

Analog und digital



**Programm**  
2. Halbjahr 2020  
14.09.20- 28.02.21

Wir sind wieder für Sie da!





# EIN BESONDERER ORT.

50 Jahre Universität Trier  
in Schlaglichtern

SONDERAUSSTELLUNG IM STADTMUSEUM  
18.10.2020 – 14.02.2021



# GESAMMELT UND GESICHTET.

Ausgewählte Neuzugänge  
im Museum

29.03.2020 – 14.02.2021

Simeonstr. 60, neben der Porta Nigra

54290 Trier

Fon | +49 (0)651 718-1459

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

Dienstag bis Sonntag 10–17 Uhr

Erster Sonntag im Monat: Eintritt 1,- €



**STADTMUSEUM  
SIMEONSTIFT TRIER**

# Grußwort der Bürgermeisterin

Liebe Triererinnen, liebe Trierer,

im Grußwort des letzten vhs-Programmheftes hatte ich geschrieben: „Sie können Vertrauen haben, dass die Angebote in diesem Programmheft mit Sorgfalt geplant wurden und ebenso sorgfältig umgesetzt werden.“ Von diesem Satz ist nichts zurückzunehmen. Allerdings konnte niemand von uns zum Zeitpunkt der Veröffentlichung ahnen, dass nur ganz wenig von dem „mit Sorgfalt geplanten“ Programm zustande kommen würde. Und das lag nicht an der Volkshochschule.

Wir alle haben eine bittere Lektion gelernt, nämlich wie angreifbar unser Lebensalltag ist und wie sehr uns dieser fehlen kann. Auch die Volkshochschule mit ihren Kursen, Ausstellungen und Vorträgen hat vielen von Ihnen in dieser Zeit gefehlt. Vier Wochen nach ihrem 100sten Geburtstag musste sie am 13. März von einem auf den anderen Tag ihre Türen schließen und hat dann nach zwei Monaten wieder langsam ihre Arbeit aufgenommen. Wobei, das ist nicht ganz richtig. Ohne den Shut-Down schon im Auge zu haben, hatte die vhs schon Ende 2019 Vorträge in Online-Form eingeplant und sie hat diesen Bereich ab März noch weiter aufgebaut. Mindestens zwei Erkenntnisse sind dabei geblieben: Es war äußerst hilfreich, dass sich die vhs schon seit 2018 mit Online-Formaten und Cloud-Lösungen beschäftigt hat. Und zweitens: Auch wenn online-Formate gut funktionieren (was leider nicht immer garantiert ist), können sie den analogen

vhs-Alltag nicht ersetzen, allenfalls ergänzen. Hier unterscheidet sich die Volkshochschule nicht von allen anderen Schulen oder Hochschulen. Aber, wir haben an dieser Stelle noch eine weitere Lektion erlernt: Wir müssen die Digitalisierung in der Bildung weiter ausbauen, auf allen unterschiedlichen Ebenen:

In den Gebäuden müssen die technischen Voraussetzungen geschaffen werden, das ist auch eine Aufgabe der Kommune. Wir arbeiten daran kontinuierlich, auch in der vhs, die hier gut aufgestellt ist.

Die Menschen müssen qualifiziert werden, sowohl die Lehrenden als auch die Lernenden. Und hier dürfen die Gruppen, die nicht mit Handy und Internet groß geworden sind, nicht abgehängt werden. Ich bin froh, dass die vhs und auch unser Seniorenbüro und viele andere die Gruppe der Älteren im Blick haben. Aber auch die Jungen, die „digital natives“, müssen in der Nutzung digitaler Medien und Werkzeuge geschult sein, damit sie die neuen Möglichkeiten „richtig“ nutzen. Eine Aufgabe, der sich beispielsweise unsere Stadtbücherei dankenswerter Weise mehr und mehr annimmt.

Und weil wir als Stadt die Verantwortung für unsere Bürgerinnen und Bürger sehr ernst nehmen, müssen wir immer auch den Schutz aller im Auge haben. Datenschutz wird da manchmal als lästig oder bremsend empfunden, gerade wenn es in einer Kri-

se ganz schnell gehen muss. Aber auch hier sollte ‚Sorgfalt vor Schnelligkeit‘ unser Leitgedanke sein, denn verantwortliche Digitalisierung muss immer auch den Einzelnen und die Einzelne und ihre schutzwürdigen Interessen berücksichtigen.

Die Volkshochschule hat hier ein optimistisches Programm vorgelegt, im Vertrauen darauf, dass es uns mehr und mehr gelingt, den Alltag wieder herzustellen. Für den Fall, dass wir noch weitere Einschränkungen bis ins nächste Frühjahr haben werden, hat sie aber auch vorgesorgt. Sie finden wieder die schon erwähnten Online-Vorträge, manche Kurse werden mit einer reduzierten Teilnehmenden-Zahl umgesetzt und andere können bei Bedarf Online gestellt werden.

Ich würde mir wünschen, dass ich im Grußwort des nächsten Programmheftes im Frühjahr 2021 nicht mehr auf Corona und Hygienepläne eingehen muss und dass wir Ihnen wieder ein „ganz normales vhs-Programm“ vorlegen können.

Ihre

**Elvira Garbes**

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



## Die vhs Trier ist ...

- 1920 gegründet worden und seit über 70 Jahren ununterbrochen aktiv.
- qualitätszertifiziert nach LQW.
- anerkannter Träger für Integrationskurse und für berufsbezogene Sprachkurse (Deutsch als Fremdsprache).
- anerkannte Stelle für den Einbürgerungstest.
- anerkannte Beratungsstelle für den Bildungsgutschein.
- anerkannte Prüfstelle für TELC-Sprachtests.
- Träger von Modellprojekten des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.
- Träger von „Kultur macht stark - Talent-Campus“.
- Träger des rheinland-pfälzischen Weiterbildungspreises in den Jahren 2006 und 2012.
- Netzwerkpartner der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“.
- Kooperationspartner von über 30 Organisationen der Verwaltung und der Zivilgesellschaft.

## Impressum

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

**Redaktionell verantwortlich:**  
Rudolf Fries, Amtsleiter

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

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

**Anzeigen:** Stadt Trier, Amt 43/1 - vhs  
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, in der Stadtbücherei, in der Kfz-Zulassungsstelle, im Theater und im Bildungs- und Medienzentrum.

**Auflage:** 60.000 Exemplare

**Erscheinungsdatum:** 25.08.2020

**Titelbild:** Eingang vhs, Domfreihof,  
© Foto: BMZ/Rudolf Fries

Rheinisches  
Landesmuseum Trier



20. Juni 2020 – 12. September 2021

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



# ECHO

Die Aura der Antike  
Werner Kroener

**115 – eine für alles.**

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

Wir lieben Fragen



## Viele Fragen? Wenig Zeit?

115 – eine für alles.  
Jetzt auch für die vhs!



Der neue Service für Sie:

Informationen rund um die vhs  
einfach und unkompliziert  
direkt bei der 115!

Das Wichtigste kennen Sie schon.  
Den Rest lernen Sie bei uns.



# Editorial

## Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

was für ein Volkshochschul-Semester liegt da hinter uns? Am 11. März saß ich im noch jungen Semester mit weiteren 13 Teilnehmerinnen und Teilnehmern als Kunde in einem Spanisch-Kurs unserer vhs und freute mich auf den nächsten Termin in der Woche darauf. Schon zwei Tage später aber musste ich im Grunde das gesamte vhs-Semester absagen. Wie jedes Semester hatten wir rund 500 Kurse, Vorträge und Ausstellungen geplant und fest gemacht, im Rückblick konnten wir nur einen Bruchteil davon durchführen.

