. Wir sprechen vor allem von Ereignissen der Vergangenheit, die den Gebrauch von Passato prossimo, Imperfetto, Passato remoto, Trapassato prossimo e Trapassato remoto erfordern. *Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

*Achtung: Meldefrist 06.09.18*

**Kurs Nr. 182-40923**  
Dienstags, 16.15 – 17.45 Uhr  
11.09. bis 30.10., 6 Termine  
Domfreihof, R. 101  
43,- EUR  
Giacinto Davide Guagnano

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

**B2 Italienisch**

**Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 2**  
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.

**Kurs Nr. 182-40929**  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B9  
91,- EUR  
Alessandra Di Gaetano

**B2 Italienisch**

**Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 5**  
**Kurs Nr. 182-40930**  
Mittwochs, 9.00 – 10.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR  
Loredana Pellegrino

**B2 Italienisch**

**Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 6**  
ISBN 978-3-19-325466-5  
**Parliamo Italiano!**

Konversationskurs über kulturelle und aktuelle Themen. Wir werden authentische italienische Texte benutzen, um den Wortschatz und die Konversationsfähigkeit zu erweitern. Besondere Aufmerksamkeit werden wir dem Lese- und Hörverstehen widmen. Die Übung und Erklärung von grammatischen Strukturen erfolgen – nach Bedarf – während der Textarbeit und aus der Unterrichtssituation heraus.

**Kurs Nr. 182-40931**  
Donnerstags, 15.00 – 16.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 101  
91,- EUR  
Giuseppe Calidoni



## Italienisch

### B2 Italienisch

#### Conversazione sull'arte figurativa in italiano

Vuoi sviluppare il tuo vocabolario e imparare come discutere sull'arte italiana? Questo corso dovrebbe incontrare il tuo interesse.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

Achtung: Meldefrist 06.09.18

**Kurs Nr. 182-40933**  
**Dienstags, 14.30 – 16.00 Uhr**  
**11.09. bis 30.10., 6 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**43,- EUR**

**Giacinto Davide Guagnano**

#### Konversation

### C1 Italienisch

#### Italiano da parlare: colpito e affondato!

E' un corso di conversazione libera in lingua italiana. L'obiettivo e' „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. 182-40940**  
**Montags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**03.09. bis 14.01., 16 Termine**  
**BBS Wi B, B9**  
**91,- EUR**  
**Glauco Trebbi**

## Japanisch

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Japanisch

#### Japanisch, bitte! neu, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-12-606971-7

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse des Japanischen vermittelt: geübt werden typische Situationen und wichtige Redewendungen des Alltags. Auch sollen Sie die japanische Kultur und Mentalität besser verstehen. Wir üben mit handlungspraktischen Aufgaben und Hörverstehen, eigenständiges Sprechen und Verstehen stehen im Vordergrund. Zudem werden Sie Schriftzeichen kennen lernen.

**Kurs Nr. 182-41002**  
**Dienstags, 18.00 – 20.15 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**125,- EUR**  
**Elena Werner**

## Latein

Latein für Trierer/innen und jene, die ihnen gewogen sind

### Latein

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Die Wahl des Lehrwerks wird am ersten Kursabend besprochen.

In Trier, dem „zweiten Rom“ (Roma secunda), ist das Lateinische so präsent wie wohl in kaum einer anderen Stadt nördlich der Alpen. So begegnet uns die Sprache unserer Stadtgründer nicht nur in den zahlreichen, über das Stadtgebiet verstreuten Inschriften, wie etwa in den berühmten Zeilen am Roten Haus oder an der Westfassade des Doms. Auch der Name des Trierer „Nationalgetränks“, Viez, ist lateinischen Ursprungs, ebenso wie die Bezeichnung des Kruges, aus dem er getrunken wird, die Porz (von lat. portio „Teil, Anteil“).

Gerade in Trier gibt es also genügend Gründe, um die Lateinkenntnisse aufzufrischen oder mit dem Erlernen des Lateinischen zu beginnen. In unserem über mehrere Semester angelegten Kurs werden wir das Lateinische von der Pike auf erlernen. In einem fortgeschrittenen Lernstadium wird u.a. die Lektüre von lateinischen Texten über Trier im Mittelpunkt stehen.

**Kurs Nr. 182-41101**  
**Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**12.09. bis 23.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**91,- EUR**  
**Hannah Pauken**

### Latein

für fortgeschrittene Teilnehmer/innen I

#### Salvete tirones discentes!

Voraussichtlich werden wir bei Lektion 6 oder 7 in Dieter Kolschöwsky, Tiro. Curriculum breve Latinum. Ein Lehrwerk für Erwachsene. Bd. 1. Texte, Grammatik, Übungen, Bd. 2 Vokabularien – Übersichten – Lösungen. Hamburg: Buske Verlag 2008. (ISBN 978-3-87548-529-5) angelangt sein.

Neue Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen und 'Wiedereinsteiger/innen' sind herzlich willkommen.

**Kurs Nr. 182-41102**  
**Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Eckhard Buchwald**

### Latein

für fortgeschrittene Teilnehmer/innen II

#### Salvete peritiores discentes!

Voraussichtlich werden wir die Lektüre in Cornelius Nepos (Textausgabe von Hans-Joachim Glücklich: „Cornelius Nepos, Hannibal. Text mit Erläuterungen. Arbeitsaufträge, Begleittexte, Stilistik und Übungen zu Grammatik und Texterschließung“ 5., völlig neu bearb. u. veränd. Aufl. 2011, 80 Seiten mit 8 Abb. Paperback, ISBN 978-3-525-71066-1) weitgehend abgeschlossen haben. Jedoch haben wir voraussichtlich dann in „Lingua Latina. Prüfungsvorbereitung Latinum – Lektüren. Lektüreheft“, 136 Seiten, ISBN 978-3-12-528781-5 noch nicht viel mehr als angefangen.

Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die Lektüreerfahrung sammeln möchten, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

**Kurs Nr. 182-41103**  
**Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**04.09. bis 15.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**91,- EUR**  
**Eckhard Buchwald**





## Luxemburgisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

### A1 Luxemburgisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Alles an der Rei – Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 1**

ISBN: 978-2-879-639932

Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 182-42601

Montags, 18.00 – 19.30 Uhr

05.09. bis 16.01., 16 Termine

BBS Wi B, B18

91,- EUR, Henri Muller

Kurs Nr. 182-42602

Montags, 19.30 – 21.00 Uhr

03.09. bis 14.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

91,- EUR, Henri Muller

Kurs Nr. 182-42603

Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr

06.09. bis 31.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

91,- EUR, Henri Muller

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A2 Luxemburgisch

**Alles an der Rei – Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 7**

ISBN 978-2-87963-703-7

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 182-42610

Montags, 18.00 – 19.30 Uhr

03.09. bis 14.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

91,- EUR

Henri Muller

Kurs Nr. 182-42611

Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr

06.09. bis 31.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

91,- EUR

Henri Muller

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Lëtzebuergesch

für Fortgeschrittene

Mit Hilfe authentischer Texte aus der luxemburgischen Presse und literarischer Texte soll der Wortschatz erweitert und die Kommunikationsfähigkeit geschult werden.

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 182-42620

Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr

05.09. bis 16.01., 16 Termine

BBS Wi B, B18

91,- EUR

Henri Muller

## Neugriechisch

### A1 Neugriechisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Jassu!, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-528890-4

Lernen Sie die Grundlagen für eine Verständigung in vielen Urlaubssituationen und üben sie in Rollenspielen ein. Darüber hinaus erhalten Sie zahlreiche Informationen über Gebräuche und Sehenswürdigkeiten des Landes.

Kurs Nr. 182-41201

Montags, 19.30 – 21.00 Uhr

03.09. bis 14.01., 16 Termine

BBS Wi B, B108

91,- EUR

Angeliki Kalogeraki

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A2 Neugriechisch

**Jassu!, – Wiederholung und Vertiefung**

Lehrbuch u Arbeitsbuch ISBN 978-3-12-528890-4 und 978-3-12-528891-1

Zusätzliche Unterrichtsmaterialien werden in Kopie zur Verfügung gestellt.