Das hat mich sehr geschmerzt, aber in keiner Minute in diesen Wochen hatte ich Zweifel an der Entscheidung. Man betrachte sich nur einen normalen vhs-Vormittag um 10.30 Uhr auf dem Flur vor der Geschäftsstelle: 40 - 50 Personen, viele davon Ü65, treffen beim Kurswechsel aufeinander, grüßen und herzen sich, plaudern und freuen sich auf den Kurs und über die Begegnung. Dafür machen wir übrigens auch Volkshochschule. Aber in Zeiten von Ansteckungsgefahr und Risikogruppen ist ein solches Szenario undenkbar.

Uns muss nun also der Spagat gelingen zwischen der Einhaltung notwendiger Hy-

gienebestimmungen und einem möglichst normalen Volkshochschul-Leben. Das wird nicht einfach werden, denn ein Spagat ist eben keine natürliche Bewegung. Alles, was wir anbieten können, wird deshalb bis auf weiteres immer nur eine Sonder-situation sein können.

Bis wir wieder herkömmlich für Sie da sein können, werden wir also auch in verschiedenen alternativen Formaten arbeiten:

- Online-Kurse, die Ihnen erlauben, vom sicheren Zuhause aus an Angeboten der Trierer vhs teilzunehmen.
- Kleinere Kurse in der vhs, um die Abstandsregeln in unseren Räumen einhalten zu können, sowie gesonderte Zugangsregeln zu den Kursorten.
- Vorträge, die in der vhs am Domfreihof vor kleineren Gruppen als Sie es gewohnt sind, stattfinden usw.

Wir sind froh, dass wir in den letzten Jahren in unsere digitale Technik investieren konnten und dass wir schon vor einigen Jahren der vhs.cloud beigetreten sind. Das hat uns jetzt, bei allen technischen Problemen, die es dennoch im März und im April gab, die Bereitstellung digitaler vhs-Angebote erleichtert. Vom Sprachkurs über

den Vortrag zur Kunstgeschichte oder die digitale Teilnahme an einer politischen Diskussion in französischer Sprache in Paris bis hin zu einem online-Backkurs, zumindest ein Rest an vhs war so auch in der Hochphase der Pandemie möglich.

Auch, weil unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beim shut-down nicht die Hände in den Schoß gelegt haben, weil sich die Dozentinnen und Dozenten auf neues Terrain begeben haben und weil Sie, liebe Kundinnen und Kunden, geduldig unsere Experimente mitgetragen haben. Danke auch für viele lobende Mails von Ihnen in dieser Sache, aber auch für kritische Rückmeldungen, die uns geholfen haben, unsere Dienstleistungen zu verbessern. Und jetzt hoffen wir wieder auf ein möglichst „normales“ vhs-Jahr.

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



## Inhaltsverzeichnis



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

Ausstellungen _____	5
China heute _____	7
Geschichte/Geldpolitik _____	7
vhs.wissen live _____	8
Theologisches Quartett Trier _____	10
Recht/Vorsorge _____	11
Psychologie & Lebenshilfe _____	12
Umwelt/Nachhaltigkeit _____	14
Degustation _____	15



### Gesundheit \_\_\_\_\_ 35-45

Tanzen & Tanzsport _____	35
Yoga _____	36
Pilates _____	38
Entspannung/Autogen. Training _____	39
Bewegung/Kondition _____	40
Rückengymnastik _____	39
Bootssport _____	43
Kochen & Ernährung _____	44



### Arbeit & Beruf \_\_\_\_\_ 69-75

Erste Schritte - Smartphone/PC _____	69
Einsteiger/Umsteiger _____	71
MS Outlook/MS Office _____	71
MS Excel/PP/Word _____	72
Webseiten/Apps erstellen _____	73
Computerschreiben _____	73
Bildbearbeitung _____	74
MINT _____	75



### Kultur \_\_\_\_\_ 17-34

Literatur _____	17
Reden-Sprechen-Schreiben _____	18
Stadtkultur/-geschichte _____	19
Kunst/Kunstgeschichte _____	20
Fotografieren _____	24
Malen & Zeichnen _____	26
Nähen _____	28
Gestalten _____	30
Musikkurse der vhs _____	31
Karl-Berg-Musikschule _____	32



### Sprachen \_\_\_\_\_ 47-66

Latein/ Altgriechisch _____	48
Arabisch _____	48
Englisch _____	49
Französisch _____	52
Italienisch _____	56
Japanisch _____	57
Luxemburgisch _____	58
Neugriechisch _____	58
Norwegisch, Polnisch, Russisch _____	59
Schwedisch _____	60
Spanisch _____	61
Swahili _____	62

### Deutsch als Fremdsprache \_\_\_\_\_ 63



### Grundbildung \_\_\_\_\_ 76

Deutsch für Deutsche _____	76
Alphabetisierung für Migranten/innen _____	65

### Informationen

Bildungsprämie _____	46
Staffelgebühr _____	46
Die vhs stellt sich vor _____	77
Geschäftsbedingungen _____	78
Datenschutzbestimmungen _____	79
Anmeldeformular _____	80

# Ausgewählte Einzelveranstaltungen

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Kurstitel	Seite	Veranstaltungsort
Dienstag	01.09.2020	18:00 Uhr	Franz Kafkas „Die Verwandlung“ und andere	5	Domfreihof, Atrium
Freitag	11.09.2020	18:00 Uhr	Trier - 10 Jahre Fairtrade-Stadt - Vernissage	5	Domfreihof, R. 5
Sonntag	13.09.2020	16:00 Uhr	Park § Kids: Mit Rio im Palastgarten	19	Spielplatz Palastgarten
Freitag	18.09.2020	19:00 Uhr	Weinführung: Avelertal und Avelsbach	19	Hofgut Avelsbach
Samstag	19.09.2020	10:00 Uhr	Autorenforum Trier - Schnuppertag	17	Domfreihof, R. 5
Montag	21.09.2020	19:30 Uhr	Joseph Beuys - Das Ende des 20. Jahrhunderts	23	Livestream - Zuhause
Mittwoch	23.09.2020	20:00 Uhr	Krankheit und Seuchen in der Kunst	20	Livestream - Zuhause
Donnerstag	24.09.2020	20:00 Uhr	Stay at home - Selbstisolierung als Bildthema	20	Livestream - Zuhause
Freitag	25.09.2020	20:00 Uhr	Social Distancing - Edward Hopper	20	Livestream - Zuhause
Freitag	25.09.2020	19:00 Uhr	Weinfreunde Marx und Engels - Lesung	22	Domfreihof, R. 5
Freitag	02.10.2020	19:30 Uhr	Pandemien - Corona und die neuen Infektionskrankheiten	8	Livestream - Zuhause
Montag	05.10.2020	18:00 Uhr	Hat Bargeld noch eine Zukunft? - Bundesbankvortrag	8	Domfreihof, R. 5
Montag	05.10.2020	19:30 Uhr	Joseph Beuys - Multiples	23	Livestream - Zuhause
Dienstag	06.10.2020	19:30 Uhr	Die Moden wechseln, der Stil bleibt	18	Domfreihof, R. 5
Mittwoch	14.10.2020	19:30 Uhr	Wie Babys Sprachen lernen	8	Livestream - Zuhause
Donnerstag	22.10.2020	18:00 Uhr	Stadtgärten - Oasen voller Artenvielfalt	14	Domfreihof, R. 5
Donnerstag	29.10.2020	19:30 Uhr	Wandel Dich, nicht das Klima!	8	Livestream- Zuhause
Donnerstag	29.10.2020	18:00 Uhr	Vortrag zur Resilienz	12	Livestream - Zuhause
Donnerstag	05.11.2020	19:30 Uhr	Ergebnisse der US-Präsidentschaftswahl - Diskussion	9	Livestream- Zuhause
Freitag	06.11.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionalen Wein	16	Domfreihof, Beletage
Dienstag	10.11.2020	19:30 Uhr	China heute - Chinesischer Patriotismus	7	Domfreihof, R. 5
Donnerstag	12.11.2020	19:30 Uhr	Die Erfindung des (jüdischen) Essens	9	Livestream - Zuhause
Donnerstag	12.11.2020	19:00 Uhr	Mediation am Arbeitsplatz	13	Domfreihof, R. 5
Freitag	13.11.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionalen Viez	16	Domfreihof, Beletage
Dienstag	17.11.2020	19:30 Uhr	China heute - Dt.-chin. Wirtschaftsaustausch	7	Domfreihof, R. 5
Donnerstag	19.11.2020	18:30 Uhr	150 Jahre „Deutsch-Französischer Krieg 1870/71“	7	Domfreihof, Beletage
Donnerstag	19.11.2020	19:00 Uhr	Familienmediation	13	Domfreihof, R. 5
Freitag	20.11.2020	19:30 Uhr	Pharmaforschung für alle	9	Livestream- Zuhause
Freitag	20.11.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionales Bier	16	Domfreihof, Beletage
Dienstag	24.11.2020	19:30 Uhr	China heute - Ein Land - zwei Systeme? Hongkong	7	Domfreihof, R. 5
Dienstag	01.12.2020	19:30 Uhr	Verschwörungstheorien. Charakteristika/Funktionen	9	Livestream- Zuhause
Mittwoch	02.12.2020	18:00 Uhr	5 Jahre Bildung fördert Entwicklung - Vernissage	5	Domfreihof, R. 5
Dienstag	08.12.2020	19:30 Uhr	Der Anzug-Knigge	18	Domfreihof, R. 5
Mittwoch	09.12.2020	19:00 Uhr	Wie das Christkind in die Krippe kam	22	Domfreihof, R.5
Donnerstag	10.12.2020	19:30 Uhr	Das Zeitalter des Glaubens	9	Livestream- Zuhause
Mittwoch	16.12.2020	20:00 Uhr	Ikonographie: Wein	21	Domfreihof, R. 5
Sonntag	10.01.2021	11:00 Uhr	TQT - Warum ich in der Kirche bleibe!	10	Domfreihof, R. 5
Dienstag	12.01.2021	19:30 Uhr	Auf der Suche nach Eindeutigkeit	9	Livestream- Zuhause
Dienstag	14.01.2021	19:30 Uhr	Die goldenen Regeln der Farb- und Stilberatung	18	Domfreihof, R. 5
Freitag	15.01.2021	19:30 Uhr	Warum es kein islamisches Mittelalter gab	9	Livestream - Zuhause
Mittwoch	20.01.2021	20:00 Uhr	Bernt Notke und der Revaler Altar	21	Domfreihof, R. 5
Dienstag	26.01.2021	19:30 Uhr	China heute - Neuer Kaiser - zweiter Mao? Xi Jinping	7	Domfreihof, R. 5
Dienstag	02.02.2021	19:30 Uhr	China heute - Privatautonomie und Eigentum	7	Domfreihof, R. 5
Sonntag	07.02.2021	11:00 Uhr	TQT - Gott denken im Angesicht der Welt	10	Domfreihof, R. 5
Dienstag	09.02.2021	19:30 Uhr	China heute - Land der Wunder - Land der Monster	7	Domfreihof, R. 5
Sonntag	21.02.2021	11:00 Uhr	TQT - Die Landwirtschaft der Zukunft gibt es schon...	10	Domfreihof, R. 5

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



## Gesellschaft & Politik

### Volkshochschulen - Lernorte der Demokratie

„Volkshochschulen waren [in der Weimarer Verfassung] das Versprechen an alle Bürger, dass durch Bildung gesellschaftliche Beteiligung, Mitverantwortung und Mitgestaltung möglich sind. (...) Mit großem Selbstbewusstsein können die Volkshochschulen heute auf ihre Geschichte als Lernorte der Demokratie blicken und darauf, wie erfolgreich sie auf gesellschaftliche Veränderungen reagiert und diese mitgestaltet haben“.

(Joachim Gauck, Bundespräsident a.D. beim Volkshochschultag 2019 in Berlin)

Volkshochschulen sind wahrhafte Lernorte der Demokratie. Mit ihren offenen Bildungsangeboten und beteiligungsorientierten Methoden schaffen sie einen öffentlichen Raum für Auseinandersetzung und Verständigung und fördern die Teilhabe und die kritische Auseinandersetzung mit politischen Themen sowie die Mitwirkung am gesellschaftlichen und politischen Leben. Und ihr hoher Anspruch ist, dies für alle Bürgerinnen und Bürger einzulösen.

Volkshochschulen bieten den idealen Raum für politische Bildung, die die Urteilskraft stärkt und Handlungskompetenz herausbildet. Das machen sie politisch und konfessionell neutral und unabhängig, hier in Trier qualitätszertifiziert und an vielen Stellen kostenfrei.

## Ausstellungen

### Menschen auf dem Weg zur Schrift

Probleme mit dem Lesen und Schreiben zu haben, beeinträchtigt das Leben von 6,2 Mill. Erwachsenen in Deutschland. Zum diesjährigen Weltalphabetisierungstag am 8. September präsentiert das Projekt Knotenpunkte für Grundbildung auf 10 Plakaten Gedichte und Kurzgeschichten der Trierer Selbsthilfegruppe Wortsalat. Die Texte sind ein Beleg dafür, wie Menschen auf dem Weg zur Schrift wachsen, Freude am Schreiben und am schriftlichen Ausdruck gewinnen und an der allgemeinen Schriftkultur teilhaben können. Eingerahmt werden die Plakate durch Informationen über die Problematik gering literalisierter Erwachsener, das Lernangebot in Trier und das bestehende Engagement der Selbsthilfegruppe Wortsalat.

**Kurs Nr. 202-16004**

**Montag bis Samstag während den Öffnungszeiten der Bücherei 01.09. bis 10.09.**

**Domfreihof, Atrium kostenfrei**

### Ausstellungseröffnung

### Franz Kafkas „Die Verwandlung“ und andere

Martin Geisen liest Klassiker in einfacher Sprache aus dem Spaß am Lesen Verlag.

*Das Trierer Projekt Knotenpunkte für Grundbildung und die Selbsthilfegruppe Wortsalat sind mit Infoständen vertreten und laden zum Austausch ein.*

**Kurs Nr. 202-16005**

**Dienstag, 01.09., 16.00 Uhr Domfreihof, Atrium**

**kostenfrei Martin Geisen (Theater Trier)**

### FAIRE Sache

### Fairtrade-Stadt Trier seit 2010

Seit 10 Jahren ist Trier Fairtrade-Stadt. Die Auszeichnung würdigt den Einsatz von Initiativen, Einzelhändlern, Gastronomen und des Rathauses für den Verkauf von Produkten, die den Produzenten in Ländern des globalen Südens gerechte Preise und soziale Arbeitsbedingungen ermöglichen.

Die Steuerungsgruppe der Fairtrade-Stadt Trier nimmt dieses Jubiläum zum Anlass, mit der Ausstellung für die Fairtrade-Stadt Trier und den fairen Handel zu werben. Zu sehen sind Plakate mit Trierer Bürgerinnen und Bürgern, die sich bei der Umsetzung der 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen besonders engagieren.