Kurs Nr. 182-41210

Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr

05.09. bis 16.01., 16 Termine

BBS Wi B, B106

91,- EUR

Angeliki Kalogeraki

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Neugriechisch

**Epikoinoniste Ellinika 2, ab Lekt. 5**

ISBN: 978-3889750747

Wiederholung und Vertiefung auch der Grammatik

mündliche Übungen und Rollenspiele

Kurs Nr. 182-41221

Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr

05.09. bis 16.01., 16 Termine

BBS Wi B, B106

91,- EUR

Angeliki Kalogeraki

### B2 Neugriechisch

für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

**Epikoinoniste Ellinika 2 – Wiederholung und Vertiefung**

ISBN: 978-3889750747

Wiederholung und Vertiefung anhand des Lehrwerks

Leseverstehen, Hörverstehen, mündlicher Ausdruck / Rollenspiele/ Redemittel

Kurs Nr. 182-41230

Montags, 18.00 – 19.30 Uhr

03.09. bis 14.01., 16 Termine

BBS Wi B, B108

91,- EUR

Angeliki Kalogeraki



## Niederländisch

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 5  
ISBN 978-3-19-005252-3

Kurs Nr. 182-41409  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
Michiel Bulthuis

### A1 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 11  
Kurs Nr. 182-41410  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
Michiel Bulthuis

### A2 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 13  
Kurs Nr. 182-41411  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- EUR  
Michiel Bulthuis

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Niederländisch

Nederlands in actie, ab Lekt. 2  
Kurs Nr. 182-41420  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- 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!

### A1 Norwegisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Norsk for deg neu A1-A2, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-528925-3

Kurs Nr. 182-41501  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B122  
91,- EUR  
Marit Kjølrsrud

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Norwegisch

Norsk for deg, ab Lekt. 8  
ISBN 978-3-12-528920-8

Kurs Nr. 182-41510  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B122  
91,- EUR  
Marit Kjølrsrud

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Norwegisch

Wiederholung und Vertiefung  
Wir haben das Lehrwerk Norsk for deg neu A1-A2 abgeschlossen. Wir werden einfache Texte lesen und darüber sprechen. Auch aus dem Lehrbuch werden wir wiederholen. Wir suchen uns zudem eine norwegische Lektüre.

Kurs Nr. 182-41520  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B9  
91,- EUR  
Marit Kjølrsrud

## Polnisch

### A1 Polnisch

Witam!, ab Lekt. 8  
ISBN 978-3-19-005369-8  
Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern.

Kurs Nr. 182-41710  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B9  
91,- EUR  
Anna Schankweiler

## Russisch

### Russisch: Beratung und Einstufung

An diesem Termin können Sie die Russisch-Dozentin, Frau Doskovski, kennenlernen und mit Ihr über die Kurse, Interessen und Kursziele sprechen. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen.

Donnerstag, 23.08.,  
17.00 – 19.00 Uhr,  
Domfreihof, Raum 107,  
kostenfrei

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.

### A1 Russisch

für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

Otlitschno! aktuell A1, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-19-204477-9

Kurs Nr. 182-41901  
Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B18  
91,- EUR  
Antonina Doskovski

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Russisch

A1 Otlitschno!, ab Lekt. 5  
Kurs Nr. 182-41911  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B107  
91,- EUR  
Antonina Doskovski



## Russisch

### A2 Russisch

**A2 Otlitschno!**, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-19-004478-8

Kurs Nr. 182-41913  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B18  
91,- EUR  
Antonina Doskovski

### A2 Russisch

**A2 Otlitschno!**, ab Lekt. 9

Kurs Nr. 182-41920  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B107  
91,- EUR  
Antonina Doskovski

## Schwedisch

### A1 Schwedisch

für Anfänger/innen ohne  
Vorkenntnisse

**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. 182-42001  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
17.10. bis 23.01., 13 Termine  
BBS Wi B, B9  
74,- EUR  
Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die schon  
einige einfache Sprechsituationen  
meistern

### A1 Schwedisch

**Javisst!**, ab Lekt. 13  
ISBN 978-3-19-005405-3

Kurs Nr. 182-42010  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
18.10. bis 31.01., 12 Termine  
BBS Wi B, B19  
68,- EUR  
Christina Rydner

### A2 Schwedisch

**Javisst!**, ab Lekt. 18

Kurs Nr. 182-42011  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
16.10. bis 22.01., 13 Termine  
BBS Wi B, B19  
74,- EUR  
Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die schon  
viele Alltagssituationen meistern,  
wenn klare Standardsprache ver-  
wendet wird

### B1 Schwedisch

**Jaså!**, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-19-005448-0

Kurs Nr. 182-42020  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
17.10. bis 23.01., 13 Termine  
BBS Wi B, B9  
74,- EUR  
Christina Rydner

Für fortgeschrittene Teilnehmer/  
innen

### B2 Schwedisch

**Konversation**

Vi talar svenska, läser artiklar och böcker från LL-företaget.  
Parallellt övar vi också grammatik.  
Kursens mål är att utveckla språket och fördjupa sina kunskaper så att man kan uttrycka ideer och åsikter någorlunda säkert och korrekt på svenska.

Kurs Nr. 182-42030  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
16.10. bis 22.01., 13 Termine  
BBS Wi B, B19  
74,- EUR  
Christina Rydner

**Konversation**

### C1 Schwedisch

**Konversation**

Vi talar och diskuterar svenska.  
Läser normala böcker och tidningsartiklar.  
Här deltar också elever som studerat eller varit en längre tid, i Sverige!

Kurs Nr. 182-42040  
Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
18.10. bis 31.01., 12 Termine  
BBS Wi B, B19  
68,- EUR  
Christina Rydner

## Spanisch

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 05.10.18*

Kurs Nr. 182-42201

Dienstags, 18.00 – 20.00 Uhr  
16.10. bis 20.11., 6 Termine  
Domfreihof, R. 107  
57,- EUR

Andrea García Coronado

Für Anfänger/innen ohne jegliche  
Vorkenntnisse

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Spanischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, sich verabschieden, nach dem Befinden fragen, etwas von sich erzählen, im Café bestellen.

### A1 Spanisch

für Anfänger/innen ohne  
Vorkenntnisse

**Con gusto nuevo A1**, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-514671-6

Kurs Nr. 182-42210  
Dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr  
11.09. bis 22.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- EUR  
Ricardo Bueno

Kurs Nr. 182-42211  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B121  
91,- EUR

Kurs Nr. 182-42212  
Dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 1  
91,- EUR  
Fernando Santos



## Spanisch

### Spanisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran. Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

**Donnerstag, 23.08.,  
17.00 – 19.00 Uhr,  
Domfreihof, Raum 107,  
kostenfrei**

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 5  
ISBN 3-12-514980-9

Kurs Nr. 182-42220  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B110  
91,- EUR

Andrea García Coronado

Kurs Nr. 182-42221  
Donnerstags, 19.00 – 20.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 108  
91,- EUR

Andrea García Coronado

### A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 182-42222  
Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B8  
91,- EUR

María M. Pérez Ortega

### A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 8

Kurs Nr. 182-42223  
Montags, 19.30 – 21.00 Uhr  
10.09. bis 21.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B109  
91,- EUR

Ricardo Bueno

### A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 9

Kurs Nr. 182-42224  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
11.09. bis 22.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B15  
91,- EUR

Ricardo Bueno

### A1 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 14  
ISBN 978-3-464-20488-7

Kurs Nr. 182-42225  
Mittwochs, 9.00 – 10.30 Uhr  
05.09. bis 12.12., 13 Termine  
Domfreihof, R. 107  
74,- EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

### A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-514990-8

Kurs Nr. 182-42230  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B17  
91,- EUR; María M. Pérez Ortega

### A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 5

Kurs Nr. 182-42231  
Dienstags, 19.00 – 20.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B108  
91,- EUR, María M. Pérez Ortega

### A2 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 8  
ISBN 978-3-464-20489-4

Kurs Nr. 182-42232  
Mittwochs, 10.30 – 12.00 Uhr  
05.09. bis 12.12., 13 Termine  
Domfreihof, R. 1  
74,- EUR; Doveli Gutierrez Hernandez

### A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 9

Kurs Nr. 182-42233  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
10.09. bis 21.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B109  
91,- EUR; Ricardo Bueno

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Spanisch

Con Gusto B1, ab Lekt. 1

Kurs Nr. 182-42240  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B110  
91,- EUR; Andrea García Coronado

### B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 4  
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. 182-42241  
Dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
04.09. bis 15.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B107  
91,- EUR  
Sergio Rodríguez González

### B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 9  
Kurs Nr. 182-42242  
Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.09. bis 31.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B16  
91,- EUR  
Raquel Julio Eleno

### Für Fortgeschrittene B1 Spanisch

**Introducción a la Conversación**  
En este curso leemos, comentamos textos y hablamos sobre temas del mundo de habla española y de interés general, y repasamos al mismo tiempo la gramática.