**Kurs Nr. 202-10158**

**Montag bis Samstag während den Öffnungszeiten der Bücherei 11.09. bis 30.09.**

**Domfreihof, Atrium kostenfrei**

### Ausstellungseröffnung

**Kurs Nr. 202-10159**

**Freitag, 11.09., 18.00 Uhr Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**



**Fachbereichsleitung:  
Rudolf Fries**

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

### Bildung in den Slums von Nairobi/Kenia.

### 5 Jahre Bildung fördert Entwicklung

Seit 5 Jahren unterstützt der Verein „Bildung fördert Entwicklung“ die Zukunftsgestaltung bildungshungriger Jugendlicher in den Slums von Nairobi/Kenia. Die Ausstellung zeigt die Profile von 25 kenianischen Studierenden: beeindruckende Lebensläufe, Hoffnungen, eigene Zielsetzungen und Wünsche an ihre Zukunft und die ihres Landes. Die jungen Menschen legen nachdrücklich dar, wie sich ihr Leben durch Bildung verändert hat.

**Kurs Nr. 202-16001**

**Montag bis Samstag während den Öffnungszeiten der Bücherei 02.12. bis 19.12.**

**Domfreihof, Atrium kostenfrei**

### Ausstellungseröffnung

**Kurs Nr. 202-16002**

**Mittwoch, 02.12., 18.00 Uhr Domfreihof, R. 5 kostenfrei**

### John Wesonga Mang'eni

### Meine Erfahrung mit Bildung fördert Entwicklung

John Wesonga Mang'eni, Master Student Peace and Conflict Management, spricht über seine Entwicklung durch die Unterstützung des Vereins. Er zeigt Beispiele, wie einige der unterstützten Studierenden selbst zu Unterstützern in Kenia geworden sind.

*Vortrag in Englisch mit deutscher Zusammenfassung*

**Kurs Nr. 202-16003**

**Mittwoch, 16.12., 18.00 Uhr Domfreihof, Beletage**

**kostenfrei John Wesonga Mang'eni**



# Ausstellungen

## Wirtschaft und Politik im Nationalsozialismus

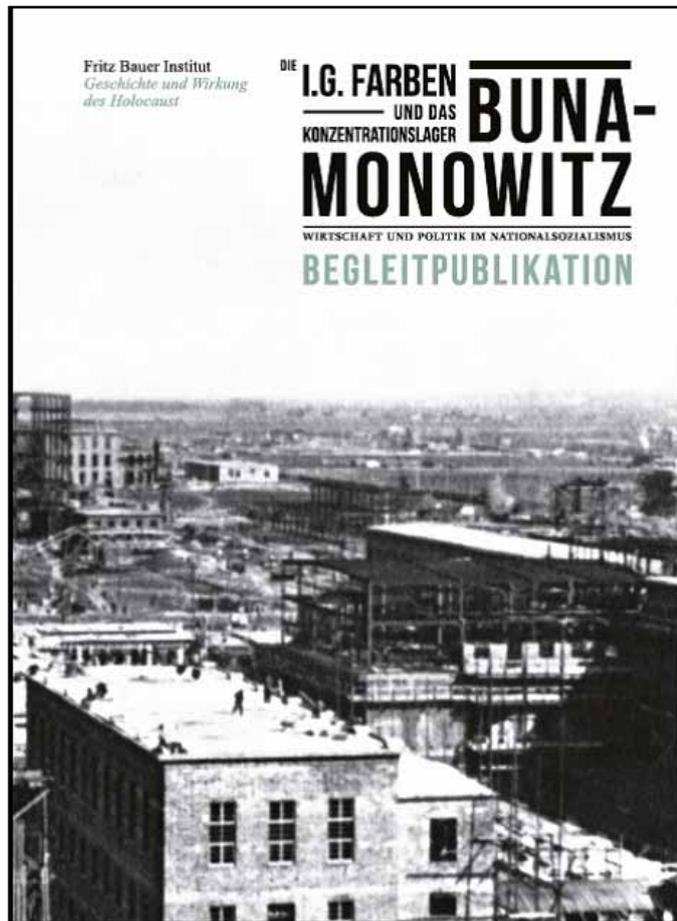
### Die IG Farben und das Konzentrationslager Buna-Monowitz

Der Chemiekonzern IG Farben ließ ab 1941 in unmittelbarer Nähe zum Konzentrationslager Auschwitz eine chemische Fabrik zur Produktion von Buna errichten, einem für die Kriegswirtschaft wichtigen synthetischen Kautschuk. Neben deutschen Fachkräften setzte das Unternehmen auf der riesigen Baustelle tausende von Häftlingen aus dem KZ Auschwitz, außerdem Kriegsgefangene und Zwangsarbeiter aus ganz Europa ein. Mit der SS arbeiteten die IG-Farben-Manager eng zusammen. Für die ständig steigende Zahl von KZ-Häftlingen errichteten sie 1942 gemeinsam mit der SS das firmeneigene Konzentrationslager Buna-Monowitz. Tausende Häftlinge kamen durch die unmenschlichen Arbeitsbedingungen auf der Baustelle zu Tode oder wurden in den Gaskammern in Auschwitz-Birkenau ermordet, sobald sie nicht mehr arbeitsfähig waren. Im Durchschnitt lebte nur noch etwa drei Monate lang, wer zur Zwangsarbeit nach Buna-Monowitz abkommandiert worden war.

Die Ausstellung des Fritz-Bauer-Instituts, Frankfurt, zeichnet Entstehung, Alltag und Auflösung des KZ Buna-Monowitz nach. Historische Fotografien, die anlässlich eines Besuches von Heinrich Himmler, dem Reichsführer SS, am 17. und 18. Juli 1942 gemacht wurden, dokumentieren die Perspektive von SS und IG Farben. Sie werden kontrastiert mit autobiographischen Texten von überlebenden Häftlingen.

*Diese jährliche Gedenkausstellungen um den 27. Januar ist ein Gemeinschaftsprojekt der Universität Trier, der AG Frieden, der Volkshochschule Trier, der Katholische Hochschulgemeinde Trier und der Evangelischen Studentinnen- und Studentengemeinde Trier.*

**Kurs Nr. 202-11000**  
**Montag bis Samstag während den**  
**Öffnungszeiten der Bücherei**  
**06.01. bis 16.02.**  
**Domfreihof, Atrium**  
**kostenfrei**



Das Fritz-Bauer-Institut stellt eine Reihe von Begleitmaterialien zur Ausstellung auch zum Einsatz im Unterricht zur Verfügung:  
<https://www.fritz-bauer-institut.de/ausstellungen>



### Ausstellungseröffnung

Oberbürgermeister Wolfram Leibe eröffnet die Ausstellung. Ein Gastvortrag des Fritz-Bauer-Instituts ist geplant. Bitte beachten Sie die Ankündigungen in der Tagespresse oder auf [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)

**Kurs Nr. 202-11001**  
**Dienstag, 12.01., 19.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**

*Im Rahmen der Ausstellung sind weitere Vorträge zu dem Thema geplant. Bitte beachten Sie die Ankündigungen in der Tagespresse oder auf [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de).*

*Die Ausstellung wandert nach Beendigung in der vhs zur Bibliothek der Universität.*

*Ausstellung und Reihe werden durch das Land Rheinland-Pfalz und durch die Landeszentrale für politische Bildung gefördert.*

### Ausstellungsvorschau 2021

#### Pray

Menschen verschiedener religiöser und nicht religiöser Gemeinschaften während ihres Betens, Fotos von Christian Sirsch

Geplant für März 2021

#### Freiheit kann man lernen

Fotoprojekt mit ehemaligen Frauenhaus-Bewohnerinnen

Geplant für Juni 2021

#### Mehr bezahlbarer Wohnraum

Ausstellung der Friedrich-Ebert-Stiftung

Geplant 2021

#### Eingetaucht - Vielfalt in unsern Meeren

Ausstellung des BUND

Geplant 2021



# China heute

Die Vortragsreihe im WS 2020/2021 in der vhs Trier 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.

## Chinesischer Patriotismus in Zeiten von COVID-19

Kurs Nr. 202-10101  
Dienstag, 10.11., 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Marc Oliver Rieger

## Dialogfähigkeit im deutsch-chinesischen Wissenschaftsaustausch

Kurs Nr. 202-10102  
Dienstag, 17.11., 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Yong Liang

## Ein Land, zwei Systeme?

Hongkong nach den Parlamentswahlen  
Kurs Nr. 202-10103  
Dienstag, 24.11., 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Kristin Shi-Kupfer

## Neuer Kaiser - Zweiter Mao?

Xi Jinpings personalistische Herrschaft in der VR China  
Kurs Nr. 202-10106  
Dienstag, 26.01.21, 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Dirk Schmidt

## Privatautonomie und Eigentum im Sozialismus chinesischer Prägung.

Das BGB als Vorbild für Chinas Zivilrecht  
Kurs Nr. 202-10104  
Dienstag, 02.02.21, 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Thomas Rüfner

## Land der Wunder - Land der Monster

Unser Chinabild von Marco Polo bis heute  
Kurs Nr. 202-10105  
Dienstag, 09.02.21, 19.30 - 21.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
5,- EUR  
Prof. Dr. Karl-Heinz Pohl

# Zeitgeschichte

## 150 Jahre „Deutsch-Französischer Krieg 1870/71“

Vor 150 Jahren begann der Deutsch-Französische Krieg 1870/71, der zur Gründung eines deutschen Nationalstaates führte. In einer „Literarisch-historischen Soirée zum Deutsch-Französischen Krieg und dem deutsch-französischen Verhältnis“ wird der Schriftsteller und Historiker Peter C. Burens an diese Zeit erinnern.

*Eine Kooperation der Deutsch-Französischen Gesellschaft Trier e.V. und der vhs Trier.*

Kurs Nr. 202-11101  
Donnerstag, 19.11., 18.30 - 20.30 Uhr  
Domfreihof, Beletage  
kostenfrei  
Peter C. Burens

# Geld

## Hat Bargeld noch eine Zukunft?

Das Bezahlverhalten der Bevölkerung hat sich in Deutschland in den letzten Jahren kontinuierlich verändert. Bargeldloses Zahlen gewinnt immer mehr an Bedeutung und hat in der aktuellen Coronakrise weiter zugenommen. Was heißt das für das Bargeld? Welche Vor- und Nachteile hat Bargeld gegenüber anderen Zahlungsformen? Wird seine Bedeutung weiter schwinden oder wird es sich im Zahlungsverkehr auch in Zukunft behaupten?

Diesen und weiteren Fragen rund um's Bargeld wird der Referent in seinem Vortrag nachgehen

Kurs Nr. 202-14001  
Montags, 05.10., 18.00 - 19.30 Uhr  
Domfreihof, R. 5  
kostenfrei  
Michael Schiff



Unabhängig ist einfach.

Jetzt beraten lassen, damit Frau später abgesichert ist.

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



Wenn's um Geld geht  
 Sparkasse Trier



## vhs.wissen live

### mp3, Industrie 4.0, 5G

Wie kommt das Neue in die Welt?

Wie kommen Innovationen, wie kommt das Neue in die Welt? Wie werden reale Werte geschaffen durch innovative Produkte und Dienstleistungen, die sich durch technischen Vorsprung, hohe Qualität und klaren Kundennutzen auszeichnen? Einige Beispiele sollen dies illustrieren. Dabei stehen nachhaltiges Wirtschaften und ein verantwortungsvoller Umgang mit den natürlichen Ressourcen im Vordergrund. Solche Technologien entstehen im Zusammenspiel von Forschung, innovativer Wirtschaft, geeigneten staatlichen Rahmenbedingungen und einer gegenüber Technik aufgeschlossenen Gesellschaft.

*Professor Spath ist Präsident von acatech*

**Kurs Nr. 202-12012**

**Dienstag, 08.09., 19.30 Uhr**

**Online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Univ.-Prof. Dr.-Ing. Dieter Spath**

### KI - Wann übernehmen die Maschinen?

Smartphones, die mit uns sprechen, Armbanduhr, die unsere Gesundheitsdaten aufzeichnen, Arbeitsabläufe, die sich automatisch organisieren, Autos, Flugzeuge und Drohnen, die sich selber steuern, Verkehrs- und Energiesysteme mit autonomer Logistik oder Roboter, die ferne Planeten erkunden, sind technische Beispiele einer vernetzten Welt intelligenter Systeme. Sie zeigen uns, dass unser Alltag bereits von KI-Funktionen bestimmt ist. Seit ihrer Entstehung ist die KI-Forschung mit großen Visionen über die Zukunft der Menschheit verbunden. Löst die „künstliche Intelligenz“ den Menschen ab? Dieser Vortrag ist ein Plädoyer für Technikgestaltung: KI muss sich als Dienstleistung in der Gesellschaft bewähren.

*Prof. Dr. Klaus Mainzer arbeitet als Wissenschaftsphilosoph und war Gründungsdirektor des Munich Center for Technology in Society (MCTS) und ist seit 2016 TUM Emeritus of Excellence.*

**Kurs Nr. 202-12013**

**Dienstag, 22.09., 19.30 Uhr**

**Online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Klaus Mainzer**

### So funktioniert vhs.wissen live:

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

### Pandemien

Corona und die neuen globalen Infektionskrankheiten

Pandemien, die kontinentübergreifende Ausbreitung von ansteckenden Krankheiten, sind eine dunkle Seite der Globalisierung, insbesondere des internationalen Flugtourismus. Schon vor dem Aufkommen des neuen Corona-Virus war das bei einer ganzen Reihe von Infektionskrankheiten der Fall. Mit Blick auf die aktuelle Situation erläutert der Vortrag die Strategien zur Eindämmung von Pandemien sowie ihre Auswirkungen auf Wirtschaft, Politik und die Teilhabe am öffentlichen Leben.

*Prof. Dr. Jörg Hacker war Präsident des Robert-Koch-Instituts und bis 2020 Präsident der Deutschen Akademie der Naturforscher Leopoldina.*

**Kurs Nr. 202-12002**

**Freitag, 02.10., 19.30 - 21.00 Uhr**

**online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Jörg Hacker**

### Die Kultur der Reparatur

Kaum ist die Garantie abgelaufen, gehen unsere Geräte kaputt. Das Display des Smartphones spinnt, der Laptop überhitzt und schaltet ab. Doch wir können der Wegwerfgesellschaft entkommen, indem wir wieder reparieren lernen. Das schont nicht nur die Ressourcen des Planeten, es macht auch Spaß! Überall in Deutschland gibt es Repair-Cafés, in denen Menschen gemeinsam an alten Plattenspielern schrauben und aus Secondhandklamotten Designermode machen.

*Prof. Dr. rer. nat. Wolfgang M. Heckl ist Generaldirektor Deutsches Museum*

**Kurs Nr. 202-12014**

**Dienstag, 06.10., 19.30 Uhr**

**Online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. rer. nat. Wolfgang M. Heckl**

### Von Melodien zu Wörtern:

**Wie Babys Sprache(n) lernen**

Babys können jede Sprache der Welt erlernen, unabhängig davon, wie komplex sie ist. Im Unterschied zu Erwachsenen können Babys auch scheinbar mühelos zwei und mehr Sprachen erwerben. Dabei beginnt die Sprachentwicklung „musikalisch“, mit einer gerichteten Veränderung der Melodieformen im Weinen in den ersten 2-3 Monaten.