Kurs Nr. 182-42244  
Mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr  
05.09. bis 16.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B8  
91,- EUR  
Fernando Santos

### B2 Spanisch

Abanico – Nueva Edición, ab Lekt. 2  
ISBN 978-3-12-514871-0

Kurs Nr. 182-42250  
Donnerstags, 9.00 – 10.30 Uhr  
13.09. bis 17.01., 13 Termine  
Domfreihof, R. 3  
74,- EUR  
Doveli Gutierrez Hernandez

### B2 Spanisch

Avenida, ab Lekt. 14  
ISBN 978-3-12-514960-1

Kurs Nr. 182-42251  
Donnerstags, 10.30 – 12.00 Uhr  
06.09. bis 10.01., 13 Termine  
Domfreihof, R. 3  
74,- EUR  
Doveli Gutierrez Hernandez

### Konversation

### B2 Spanisch

**Conversación**  
Este curso es para personas con buenos conocimientos de español y ganas de hablar. Leemos y comentamos textos literarios cortos, artículos de periódicos y otros textos de interés general, repasando al mismo tiempo la gramática.

Kurs Nr. 182-42253  
Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
03.09. bis 14.01., 16 Termine  
BBS Wi B, B19  
91,- EUR  
Fernando Santos



# EDV, Arbeit & Beruf

## Beschäftigungsfähigkeit erhalten und ausbauen

Berufliche Qualifizierung und Vorbereitung auf anerkannte Abschlüsse sind integraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Millionen von Berufstätigen haben in den letzten Jahren die Volkshochschulangebote beim Erwerb von IT-Kompetenzen genutzt – ein eindrucksvolles Wirtschaftsförderungsprogramm.

Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz verfügen über jahrzehntelange Erfahrung in der beruflichen Weiterbildung. Allein in den Bereichen Informationstechnik und kaufmännische Praxis haben sie in Rheinland-Pfalz im Jahr 2010 mit 3.300 Lehrgängen ca. 30.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erreicht. Die Volkshochschulen fördern aber auch systematisches Lernen in Kurs- und Lehrgangsangeboten zum Erwerb berufsübergreifender oder fachspezifischer Kompetenzen, etwa für kaufmännische Dienstleistungsberufe. Das Kernangebot der Volkshochschulen in der beruflichen Bildung wird ergänzt durch Bildungsangebote für öffentliche Auftraggeber, durch zielgerichtete Weiterbildung für Firmen und Einrichtungen und Angebote für spezielle Zielgruppen.

Die Volkshochschulen verfügen dabei über verschiedene Zertifikatssysteme in den Bereichen berufliche Bildung und Sprachen.



Fachbereichsleitung:  
**Rita Brockhaus**

0651-718-1431  
rita.brockhaus@trier.de

## EDV 50+

### Beratungsstunde EDV 50+ „Wie finde ich den für mich passenden EDV-Kurs?“

An diesem Tag informieren Sie EDV-Kursleiter/innen über den Aufbau der EDV-Kurse – damit Sie den richtigen Kurs für sich finden.

**Donnerstag, 23.08.18, 13.00 – 15.15 Uhr**  
**Dienstag, 23.10.18, 13.00 – 15.15 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**kostenfrei**

### 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. 182-50101**  
**Donnerstag, 23.08., 9.15 – 11.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**17,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 182-50102**  
**Dienstag, 23.10., 9.15 – 11.30 Uhr**



### PC-Einsteigerkurs 50+

In dem Einführungskurs lernen Sie die wichtigsten Handgriffe mit Maus und Tastatur. Keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer? Dann ist dieser Kurs für Sie richtig. In entspannter Atmosphäre werden Sie Schritt für Schritt lernen, Programme zu starten und zu beenden, Dateien zu speichern und Texte zu drucken. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über wichtige Anwendungsgebiete.

Inhalte:

Als solide Grundlage für alle weiterführenden 50+ Kurse empfehlen wir diesen Kurs.

**1. Kurs Nr. 182-50103**  
**Montag – Donnerstag,**  
**24.09. – 27.09.18, 08:30 – 12.30 Uhr**  
**4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**115,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 182-50104**  
**Montag – Donnerstag,**  
**03.12. – 06.12.18, 08:30 – 12.30 Uhr**

## Smartphone 50+

### Android-Smartphone und Tablet 50+

#### 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; wie richte ich sie kostenlos ein? Welche Einstellungen sind ratsam? In diesem Workshop erfahren Sie, was es mit Android, Apps und Co auf sich hat. 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 sich nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.

Eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC)

**1. Kurs Nr. 182-50105**  
**Montag – Donnerstag,**  
**17.09. – 20.09.18, 09:30 – 12.15 Uhr**  
**4 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 182-50106**  
**Montag – Donnerstag,**  
**15.10. – 18.10.18, 09:30 – 12.15 Uhr**

Hinweis: Diese Kurse eignen sich nicht für iPhone-Nutzer!

### Themennachmittag Android 50+

Sie haben noch Fragen nach dem Besuch des Kurses „Android Smartphone / Tablet – erste Schritte“?

**Kurs Nr. 182-50107**  
**Montag, 05.11.18, 9.15 – 11.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**17,50 EUR**  
**Alexander Lindemann**





## Einsteiger, Wiedereinsteiger & Umsteiger

### Beratungsabend EDV

„Wie finde ich den für mich passenden EDV-Kurs?“

An diesem Tag informieren Sie EDV-Kursleiter/innen über den Aufbau der EDV-Kurse – damit Sie den richtigen Kurs für sich finden.

**Donnerstag, 23.08.18, 17.00 – 19.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 106**  
**Kostenfrei**

Eine Voranmeldung über Internet ist für die Beratung nicht erforderlich.

### 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 & Schnupern im Internet

Voraussetzungen: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Kurs Nr. 182-50111**  
**mo – do, 03.09. – 07.09.18**  
**09:30 – 12.00 Uhr, 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Werner Hardt**

### Einführung in Windows

#### Wochenendkurs

Kenntnisse des Betriebssystems Windows, seiner grafischen Benutzeroberfläche und den vielfältigen Möglichkeiten, sind für ein effizientes Arbeiten mit dem PC unabdingbar.

Im Kurs werden alle grundsätzlichen Funktionen und Einstellungen behandelt und in praktischen Übungen trainiert.

- Anforderungen an die Hardware
- neue Eigenschaften und Anpassungsmöglichkeiten der grafischen Oberfläche
- Dateimanagement mit dem Explorer
- Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen

**Kurs Nr. 182-50112**  
**Freitag 07.09., 18:30 – 21:30 Uhr**  
**Samstag 08.09., 09:00 – 16:00 Uhr**  
**1 Std. Pause, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**69,- EUR**  
**Werner Hardt**

### MS Office, Outlook – Umstieg

#### Umstieg auf das neue Microsoft Office 2010 / 2013 / 2016

Die neuen Office Versionen (2007/2010/2013/2016/365) mit den Programmen Word, Excel, PowerPoint und Outlook unterscheiden sich erheblich von den früheren Versionen.

Die Benutzeroberfläche wurde komplett überarbeitet. Im Kurs werden Sie mit dem neuen Bedienungskonzept vertraut gemacht und lernen effektiv mit der Oberfläche umzugehen. Nach dem Kurs können Sie problemlos mit dem neuen Office umgehen und werden schnell von den Vorzügen der intuitiveren Bedienung begeistert sein.

- Was ist neu in Office 2010/2013?
- Das neue Bedienkonzept (Menüband, Symbolleiste für den Schnellzugriff,) Dialogfelder, Kontextmenü, Minisymbolleiste und Statusleiste

- Neue Dateiformate (doc, docx, xls, xlsx, pdf, ...)
- Spezielle Neuerungen in Excel, Powerpoint und Outlook
- Tipps und Tricks

**Kurs Nr. 182-50120**  
**Montag, 12.11.18, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 106**  
**23,- EUR**  
**Werner Hardt**

### PC Auffrischung für Wieder-, Einsteiger/innen

Sie möchten nach einer Auszeit gut vorbereitet wieder in die Arbeitswelt einsteigen, sich vielleicht beruflich verändern, v.a. erst einmal wieder Ihre – etwas dahingeschwundenen – Kenntnisse von Office auffrischen und ergänzen? Hier frischen wir in kompakter Form den Umgang mit den Office-Programmen Word, Excel und Powerpoint nochmals auf und gehen nach Bedarf kurz auf Windows ein.