Weinen Mädchen anders als Jungen? Wie werden aus ersten Artikulationsbewegungen Silben? Was verbindet die Sprachentwicklung von Babys mit dem Gesangerlernen junger Singvögel? Was können Eltern tun, damit Babys Sprache(n) besser lernen? Der Vortrag wird den Beginn der Sprachentwicklung im ersten Lebensjahr anhand von Ton- und Videobeispielen erläutern.

*Prof. Kathleen Wermke leitet das interdisziplinäre Zentrum für vorsprachliche Entwicklung & Entwicklungsstörungen (ZVES) an der Poliklinik für Kieferorthopädie der Julius-Maximilians-Universität in Würzburg.*

**Kurs Nr. 202-12003**

**Mittwoch, 14.10., 19.30 - 21.00 Uhr**

**online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Kathleen Wermke (Würzburg)**

### Wandel' Dich, nicht das Klima!

Der Klimawandel gilt gemeinhin als eine der großen Herausforderungen, vor denen die Menschheit steht. Um den Klimawandel abzumildern und die Konsequenzen des Klimawandels abfedern zu können, bedarf es kollektiver Anstrengungen von Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Jede/r Einzelne ist gefragt - und kann auch antworten! In diesem Vortrag soll es darum gehen, wie unser alltägliches Handeln und Nichthandeln zum Klimawandel beiträgt und welche psychologischen und gesellschaftlichen Mechanismen uns motivieren, etwas zu ändern.

*Prof. Gerhard Reese ist Leiter des Studiengangs „Mensch und Umwelt: Psychologie, Kommunikation, Ökonomie“ an der Universität Koblenz-Landau*

**Kurs Nr. 202-12004**

**Donnerstag, 29.10., 19.30 - 21.00 Uhr**

**online (von zuhause aus)**

**Kostenfrei**

**Prof. Gerhard Reese (Koblenz)**

**Weitere Angebote  
aus der Reihe  
vhs.wissen live:**

**vhs.wissen live - Kultur  
auf Seite 23**

**Dort finden Sie z.B. zwei Vorträge zu  
Joseph Beuys im Online-Format.**



# vhs.wissen live

## Ergebnisse der Präsidentschaftswahl in den USA

### Kommentar und Diskussion

Die Präsidentschaftswahl in den Vereinigten Staaten 2020 ist für den 3. November 2020 vorgesehen. Stephan Bierling wird sie für uns kommentieren.

*Stephan Bierling ist Professor für Internationale Politik an der Universität Regensburg. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Hans-Seidel Stiftung statt.*

**Kurs Nr. 202-12005**

**Donnerstag, 05.11., 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Stephan Bierling (Regensburg)**

## Die Erfindung des (jüdischen) Essens

### Popkultur, Ernährung, Identität

Warum wurden in der Corona-Krise so viele Konserven, Mehl und Zucker gekauft - obwohl die Versorgungssicherheit nie gefährdet war? Offenbar weisen bestimmte Nahrungsmittel über ihren Nährwert hinaus auch kulturelle Werte auf: Essen kann solide wirken und Sicherheit suggerieren. Der Vortrag erläutert in einem ersten Schritt theoretische Annäherungen an das allgegenwärtige „Kulturthema Essen“. Dann wird gefragt, warum jemand eine bestimmte Speise als „jüdisch“ wahrnimmt: Was ist an Pastrami, Bagels und gefüllte Fisch jüdisch? Dabei werden wir auf popkulturelle Kontexte, aber auch auf Gegenwartsliteratur eingehen.

*PD Dr. Caspar Battegay ist Lehrbeauftragter an der Universität Basel und Mitglied der Jungen Akademie.*

**Kurs Nr. 202-12006**

**Donnerstag, 12.11., 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**PD Dr. Caspar Battegay (Basel)**

## Gerechtigkeit und Gesundheit

### Pharmaforschung für alle?

Arzneimittel gehören zu den größten Errungenschaften der Menschheit. Sie haben zu dramatischen Verbesserungen von Gesundheit und Langlebigkeit sowie zu enormen Kosteneinsparungen beigetragen. Der globale Markt für Arzneimittel hat derzeit einen Wert von jährlich 1.430 Milliarden Dollar. Die Pharmaindustrie rechtfertigt ihre hohen Produktpreise durch die entstandenen Kosten bei der Forschung und Entwicklung der Arzneimittel. Für ärmere Gesellschaften sind

### So funktioniert vhs.wissen live:

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

diese hohen Preise oft nicht zu zahlen. Wie könnte eine Lösung aussehen, die einerseits der Industrie genügend Anreize gibt, Forschung zu betreiben und anschließend die Medikamente zu einem deutlich niedrigeren Preis anzubieten? Thomas Pogge stellt anhand des Health Impact Fund eine mögliche Lösung vor.

*Thomas Pogge ist Professor an der Yale University. Er promovierte an der Harvard University bei John Rawls.*

**Kurs Nr. 202-12007**

**Freitag, 20.11., 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Thomas Pogge (Yale)**

## Verschörungstheorien

### Charakteristika-Funktionen-Folgen

Verschörungstheorien sind derzeit in aller Munde und scheinbar überall. Doch was macht eigentlich eine Verschörungstheorie aus, und warum glauben Menschen an sie? Haben Verschörungstheorien in den letzten Jahren zugenommen, oder sind sie durch das Internet nur sichtbarer geworden? Anhand aktueller und historischer Beispiele wird der Vortrag in das Wesen und die Wirkung des konspirationistischen Denkens einführen.

*Michael Butter ist Professor für amerikanische Literatur- und Kulturgeschichte an der Universität Tübingen.*

**Kurs Nr. 202-12008**

**Dienstag, 01.12., 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Michael Butter**

## Das Zeitalter des Glaubens

### Aufstieg und Niedergang der uns vertrauten Form von Religion

Das „Zeitalter des Glaubens“ begann mit der Emanzipation der Religion vom Staat um 500 v. Chr. im frühen Judentum und begann zu verblassen mit der Emanzipation des Staates von der Religion im 18. und 19. Jh. Diese Geschichte behandelt der Vortrag aus dem Gesichtspunkt der Ägyptologie.

*Jan Assmann ist Professor em. für Ägyptologie an der Universität Heidelberg.*

**Kurs Nr. 202-12009**

**Donnerstags, 10.12., 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. em. Dr. Jan Assmann**

## Auf der Suche nach Eindeutigkeit

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

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

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

**Kurs Nr. 202-12010**

**Dienstag, 12.01.21, 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Thomas Bauer**

## Warum es kein islamisches Mittelalter gab

### Das Erbe der Antike und der Orient

Dem Islam wird gerne vorgeworfen, er sei im Mittelalter stecken geblieben. Was aber, wenn es gar kein islamisches Mittelalter gab? Thomas Bauer zeigt an zahlreichen Beispielen, wie in der islamischen Welt die antike Zivilisation mit florierenden Städten und Wissenschaften weiterlebte, während im mittelalterlichen Europa nur noch Ruinen an eine untergegangene Kultur erinnerten. Jahrhundertlang waren im Orient die antiken Städte lebendig, mit Bädern, Kirchen, Moscheen und anderen steinernen Großbauten, während sie in Europa zu Ruinen verfielen. Ärzte führten die Medizin Galens fort, Naturwissenschaften und Liebesdichtung blühten auf. Kupfermünzen, Dachziegel, Glas: Im Alltag des Orients gab es lauter antike Errungenschaften, die Mitteleuropäer erst zu Beginn der Neuzeit (wieder) neu entdeckten.

**Kurs Nr. 202-12011**

**Freitag, 15.01.21, 19.30 - 21.00 Uhr online (von zuhause aus)**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Thomas Bauer**



## Theologisches Quartett Trier

### Trotzdem! Warum ich in der Kirche bleibe.

Es gibt viele Argumente, die Kirchen zu verlassen. In der katholischen Kirche sind es z.B. der Machtmissbrauch, die sexualisierte Gewalt und die Rolle der Frau. Aber viele verlassen auch die evangelische Kirche nicht nur, um Kirchensteuer zu sparen. Die Journalistin und bekennende Katholikin Christiane Florin untersucht die Gründe, die Menschen zum Verlassen der Kirchen bewegen. Aber sie zeigt auch auf, weshalb es sich lohnt, trotzdem Mitglied zu bleiben und sich für Reformen innerhalb der Kirchen zu engagieren. Sie belässt es nicht bei einer Anklage, sondern erläutert auch ihre tiefe Sehnsucht nach gründlicher Erneuerung.

**Kurs Nr. 202-19001**

**Sonntag, 10.01.21, 11.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Dr. Christian Florin**

### Gott denken im Angesicht der Welt

#### Prozesstheologische Überlegungen

„Denn in Gott leben wir, bewegen wir uns und sind wir“ (Apg 17, 28a), so die Überzeugung der Prozesstheologie. Nach ihrem Verständnis lockt Gott den Menschen und steht mit der Welt in einer wechselseitigen Beziehung. Es ist ein dynamisches Verständnis der liebenden Gottheit, das die Prozesstheologie mit ihrem sozialen Gottesbild vertritt. Im Rahmen eines Vortrags und anschließender Diskussion wird ein alternatives Gottesverständnis vorgestellt, das beansprucht, sich sowohl mit der Vernunft als auch mit den alltäglichen Erfahrungen in Einklang bringen zu lassen.

**Kurs Nr. 202-19003**

**Sonntag, 07.02.21, 11.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Prof. Dr. Julia Enxing (Dresden)**

### Ökologische Landwirtschaft Die Landwirtschaft der Zukunft gibt es heute schon

Boden, der seine Fruchtbarkeit verliert und erodiert, verschmutzte Gewässer und belastetes Grundwasser, dramatisch zurückgehende Insektenpopulationen, unethische Zustände in der Tierhaltung, existenzielle Nöte bei Bäuerinnen und Bauern - die Folgen der konventionellen Landwirtschaft sind mannigfaltig und rufen nach einer Kehrtwende. Alexander Gerber vom Dachverband der deutschen Biobranche zeigt auf, wie mit dem Ökologischen Landbau ein erfolgreiches System entwickelt wurde, das die Zielkonflikte im Landbau am besten zum Ausgleich bringt und damit schon heute den Weg für die Landwirtschaft der Zukunft weist.

**Kurs Nr. 202-19004**

**Sonntag, 21.02.21, 11.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Dr. Alexander Gerber**

*Gebühr 7 €, ermäßigt 5 €; Zahlung nur an der Tageskasse; keine Anmeldung erforderlich. Bei weiterhin geltenden Pandemiebestimmungen müssen aber Kontaktdaten bei Teilnahme an der Veranstaltung hinterlassen werden.*

*Bitte achten Sie wegen möglicher Corona-bedingter Änderungen auf Ankündigungen in der Tagespresse sowie in den Internetauftritten der vhs ([www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)) bzw. des TQT ([www.theologisches-quartett-trier.de](http://www.theologisches-quartett-trier.de)).*

## Vorankündigungen Theologisches Quartett Trier 2021

**07.03.21**

### Dogma im Wandel?

Wie Glaubenslehren sich entwickeln

**Prof. Dr. Michael Seewald (Münster)**

**21.03.21**

### Jüdisches Leben stärken - Antisemitismus bekämpfen

**Dieter Burgard (Wittlich)**

## Religion

### Was glauben Sie denn ?!

Austausch über Glaube und Weltanschauung

Durch vielerlei Einflüsse in der modernen Gesellschaft sind traditionelle Glaubensgewissheiten ins Wanken geraten. Religiöse Autoritäten verlieren für viele an Bedeutung für die eigene Weltanschauung und Lebensgestaltung. Zum einen kann diese Entwicklung als Befreiung und Aufklärung empfunden werden, zum anderen als Mangel an Orientierung - auch angesichts der Fülle von religiösen/weltanschaulichen Angeboten auf dem Markt der Möglichkeiten. Auf diesem Hintergrund sind Interessierte eingeladen zum Austausch über ihren Glauben/Unglauben und ihre Weltanschauung. In einer kleinen Gruppe können Überzeugungen und Hoffnungen, Zweifel und Abgrenzungen zur Sprache kommen. Ein eher ungewöhnliches, nicht alltägliches Gesprächsthema, da Religion vielfach als Privatsache gilt.

*Teilnehmende sollten die Bereitschaft zur Reflexion der eigenen (Un-)Glaubensentwicklung mitbringen, Interesse an der Begegnung mit Gleichgesinnten und Andersdenkenden haben sowie für den Austausch in einer Gruppe offen sein.*

*Der Referent/Moderator, Lothar Adenauer, ist Theologe, Erwachsenenbildner und Supervisor.*

**Kurs Nr. 202-19002**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**20.10. bis 12.01., 5 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Lothar Adenauer**

## Vorankündigungen Theologisches Quartett Trier 2021

**25.04.21**

### UN-regierbare Welt?

Möglichkeiten und Grenzen internationaler Organisationen

**Prof. Dr. Manuel Fröhlich (Trier)**

**Ausführlichere Informationen im nächsten vhs-Programmheft!**



# Recht, Vorsorge, Betreuung

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

## Vertrauenssache Vollmacht

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

**Kurs Nr. 202-10501**

**Mittwoch, 28.10., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Caroline Klasen, Günther Cramés, Peter Schuh**

## Selbstbestimmen bis zuletzt - die Patientenverfügung

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

**Kurs Nr. 202-10502**

**Mittwoch, 04.11., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Peter Schuh, Dr. med. Franz-Josef Tentrup, Caroline Klasen, Günter Cramés**

## Die Pflichten eines Betreuers oder Bevollmächtigten

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

**Kurs Nr. 202-10503**

**Mittwoch, 11.11., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Günther Cramés, Caroline Klasen**

## Wichtige Entscheidungen treffen

**für Betreute und Vollmachtgeber in Gesundheits-, Freiheits- und Wohnungsangelegenheiten**

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. 202-10506**

**Mittwoch, 18.11., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Günther Cramés, Caroline Klasen**

## Kleiner 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 Rente, Pflegeversicherungsleistungen, Grundversicherung, Wohngeld oder Sozialhilfe beantragt werden können. Wann tritt die Unterhaltspflicht Angehöriger ein?

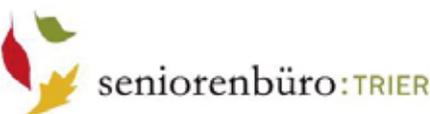
**Kurs Nr. 202-10507**

**Mittwoch, 02.12., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafé**

**kostenfrei**

**Caroline Klasen, Günter Cramés**



## Mit dem Geld behinderter und kranker Menschen umgehen

**Die Vermögenssorge bei Vollmacht und rechtlicher 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. 202-10508**

**Mittwoch, 25.11., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Caroline Klasen, Günter Cramés, Anna Linn**

## Seniorenkarte 2020

Erwerben Sie unsere „Seniorenkarte 2020“ und erhalten Sie auf die Saisonkarte des Süd- und Nordbades eine Ermäßigung von 25 Euro. Außerdem bietet die Volkshochschule Trier 20 % Nachlass auf zwei Kurse pro Jahr.

Die Karte ist ab dem 60. Lebensjahr im Seniorenbüro erhältlich und kostet 15 Euro. Sie bietet für ein Kalenderjahr Vergünstigungen bei verschiedenen Partnern. Eine Übersicht der Partner erhalten Sie im Seniorenbüro oder schauen Sie auf unsere Homepage. Wichtig: Bitte bringen Sie ein Lichtbild und Ihren Personalausweis mit!