Wir wiederholen 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 Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**1. Kurs Nr. 182-50115**  
**Samstags, 8.30 – 12.30 Uhr**  
**25.08. bis 01.09., 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**57,50 EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 182-50116**  
**Samstags, 8.30 – 12.30 Uhr**  
**10.11. bis 17.11., 2 Termine**

## Outlook

### MS Outlook Einführung

#### Lernziele

- Outlook kennenlernen, 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, Kalender, Besprechungen organisieren, Aufgaben verwalten
- Ordner und Elemente verwalten
- Zugriff und Berechtigungen erteilen
- Outlook anpassen und unterwegs nutzen
- Datenschutz

**Kurs Nr. 182-50121**  
**Montags, 18.30 – 21.30 Uhr**  
**07.01. bis 14.01.19, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**46,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Textverarbeitung

### MS Word I – Anfänger/innen

#### Lerninhalte

- Programmstart, Grundeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten: Dateien erstellen, öffnen und speichern
- Texteingabe und -bearbeitung
- Formatierung von Texten
- Textüberarbeitung, Rechtschreibkontrolle und Ausdruck

Praktische Übungen auf modernen Personal-Computern vertiefen die erworbenen Kenntnisse.

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

**Kurs Nr. 182-50150**  
**Dienstags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**23.10. bis 13.11., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- 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: Anfängerkurs/ entsprechende Vorkenntnisse

**Kurs Nr. 182-50151**  
**Dienstags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**20.11. bis 11.12., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- EUR**  
**Werner Hardt**



## Tabellenkalkulation

### MS Excel I – Grundlagen

Sie erlernen das Erstellen und Gestalten von Tabellen sowie grundlegende Dateneingabe und einfache Berechnungen.

Kursinhalte:

- Erstellen, Bearbeiten und Ausdruck von Tabellen
- Eingaben von Zahlen-, Daten- und Zeitangaben
- Grundlegende Formatierung von Daten und Tabellen
- Einfache Berechnungen mit Hilfe von Formeln
- Praktische Übungen anhand von Beispielen sind fester Bestandteil des Kurses.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows.

**1. Kurs Nr. 182-50130**

**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**05.09. bis 26.09.18, 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- EUR**  
**Werner Hardt**

**2. Kurs Nr. 182-50131**

**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**09.01. bis 30.01.19, 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. 182-50132**

**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**17.10. bis 07.11., 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.

**Kurs Nr. 182-50134**

**Mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**14.11. bis 05.12., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Präsentation

### MS PowerPoint – Grundkurs

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. 182-50140**

**Montags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**15.10. bis 05.11., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- EUR**  
**Werner Hardt**

### MS PowerPoint – Fortgeschrittene

Im Kurs werden fortgeschrittene Techniken zur Präsentationserstellung und Vortragsplanung behandelt.

Themen:

- Organigramme, Diagramme und Schaubilder mithilfe von SmartArts erstellen
- Bildschirmpräsentationen abspielen und steuern
- Präsentationen planen
- Folien mit Designs gestalten
- Vorlagen professionell gestalten (Folienmaster)
- Passende Farben und Schriftarten einsetzen
- Einzelne Folien gestalten
- Grafiken und Multimedia-Elemente verwenden
- Excel-Funktionen in PowerPoint nutzen
- Animationen wirkungsvoll einsetzen
- Verknüpfungen
- Professionelles Begleitmaterial anfertigen
- Die optimale Bildschirmpräsentation
- Präsentationen professionell durchführen
- Zusatzwissen zu Gestaltung und Bildbearbeitung

Voraussetzungen: Grundkenntnisse von Windows und PowerPoint

**Kurs Nr. 182-50141**

**Montags, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**19.11. bis 10.12., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**77,- EUR**  
**Werner Hardt**

## 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- u. Windows-Grundkenntnisse

**Kurs Nr. 182-50122**

**Anmeldeschluss 09.01.2019**  
**mo – fr, 14.01. – 18.01.19**  
**09:00 – 12.15 Uhr (15 min. Pause),**  
**5 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**115,- EUR**  
**Werner Hardt**



## Bildbearbeitung

### Adobe Photoshop CS6 – Grundkurs

Photoshop ist das Referenzprogramm für digitale Bildbearbeitung, sowohl für professionelle Anwender, als auch für Hobbyfotografen. Der Kurs zeigt, wie Sie Ihren PC in ein „Fotolabor“ verwandeln.

Inhalte:

- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate
- Bildimport, Bildoptimierung
- Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
- Licht und Sättigung anpassen
- Beschneiden und Ausrichten
- Ebenen-Technik
- 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 Anwendern von älteren Photoshop Versionen geeignet

**Kurs Nr. 182-50192**

**Dienstag, 18.30 – 21.00 Uhr**

**04.09. bis 25.09., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

### Grundkurs am Wochenende

Bei gleichem Inhalt wie oben

**Kurs Nr. 182-50191**

**Freitag, 30.11.18, 18:30 – 21:30 Uhr**

**Samstag, 01.12.18, 09:00 – 16:00 Uhr**

**(1 Std. Pause), 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

### Photoshop – Special 1: Ebenen & Co

Lernen Sie Bilder zu korrigieren oder zu verfremden, ohne das Originalbild dabei unwiederbringlich zu verändern.

Inhalte:

- Unterbelichtete Bilder aufhellen oder überbelichtete abdunkeln durch duplizierte Ebenen
- Korrekturen von Helligkeit, Kontrast und Farbe mit Einstellungsebenen
- Bildobjekte freistellen oder ausblenden mit Ebenenmasken
- Ebenenstile und Smartfilter

Voraussetzungen: Kenntnisse mit Photoshop Ebenen und Auswahltechniken. Auch für Macintosh-Anwender geeignet.

**Kurs Nr. 182-50194**

**Samstag, 20.10., 9.00 – 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 106**

**46,- 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, -montagen und Ebenen-Technik
- Farbkorrekturen, Freistellen und Beschneiden
- Panoramaaufnahmen, Schrifteffekte
- Tricks für das perfekte Profifoto (Verlaufsfiler, etc.)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse des Programms Photoshop (Elements) oder vorherige Teilnahme am Grundkurs.

Im Kurs wird mit CS6 gearbeitet. Auch für Macintosh-Anwender und Anwendern von älteren Photoshop Versionen geeignet.

**Kurs Nr. 182-50193**

**Dienstag, 18.45 – 21.00 Uhr**

**08.01. bis 29.01.19, 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

### Adobe Photoshop Lightroom – Grundkurs

Fotos sichten, sortieren, bearbeiten und entwickeln – diese Tätigkeiten werden nicht mehr in der klassischen Dunkelkammer, sondern am PC durchgeführt.

Adobe Photoshop Lightroom ist die ideale digitale Dunkelkammer und bietet umfangreiche Werkzeuge für die Verwaltung großer Bildbestände, für die Bild-Bearbeitung (speziell auch Entwicklung von RAW Daten) und für die Präsentation auf Bildschirm, Drucker und im Internet.

Inhalte:

- Vorstellung der Programmoberfläche und des Bedienkonzeptes
- Bilder importieren, verwalten, organisieren
- Grundlagen der Bildbearbeitung in Lightroom
- optimaler Workflow der Bildentwicklung
- Fotopräsentation in Diashows
- Fotobücher erstellen
- GPS-Daten verarbeiten

Im Kurs wird mit Adobe Photoshop Lightroom 5.7 gearbeitet.

**Kurs Nr. 182-50196**

**Freitag, 18.30 – 21.30 Uhr**

**19.10. bis 09.11., 3 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

### Grundkurs am Wochenende

Bei gleichem Inhalt wie oben

**Kurs Nr. 182-50195**

**Freitag 14.09., 18:30 – 21:30 Uhr,**

**Samstag 15.09., 09:00 – 16:00 Uhr**

**1 Std. Pause, 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

### Adobe Photoshop Elements Grundkurs am Wochenende

Adobe Photoshop Elements ist vor allem für Hobbyfotografen entwickelt worden, die mit Digitalkamera oder Scanner arbeiten. Der Kurs zeigt Ihnen, wie Sie Ihren PC in ein „Fotolabor“ verwandeln.

Inhalte:

- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate
- Bildimport, Bildoptimierung
- Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
- Licht und Sättigung anpassen
- Beschneiden und Ausrichten
- Ebenentechnik
- Zeichen- und Textwerkzeuge
- Filter und Effekte
- Retusche (z.B. Aufbereiten alter Familienfotos)
- Einbinden von Bildern in andere Anwendungen wie Word und PowerPoint
- Grafikaufbereitung für Druck, E-Mail und Internet.

Der Kurs richtet sich auch an Anwender, die mit den Programmen Photoshop, CorelPhotoPaint oder PaintShopPro arbeiten. Im Kurs arbeiten wir mit Adobe Photoshop Elements 13.

PC-Grundkenntnisse notwendig.

**Kurs Nr. 182-50198**

**Freitag 23.11., 18:30 – 21:30 Uhr,**

**Samstag 24.11., 09:00 – 16:00 Uhr**

**1 Std. Pause, 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

## Grafik & Gestaltung

### Desktop Publishing (DTP) mit Adobe InDesign CS6

Adobe InDesign CS6 ist das marktführende Programm zur Erstellung von Layouts für Anzeigen, Broschüren, Kataloge und Plakate.

Inhalte:

- Vorstellung des Programms
- Kennenlernen der Arbeitsoberfläche
- Bedienung von Paletten, Werkzeugen, Linealen und Hilfslinien
- Platzieren von Text und Grafik
- Absatz- und Zeichenformate
- Arbeiten mit Farbe
- Vorlagen, Mustervorlagen, Seitenlayout, mehrspaltiger Text.
- Vorbereiten der Daten für die Druckerei und PDF-Export

In praktischen Übungen wird erlernt, wie man Flyer, Visitenkarten, Briefbögen oder kleine Broschüren erstellt. Der Kurs wendet sich auch an Umsteiger von QuarkXPress oder PageMaker. Auch für Macintosh-Anwender geeignet

**Kurs Nr. 182-50202**

**Freitag, 18.30 – 21.30 Uhr**

**11.01. bis 01.02., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Werner Hardt**



Grafik & Gestaltung

Kreativ am Computer mit Corel Draw

Wochenendkurs

Sie möchten ihre kreativen Ideen in professionelle Resultate verwandeln. Mit CorelDraw stehen Ihnen viele Wege offen. Schnell und mühelos lassen sich die unterschiedlichsten Ideen umsetzen: von Logos, Inseraten, Visitenkarten und Webgrafiken bis zu mehrseitigen Broschüren oder Schildern..

Kursinhalte:

- Möglichkeiten von CorelDraw
- Einführung in die Benutzeroberfläche von CorelDraw
- grundlegende und spezielle Techniken der Objektbearbeitung
- Textobjekte (Grafik- und Mengentext) erstellen und bearbeiten
- Farben, Farbverläufe, Füllmuster und Farbpaletten
- Arbeiten mit Ebenen
- Erstellen von Einladungen, Visitenkarten, Plakaten etc.

Anhand zahlreicher praktischer Übungen lernen Sie das Programm kennen.

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

Kurs Nr. 182-50203

Samstag/Sonntag, 19./20.01.19

09:00 - 16:00 Uhr (jew. 1 Std. Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

92,- EUR

Werner Hardt

Internet

Webseite erstellen - WordPress für Einsteiger

WordPress ist das am meisten genutzte CMS (Content-Management-System) zur Erstellung von Websites. Es ist einfach zu bedienen und bietet viele gelungene Design-Vorlagen.

In diesem Kurs für absolute Anfänger erstellen wir Schritt für Schritt eine Homepage.

Weitere Inhalte:

- Registrierung von Domain und Webspace
- Ersteinrichtung eines CMS
- Kategorien erstellen
- Beiträge erstellen
- Designs und Layout

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows, Office und Internet. Es werden keine Programmierkenntnisse benötigt.

Kurs Nr. 182-50174

Samstag/Sonntag, 27. /28.10.18

09:00 - 16:00 Uhr mit jew. 60 min.

Pause, 2 Termine

Domfreihof, R. 106

92,- EUR

Werner Hardt

Sicher kaufen und verkaufen im www

Online stellen, verkaufen und selber kaufen. DAS können Sie nach diesem Kurs selbst: Mit wenig viel erreichen.

Der Einkaufsbummel im WWW zeigt Ihnen, wie Sie mit wenig Geld viel einkaufen können. Kombinieren, recherchieren und dann kaufen. Gutscheincodes finden und einsetzen. Preise vergleichen und günstige Angebote finden. Sichere Portale finden usw.

Lernen Sie ebenfalls Ihre „alten Schätze“ zu verkaufen!

Hier gibt's viele Tricks und Tipps für Einsteiger. Nicht wegwerfen sondern online stellen! Dieser Kurs dient auch dazu, Ihnen die Skepsis vor dem Kauf aus dem WWW zu nehmen. Bitte USB-Stick mit in den Kurs bringen.

Kurs Nr. 182-50108

mo - do, 15.10. - 18.10.18

13:30 - 15.45 Uhr, 4 Termine

Domfreihof, R. 107

69,- EUR

Alexander Lindemann

Microcontroller & Programmierung

Einführung in die ARDUINO Welt

Der Kurs richtet sich an Einsteiger/innen ohne oder mit geringen Kenntnissen von Elektronik und Programmierung.

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene elektronische Bauteile kennen. Sie lernen, wozu sie benötigt werden und wie diese ausgewählt werden. Sie lernen das Arduino Board kennen und können die grundlegenden Funktionen der Arduino 'Programmiersprache' anwenden. Es wird je Teilnehmer/in ein ARDUINO-Starterset zur Verfügung gestellt, das Sie am Ende behalten können. Das Set können Sie auch nach dem Kurs beliebig erweitern.

In der Gebühr ist ein ARDUINO Microcontroller je Teilnehmer enthalten.

Verfügen Sie bereits über das Material, ist die Anmeldung ohne Lernmittel-Gebühr möglich. Meldefrist (wg. dessen Bestellung) am Freitag, 02.11.18

Kurs Nr. 182-50180

Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr

29.11. bis 17.01., 6 Termine

Domfreihof, R. 106

112,- EUR

Falko Jahn

Grafische Benutzeroberflächen in C/C++ erstellen

In diesem Kurs erlernen Sie mit C bzw. C++ Anwendungen mit einer GUI Graphical User Interface) zu programmieren. Es sind die von Windows bekannten Fenster mit Menüs und Schaltflächen. Am Ende des Kurses werden Sie eine komplette kleine Anwendung schreiben.

Inhalte:

- Einführung in die Objektorientierte Programmierung mit C++
- Arbeiten mit Strings
- Einführung in eine Grafik Bibliothek wie z.B. QT
- Wie erstelle ich Fenster, Buttons, Text Eingabefelder etc.
- Arbeiten mit Events

Vorkenntnisse:

Sie sollten bereits über Grundkenntnisse in C (z.B. aus unserem C-Einführungskurs), oder einer anderen Programmiersprache wie z.B. Java verfügen.

Achtung: Anmeldefrist Freitag, 07.09.18

Kurs Nr. 182-50181

Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr

13.09. bis 22.11., 8 Termine

Domfreihof, R. 106

108,- EUR

Falko Jahn

Tablet & Smartphone

Arbeiten mit dem eigenen Apple iPad

Kursinhalte:

In diesem Kurs erlernen wir den Umgang mit dem eigenen Apple iPad. Bedienung und Konfiguration sind genau so Inhalt des Kurses wie die Nutzung der vorinstallierten Apps oder die Installation von Apps und Medien über den Apple AppStore.

Die Volkshochschule haftet nicht für die vom Teilnehmer mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes iPad, gute MS-Windows/MacOS-Kenntnisse sind hilfreich, Email Zugangsdaten

Kurs Nr. 182-50161

Samstag, 12.01., 9.00 - 16.00 Uhr

Domfreihof, R. 107

46,- EUR

Werner Hardt



## Computerschreiben

### 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! Bei dieser Lernmethode werden Erkenntnisse aus der Gehirnforschung und Gedächtnistraining genutzt und miteinander verbunden.

Lernen Sie ganzheitlich und spielerisch mit interessanten Hörgeschichten, einprägsamen Bildern und beruhigender Musik. Kein stures Einhämmern auf die Tasten – im Gegenteil: Mit dieser Methode macht es einfach Spaß, Tippen zu lernen!

Begleitend zum Unterricht erhält jeder ein Kurs-Heft und einen Zugang zu einem sehr guten Online-Tipptrainer zum Trainieren von Tempo und Genauigkeit. Der Kurs ist schon ab 9 Jahren geeignet.

**Für alle Kurse:**

**2 Termine, Domfreihof, R. 106**

**Kursgebühr 87,- EUR**

**Annette Lang**

**1. Kurs Nr. 182-50707**

**Montags, 18.30 – 20.30 Uhr**

**20.08. bis 27.08.18**

**2. Kurs Nr. 182-50701**

**Donnerstags, 16.00 – 18.00 Uhr**

**06.09. bis 13.09.18**

**3. Kurs Nr. 182-50703**

**Mittwochs, 16.00 – 18.00 Uhr**

**07.11. bis 14.11.18**

**4. Kurs Nr. 182-50705**

**Freitags, 16.00 – 18.00 Uhr**

**11.01. bis 18.01.19**

### Test Maschinenschreiben am PC

Mit 10 Fingern blind Computerschreiben zu können ist die Voraussetzung für professionelles Arbeiten am Computer. Immer mehr Firmen erwarten von Ihren

Mitarbeitern, dass Sie im 10-Finger-System tippen können und möchten eine Bestätigung über die Schreibgeschwindigkeit haben. Ein Zertifikat in Ihren Bewerbungsunterlagen erhöht die Einstellungschancen.

Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben mit 10-Finger-System bewertet werden kann und nicht allein die Fähigkeit, schnell zu schreiben. Ein Schreibtest dauert 10 Minuten, woraus die Anschläge pro Minute berechnet werden.

Nach der Auswertung des Tests erhalten Sie das Zertifikat per Post zugestellt.

Wer vorab den Kurs „Computerschreiben in 2x2 Stunden“ belegt hat, erhält 25% Rabatt auf den Preis des Schreibtests.

**Preis pro Schreibtest incl. Zertifikat:**

**30 Euro**

**Domfreihof, R. 106**

**Kurs Nr. 182-50708**

**Montag, 27.08., 20.30 – 21.00 Uhr**

**Kurs Nr. 182-50702**

**Donnerstag, 13.09., 18.00 – 18.30 Uhr**

**Kurs Nr. 182-50704**

**Mittwoch, 14.11., 18.00 – 18.30 Uhr**

**Kurs Nr. 182-50706**

**Freitag, 18.01., 18.00 – 18.30 Uhr**

### Hinweise zum Test

Da mehr und mehr Firmen einen Nachweis von Mitarbeitern bezüglich der Fähigkeiten im 10-Finger-Schreibsystem benötigen, bieten wir einen Test an.

Die meisten Teilnehmenden sollten aber nach dem Computerschreiben-in-4-Stunden-Kurs noch trainieren, um ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die vhs stellt dann das Zertifikat mit Anschlagsgeschwindigkeit aus und schickt es den Teilnehmenden zu. Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben im 10-Finger-System bewertet werden kann und nicht allein die Fähigkeit, schnell zu schreiben.

## Weiterbildung

### Fachkraft für Inklusion

**in Kooperation mit dem Forstamt Trier**

Die pädagogischen Fachkräfte sind Dreh- und Angelpunkt für inklusive Prozesse in der Kita. Ihre Haltung, ihre Interventionen im Gruppenalltag und ihre Kenntnisse sind entscheidend wenn es darum geht, nicht nur über Inklusion zu reden sondern sie zu „leben“.

Durch die Strukturierung des Gruppenalltags und die Gestaltung der Lernumgebung schaffen sie die Rahmenbedingungen für inklusive Prozesse. Da die Realisierung von Inklusion nur im Team gelingen kann, befähigt die 5tägige Fortbildung die Teilnehmenden, in ihren Einrichtungen mit allen Beteiligten (Träger, Eltern, Team) zu kooperieren, kommunizieren und reflektieren. Alle Module beinhalten neben den theoretischen Ausführungen auch praktische Übungen. Durch die praktischen Anteile können sich die Teilnehmenden innerhalb der 5 Module „Handwerkszeug“ zur Umsetzung in ihrer eigenen Kindertagesstätte aneignen.

Die Kosten reduzieren sich bei Förderung durch das Land auf 125 EUR.

Grundsätzlich bestehen staatliche Fördermöglichkeiten über die Bildungsprämie. Hier sind aber enge Förderbedingungen zu beachten. Lassen Sie sich hierzu beraten, bzw. informieren Sie sich unter: [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info). Die vhs Trier ist offizielle Beratungsstelle für die Bildungsprämie. Kontakt: [vhs@trier.de](mailto:vhs@trier.de).

Die Termine entnehmen Sie bitte ab August der Homepage [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)

**Kurs Nr. 182-51020**

**Samstags, 9.00 – 16.00 Uhr**

**5 Termine**

**250,- EUR**

**Anni Braunschädel**

**Informationen zu finanziellen Fördermöglichkeiten von beruflicher Weiterbildung erhalten Sie in diesem Heft auf Seite 66.**

**Weitere Infos auch unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info).**



## Weiterbildung

### Mit Kindern im Gespräch

Das neue Curriculum zur Qualifizierung von Sprachförderung

**Fortbildung für Sprachförderkräfte, die bereits das Zertifikat erworben haben**

Sprachförderung in den Kindertagesstätten und die Qualifizierung von Sprachförderkräften werden in Rheinland-Pfalz seit 2006 durch das Bildungsministerium gefördert. Das neue Curriculum „Mit Kindern im Gespräch“ steht für einen Paradigmenwechsel. Es geht nicht mehr um ausschließlich additive Sprachfördermaßnahmen sondern um die durchgängige Sprachbildung und Sprachförderung von Kindern in Kitas bis zum Ende des Grundschulalters mit dem Fokus auf der Verbesserung der Interaktionsqualität. Ziel ist es, pädagogische Fachkräfte beim Erwerb von Sprachförderstrategien und deren Anwendung in Schlüsselsituationen im Alltag von Kindertageseinrichtungen und Grundschulen zu unterstützen. Im Mittelpunkt steht dabei, die Kinder mit den erworbenen Sprachförderstrategien zum Sprechen und Denken anzuregen und so langanhaltende und intensive Gespräche zu fördern.

3-tägige Fortbildung zu Sprachförderstrategien, die in drei grundlegenden Strategiemodulen erarbeitet werden

Modul 1: Frage- und Modellierungsstrategien  
Modul 2: Strategien zur Konzeptentwicklung  
Modul 3: Rückmeldestrategien

*Eine Landesförderung ist beantragt. Wird die Landesförderung gewährt, reduzieren sich die Seminarkosten auf 30 EUR.*

**Kurs Nr. 182-51000**

**Montag 24.09. – 22.10. – 19.11.2018  
von 9 bis 16 Uhr, 3 Termine**

**Domfreihof, R. 5**

**100,- EUR**

**Jennifer Belt-Schmitt**

### Mit Kindern im Gespräch

Qualifizierung Sprachförderkraft

**Das neue Curriculum zur Qualifizierung von Sprachförderung**

Das Qualifizierungskonzept ist in 9 übergreifende themenbezogene Module gegliedert. Grundlegend sind die Strategiemodule 1 bis 3. Sie eignen sich als Einführungs- und können als Basismodule angesehen werden. Die Situationsmodule 4 bis 8 sind ausgehend von einem hohen Planungs- und Strukturierungsgrad bis hin zu mehr Offenheit in Planung und Struktur ausgerichtet. Das Modul 9 „Markt der Möglichkeiten“ umfasst Bausteine zur Vertiefung, Reflexion und zum Transfer. Es ist als Abschlussmodul zu sehen.

Teilnahmevoraussetzungen: Einschlägige Basisqualifikation als Erzieher/in, Lehrkraft, DaZ-Lehrkraft, Logopäde/in u.a. und sind verstärkt in der sprachlichen Bildung im Elementarbereich tätig oder wollen dort tätig werden.

Zur Erlangung des Zertifikats sind alle 9 Module zu absolvieren und 8 Praxisaufgaben zu bearbeiten, davon müssen mindestens zwei Filmaufgaben umgesetzt werden. Die Videographie stellt einen Schwerpunkt der Qualifizierungsreihe dar und ist verpflichtend.

*Eine Landesförderung ist beantragt. Wird die Landesförderung gewährt, reduzieren sich die Seminarkosten auf 130 EUR.*

**1. Kurs Nr. 182-51006**

**18./19.01., 16.02., 08./09.03.,  
05./06.04., 04.05., 24.08.2019  
von 9.00 bis 16.00 Uhr, 9 Termine**

**Domfreihof, R. 5**

**300,- EUR, Claudia Dunger**

**2. Kurs Nr. 182-51007**

**1.4., 6.5., 3.6., 19.8., 9.9., 14.10.,  
4.11., 25.11., 9.12.19  
von 9.00 bis 16.00 Uhr, 9 Termine**

**Domfreihof, R. 5**

**300,- EUR; Jennifer Belt-Schmitt**

Macht mit!

### Bildung für nachhaltige Entwicklung in der Praxis

**für pädagogische Fach- und Lehrkräfte Teil II**

Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) lebt vom Handeln. Wir reflektieren zu Beginn die Erfahrungen, die Sie in Teil I („Tür auf! Mein Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung“) gesammelt haben und tauschen uns zu den Erfahrungen aus. Welche Themen wurden ausgewählt? Welche Methoden konnten Sie einsetzen? Wurden Projekte umgesetzt? Weiter geht es um das Raum- und Zeitverständnis, das Gerechtigkeitsverständnis und um das Thema Mitbestimmung der Kinder im Alltag. Nach der Fortbildung haben Sie neue Ideen für die praktische Umsetzung.

*Voraussetzung: Besuch von Teil I „Tür auf! Mein Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung“. Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-51011**

**Donnerstag, 23.08., 09.00 – 16.00 Uhr  
Domfreihof, R. 5**

**25,- EUR**

**Annette Hoefl**

Macht mit!

### Bildung für nachhaltige Entwicklung in der Praxis

**für Kita-Leitungen Teil II**

Motivation und Handeln sind die Grundpfeiler von Nachhaltigkeit und dem Konzept Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE). Wir reflektieren zu Beginn die Erfahrungen, die Sie in Teil I („Tür auf! Mein Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung“ für Kita-Leitungen) gesammelt haben. Konnten Sie in Ihrer Kita schon etwas nachhaltig verändern? Hat sich Ihr pädagogisches Konzept verändert? Gab es Vernetzungsmöglichkeiten?

Veränderungsprozesse stehen im Fokus dieser Fortbildung. Sie gewinnen Sicherheit, wie Veränderungsprozesse mit besonderem Blick auf Steuerungsfragen und gemeinsam mit Partnern im Sinne von BNE gestaltet werden können. Sie reflektieren darüber, wie Partizipation in Ihrer Kita gelebt werden kann und wie ein partizipativer Führungsstil aussieht. Zum Ende der Fortbildung wissen Sie, wie Sie den Prozess der Implementierung von BNE in Ihrer Kita weiter voranbringen.

*Voraussetzung: Besuch von Teil I „Tür auf! Mein Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung“ für Kita-Leitungen. Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!*

**Kurs Nr. 182-51013**

**Donnerstag, 06.09.2018, 9.00 – 16.00 Uhr  
Freitag, 07.09.2017, 9.00 – 14.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**45,- EUR**

**Annette Hoefl**

Die Kurse und Maßnahmen in den Bereichen „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ und „Naturwissenschaftliche Bildung“ (MINT) werden gefördert von:



Nikolaus Koch Stiftung





## Weiterbildung

## Forschen mit Wasser

Wasser ist für uns allgegenwärtig: Wir trinken es, waschen uns damit, es regnet auf uns herab oder fließt in einem Fluss an uns vorbei. Wie sieht Wasser eigentlich aus, wie fühlt es sich an? Kann man Wasser auch hören, schmecken oder gar riechen? Diesen und vielen anderen Fragen gehen Sie in der Fortbildung „Forschen mit Wasser“ auf den Grund, sodass beim Entdecken und Forschen all Ihre Sinne zum Einsatz kommen.

Sie lernen in einem gut ausgewogenen Verhältnis von Theorie und Praxis den pädagogischen Ansatz der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“ kennen. Dabei haben Sie die Gelegenheit, mit den anderen Teilnehmenden darüber zu reflektieren, was eine gute Lernbegleitung ausmacht. Sie erfahren, wie Sie die Kinder zum Entdecken und Forschen anregen und welche Zugänge Sie dafür nutzen können. Die Fortbildung unterstützt Sie zudem darin, das Entdecken und Erforschen von Naturphänomenen im Alltag Ihrer Einrichtung umzusetzen.

Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs Nr. 182-51010**  
**Donnerstag, 16.08., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**  
**Claudia Meurer**

## 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 Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs Nr. 182-51014**  
**Donnerstag, 13.09., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**  
**Claudia Meurer**

## Forschen zu Klängen und Geräuschen

Wir sind umgeben von akustischen Einflüssen, so natürlich auch die Kindern: Morgens klingelt der Wecker, beim Frühstück läuft das Radio, auf dem Weg zur Kita oder Schule hören die Mädchen und Jungen unterschiedlichste Geräusche im Straßenverkehr oder lauschen dem Vogelzwitschern. Es geht weiter, wenn in der Gruppe gesungen wird und beim Aufstehen die Stühle laut über den Boden gerückt werden. Überall sind Dinge zu hören. Sie klingen alle unterschiedlich, sind mal laut, mal leise, rufen angenehme Gefühle hervor oder signalisieren Gefahr. Das Entdecken und Erforschen von Klängen und Geräuschen ermöglicht den Kindern ein eng an ihre täglichen Erfahrungen geknüpft Lernen. Die Fortbildung bietet Ihnen zahlreiche Ideen, gemeinsam mit den Kindern Klänge und Geräusche der Umgebung oder des eigenen Körpers zu erforschen und dem eigenen Hören nachzugehen.

Darüber hinaus erfahren Sie, wie die Mädchen und Jungen in Gruppen voneinander lernen und Sie als pädagogische Fach- und Lehrkräfte diesen Prozess gut unterstützen.

Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs Nr. 182-51016**  
**Montag, 29.10., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, Sternstraße**  
**25,- EUR**  
**Claudia Meurer**

## Forschen zu Technik: Von hier nach da

Kann ich mein Fahrzeug mit einem Luftballon antreiben? Wie können wir uns beim Tischdecken die Arbeit am besten aufteilen? Woher weiß die Post, wo ich wohne? In der Fortbildung „Technik – von hier nach da“ erfahren Sie, wie Sie die Kinder bei technischen Fragestellungen zu den Themenbereichen „Fortbewegung und Transport“, „Arbeitsteilung“ sowie „Ver- und Entsorgung“ begleiten und dabei technische Denk- und Handlungsweisen fördern.

Sie lernen unterschiedliche technikedidaktische Methoden kennen und überlegen, wie technische Bildung in Form von Projekten im pädagogischen Alltag mit den Kindern und im Zusammenhang mit anderen Disziplinen der MINT-Bildung sowie der Bildung für nachhaltige Entwicklung umgesetzt werden kann.

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs Nr. 182-51018**  
**Dienstag, 27.11., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**SWT, Ostallee 7–13, Trier**  
**25,- EUR**  
**Annette Hoef**

## Zahlen, Zählen, Rechnen

Im Themenworkshop „Zahlen, Zählen, Rechnen“ erhalten Sie praktische Anregungen, wie Sie mit Kindern im Alter von drei bis zehn Jahren Zahlenräume und mathematische Operationen entdecken können. Der Mathematikreis gibt Ihnen dabei eine praktische Hilfestellung.

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs-Nr. 182-51015**  
**Donnerstag, 18.10., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**EGP Trier, Albert-Camus-Allee 1, Trier**  
**25,- EUR**  
**Dr. Claudia Meurer**

Auf dem Weg zur Zertifizierung als Haus der kleinen Forscher  
Organisation und Planung

In diesem Workshop stehen die Zertifizierungsschritte zum „Haus der kleinen Forscher“ im Vordergrund. Diese werden ebenso wie das Anmeldeverfahren im Detail erklärt. Auch werden Möglichkeiten zur praktischen Umsetzung des Forschens in der Kita vorgestellt.

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte aus Kitas und Grundschulen, Einrichtungen auf dem Weg zur Zertifizierung

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

**Kurs Nr. 182-51012**  
**Freitag, 31.08., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**  
**Annette Hoef**

## Informatik entdecken – mit und 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.

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen! Die Gebühr enthält 5 EUR Materialpauschale.*

Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen

**Kurs Nr. 182-51017**  
**Dienstag, 13.11., 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**  
**Annette Hoef**



# Grundbildung & Schulabschlüsse

## Eine zweite Chance wahrnehmen

Um Bildungserfolg nicht länger von der sozialen und ethnischen Herkunft abhängig zu machen, muss jedem Erwachsenen – unabhängig von seinem Einkommen – das Nachholen von Grundbildung oder von Schul- und Berufsbildungsabschlüssen verbindlich ermöglicht werden.

Die rheinland-pfälzischen Volkshochschulen leisten hier seit über 30 Jahren einen wichtigen Beitrag: Sie bieten erwachsenen, funktionalen Analphabeten und tausenden jungen Menschen, die ohne erfolgreichen Abschluss die Schule verlassen haben, mit ihren Grundbildungs- und Schulabschlussprogrammen eine zweite Chance. Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz bieten deshalb jährlich 120 Kurse zum Nachholen von Schulabschlüssen an, an denen ca. 1.700 Menschen teilnehmen.

## Schulabschlüsse

### Hauptschulabschluss

#### Informationsabend

zum Vorbereitungskurs auf die Prüfung für Nichtschüler zum Erwerb der Qualifikation der Berufsreife 2018/2019

Ein neuer Vorbereitungskurs auf die Prüfung für Nichtschüler zum Erwerb der Qualifikation der Berufsreife (Hauptschulabschluss) ist ab 15. Oktober 2018 geplant.

Es ist ein Kurs für Teilnehmer/innen, die nicht mehr schulpflichtig oder über 18 Jahre alt sind (Nachweis!)

Unterrichtstage sind Montag, Dienstag und Mittwoch von 18.00 bis 21.00 Uhr. Der Kurs umfasst 300 Unterrichtsstunden und endet mit anschließender staatlich anerkannter Abschlussprüfung.

**Die Kursgebühr beträgt 225,- EUR und ist bar zu entrichten.**

Sie können sich ab sofort für den kostenlosen Infoabend vormerken lassen. Alle Interessent/innen, die sich haben vormerken lassen, laden wir vor dem Lehrgang schriftlich zu dem Informationsabend ein. Der Termin wird voraussichtlich Montag, der 24.09.18 sein,

der Ort Am Domfreihof 1b im Raum 5, dem Vortragssaal im Parterre.

Zudem wird vor dem Lehrgang (ab 25.08.18) eine Wiederholung in Deutsch und Mathematik angeboten. Diese Wiederholung findet samstags von 8:30 – 12:30 Uhr statt. Sie ist kostenlos und umfasst 80 Unterrichtsstunden.

**Info unter Tel. 0651/718-1437**

**Frau Dr. Zeilinger-Trier oder vhs@trier.de**

### Hauptschulabschluss 2018/19

#### Förderstunden Deutsch für HSA-Teilnehmer/innen

Hier werden die Themen Grammatik, Rechtschreibung, Texte gliedern, erfassen und selbst verfassen nochmals wiederholt und geübt.

**Donnerstags, 18.00 – 21.00 Uhr  
08.11. bis 04.04., 18 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.205  
kostenfrei**

Biologie, Physik und Chemie unterrichtet.

Die Kursgebühr für den gesamten Lehrgang beträgt 1340 EUR.

Sie ist in vier Raten zu 335 Euro jeweils vor Semesterbeginn zu entrichten.

Interessent/innen, die sich bei vhs@trier.de melden, erhalten den Info-Flyer zugesandt, dem Sie alle relevanten Informationen zum Lehrgang und zum weiteren Anmeldeverfahren (tab. Lebenslauf, Nachweise, beglaubigte Zeugniskopien, Zulassungsvoraussetzungen usw.) entnehmen.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an Frau Dr. Zeilinger-Trier unter Tel. 0651 / 718 - 1437

**Kurs Nr. 182-60201  
Anmeldeschluss ist am 16.11.2018 in der Geschäftsstelle der Vhs am Domfreihof 1b**

vor dem Abschluss noch Unterstützung v.a. in Deutsch und Mathe benötigen.

Themen: Deutsch – Rechtschreibung und Grammatik; Texte lesen, verstehen, schreiben  
Mathematik – Grundrechenarten, Bruchrechnen, Dreisatz, Prozentrechnung, Maße, Geometrie u.a. nach Absprache im Kurs

Lernen lernen – selbstgesteuert lernen und sich auf eine Prüfung vorbereiten



Fachbereichsleitung  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

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

## Deutsch lesen und schreiben

Auch Erwachsene mit deutscher Muttersprache können zum Teil nicht so gut lesen und schreiben, wie es im beruflichen und sonstigen Alltag eigentlich nötig ist. Manche haben lesen und schreiben nicht oder nur teilweise gelernt, manche sind aus der Übung gekommen. Wir bieten Kurse an, in denen das Lesen und Schreiben (noch einmal) gelernt und trainiert wird, in kleinen Gruppen, mit Beratung und Betreuung für jeden Einzelnen.

Teilnehmer/innen der Kurse erhalten bei regelmäßiger Teilnahme einen kostenlosen Nutzerpass für die Stadtbibliothek am Domfreihof.

## Deutsch für Deutsche

### Lesen und Schreiben verbessern

**Kurs Nr. 182-60721  
Montags u. Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
13.06. bis 12.12.18, 37 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b  
kostenfrei**

**Dorothee Steinkamp/  
Hildegard Settinger-Kirchen**

**Kurs Nr. 182-60722  
Montags u. Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
06.08. bis 12.12.18, 34 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a  
kostenfrei**

**Hubert Weis**

**Kurs Nr. 182-60724  
Montags u. Mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
05.09. bis 17.12.18, 27 Termine  
kostenfrei**

Unsere Bitte: Da sich viele Betroffene vielleicht aus Angst vor der Öffentlichkeit scheuen, diesem Problem ins Auge zu sehen, möchten wir Sie bitten, auf unser Angebot aufmerksam zu machen. Infos erhalten Sie unter Tel. 0651/718 - 1437. Ein Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich!

Formlose Anmeldung zum Brückenkurs per E-Mail an vhs@trier.de:

**Kurs Nr. 182-60105  
Samstags, 8.30 – 12.30 Uhr  
25.08. bis 15.12., 16 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a  
kostenfrei**

### Realschulabschluss

#### Vorbereitungskurs auf die Prüfung für Nichtschüler zum Erwerb des Sekundarabschlusses I

Der neue Vorbereitungslehrgang auf den Realschulabschluss soll, sofern sich bis zum 16.11.18 mind. 16 qualifizierte Teilnehmer/innen verbindlich anmelden, am **04.02.19** beginnen.

Der Lehrgang wird im Laufe von zwei Jahren an fünf Abenden in der Woche, von montags bis freitags, jeweils von 18.30 Uhr bis 21.30 Uhr, in der Realschule+ am Mäusheckerweg durchgeführt. Danach erfolgen die Abschlussklausuren im März 2020 unter Aufsicht der ADD.

Von qualifizierten Lehrkräften der Sekundarstufe I werden die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte, Sozialkunde, Erdkunde,

### Brückenkurs – Wiederholung Deutsch und Mathematik

Dieser kostenlose Kurs ist offen für alle, die sich im Schreiben und Textverstehen verbessern und nochmals ihre Mathematik- und Geometrie-Kenntnisse auffrischen möchten.

Der Kurs eignet sich auch für die, die den Hauptschulabschluss nachholen wollen und

# Teilnahmeinformationen & Geschäftsbedingungen

## Dauer des Semesters

Von Montag 03. September 2018 bis Freitag 24. Februar 2019

**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 idR 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 14tägigen Abmelde-/Widerrufsfrist ein kostenfreier Rücktritt nicht mehr möglich. Ist

im Programmheft ein Anmeldeschluss angegeben, gilt dieser auch als letzter Abmeldetermin.

Erfolgt die/der Abmeldung/Widerruf nach Veranstaltungsbeginn oder nach Anmeldeschluss, ist die gesamte Gebühr fällig. Im Falle einer begründeten Ausnahme wird nach Vorlage der 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 voll-

jährig 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 Lastschriftmandatbogen 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 Geschäftsstelle 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 **Dr. Caroline Thielen-Reffgen** unter der Telefonnummer **0651-7180** oder per Mail an [caroline.thielen-reffgen@trier.de](mailto:caroline.thielen-reffgen@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 [caroline.thielen-reffgen@trier.de](mailto:caroline.thielen-reffgen@trier.de).

### Qualischeck

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

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

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





Herbst & Winter '18



Think!

Gesunde Schuhe. Bewusst. Schön.



Blundstone Footwear Since 1870



ED PARRISH MADE IN ITALY

DONNA AROLINA



im Laden erleben  
Neustraße 58 | Trier



online stöbern, reservieren, shoppen  
Schuhe-zum-Leben.de



GISSWEIN VISION WALK

in- und outdoor

100% Merino

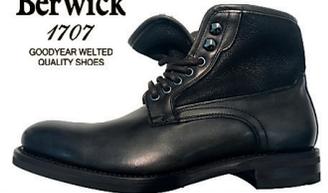


Schuhe zum Leben

Berg

Floris van Bommel®

Berwick 1707 GOODYEAR WELTED QUALITY SHOES



CAMPER

VICOLOS by DOLANI



NEU in Trier

RED WING SHOES EST. 1905



MO MA



SNIPÉ

Neustr. 58 ... Trier ... T: 0651-99 89 58-0 ... info@schuhe-berg.de