## Seniorenbüro Trier

Kontakt: Kochstraße 1 a (Ecke Christophstraße), 54290 Trier, Tel. 0651 - 7 55 66

kontakt@seniorenbuero-trier.de www.seniorenbuero-trier.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr, Donnerstag von 9 bis 16 Uhr



## Recht, Vorsorge, Betreuung

### Wandel der Bestattungskultur Exkursion zur „Urnenkruft/Grab- kirche Mariahof“

Mit diesem neuen Angebot will man eine positive Antwort auf eine gewandelte Begräbniskultur geben. Im Keller unter der Pfarrkirche St. Michael hat man die Möglichkeit, ein Familiengrab oder eine Gemeinschaftsgrabstelle zu erwerben. Die Urnen werden vom Bestatter in die Gruft hinabgelassen. Nach Segnung und Verabschiedung wird die Urne vom Bestatter in einem Stelenfach beigesetzt. Die Gruft ist grundsätzlich nicht zugänglich. An Allerheiligen und Allerseelen wird die Urnengruft für Angehörige der Verstorbenen oder interessierte Besucher für jeweils einige Stunden geöffnet.

Anmeldung erforderlich! Infos und Anmeldung (Teilnehmerzahl begrenzt) bei SKf Trier Tel. 0651/9496-132 oder SKM Trier, Tel. 0651/14788-14.

**Kurs Nr. 202-10510**

**Mittwoch, 14.10., 14.00 - 17.00 Uhr**  
**Treffpunkt um 14.00 Uhr Eingang der Kirche St. Michael, Mariahof**  
**kostenfrei**  
**Roland Thomé, Caroline Klasen**

### Vortrag, Diskussion und Workshop Vorsorge und Erben. Ich er- stelle meine Vorsorgemappe

Rechtsanwalt Stephan Wonnebauer erläutert die Themen Testamentsgestaltung, Erbschaftsteuer, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung, Bestattungsverfügung, Hinterbliebenenerente sowie Haftung der Angehörigen im Pflegefall.

Auf Basis dieser Anregungen erstellen die Teilnehmenden im Laufe der drei Abende ihre persönliche Vorsorgemappe.

*Stephan Wonnebauer ist Fachanwalt für Steuerrecht und als Avocat à la Cour in Luxemburg zugelassen.*

**Kurs Nr. 202-10515**

**Dienstags, 19.00 - 21.45 Uhr**  
**03.11. bis 17.11., 3 Termine**  
**Domfreihof, R. 5**  
**45,- EUR**  
**Stephan Wonnebauer**

## Psychologie & Lebenshilfe

### Resilienz

#### Schlüssel für mehr Energie und Lebensfreude - Vortrag

Über welche Kräfte verfügen Menschen, die mit Herausforderungen, Krisen und Veränderungen im Leben besser umgehen können als andere? Was stärkt Ihre Energie und Lebensfreude?

RESILIENZ - ist die Fähigkeit Veränderungen und Krisen im Leben gut zu meistern und gestärkt daraus hervor zu gehen.

In diesem Vortrag erleben Sie kurz, knackig und kreativ die 7 Schlüsselkompetenzen, die Ihr Leben positiv beeinflussen. Die gute Nachricht: in jedem Alter ist Resilienz durch Einüben erlernbar. Sie ist eine lösungsorientierte Haltung, die für den konstruktiven Umgang mit Veränderungen gut vorbereitet, die Stress reduziert und persönliche Entwicklung aktiviert.

**Kurs Nr. 202-17010**

**Donnerstag, 29.10., 18.00 - 19.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**8,- EUR**  
**Ivonne Strupp**

### Meine innere Kraft erleben

#### Resilienz-Workshop

Entdecken Sie die Resilienz als innere Kraftquelle und stärken Sie in diesen Workshops Ihren Optimismus, Ihre Akzeptanz und Ihre Lösungsorientierung.

Ein Angebot von praktischen Übungen aus dem Resilienztraining und kreativen Impulsen soll Freiraum geben, die eigene Kraft zu entdecken und zu gestalten. Dabei können Sie Ihre eigenen Stärken, Talente und Begeisterung erspüren.

*Dergesamte Workshop besteht aus drei Einzelterminen. Die jeweiligen Termine können auch einzeln gebucht und belegt werden.*

1. Termin 19.11.: OPTIMISMUS STÄRKEN
2. Termin 26.11.: AKZEPTANZ STÄRKEN
3. Termin 03.12.: LÖSUNGSORIENTIERUNG STÄRKEN

*Yvonne Strupp ist Diplom-Sozialpädagogin und Resilienztrainerin.*

**Kurs Nr. 202-17011**

**Donnerstags, 18.00 - 20.00 Uhr**  
**19.11. bis 03.12., 3 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**30,- EUR**  
**Ivonne Strupp**

### 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



# Psychologie & Lebenshilfe

## Mediation am Arbeitsplatz und im beruflichen Kontext

Ungelöste Konflikte in Teams, unter Kollegen/innen und Beschäftigten, die mit der Führung der Geschäfte beauftragt sind, verursachen Kosten - lange bevor der Weg zum Arbeitsgericht in Betracht gezogen wird. Es kann sich lohnen, mit diesen Konflikten im Beruflichen anders umzugehen: Mit Einverständnis der Konfliktbeteiligten kann eine unabhängige und allparteiliche Mediatorin beauftragt werden, die sich mit den Streitparteien auf die Suche nach einer einvernehmlichen Lösung begibt. Ein Kommunikationsprozess mit einer bestimmten Abfolge von Schritten soll in die Lage versetzen, zu einer produktiven Zusammenarbeit zurückzufinden. Ob die Mediation in einem Konflikt in Ihrem Arbeitsumfeld die Methode ist, einen offenen oder schwelenden Konflikt anzugehen, können Sie in diesem Vortrag mit sich anschließender Erörterungsrunde erfahren.

**Kurs Nr. 202-17001**  
**Donnerstag, 12.11., 19.00 - 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Claudia Winter (Dipl. Soziologin)**

## Familienmediation

Mediation ist keine Paartherapie und keine anwaltliche Beratung. Mediation ist auch keine Trennungstherapie, in der Vergangenheit aufgearbeitet werden soll. Die Mediation fragt auch nicht „Wer hat Recht?“

Die Mediation fragt vielmehr: „Wie können wir das Problem lösen?“ Wie das genau funktioniert, bei welchen Streitthemen der Einsatz eines Mediators zielführend sein kann, welche freien Entscheidungsmöglichkeiten Ihnen eine Mediation bietet und wie Mediation und gerichtliches Verfahren sich ergänzen, erfahren die Teilnehmenden an diesem Abend.

**Kurs Nr. 202-17002**  
**Donnerstag, 19.11., 19.00 - 20.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Karin Adrian (Rechtsanwältin)**  
**Christiane Cluse (Dipl. Psychologin)**

*Die Reihe „Mediation“ führt die Volkshochschule in Kooperation mit dem Mediationsforum Trier durch.*

## Leichter lernen mit MNEMO (Merk-)techniken

Ein starkes Gedächtnis ist keine Zauberei, sondern eine Frage der richtigen Technik. Die MNEMO-Technik stammt aus dem Altgriechischen („mneme“: Gedächtnis, Erinnerung) und bedient sich verschiedenster Methoden, die wir in diesem Workshop kennenlernen werden. In der heutigen Zeit verlassen wir uns immer mehr auf unsere digitale Welt und vergessen völlig, dass wir eine eigene, sehr gute Festplatte im Kopf besitzen. Wenn Sie sich also auf das „Abenteuer“ der Merktechniken einlassen wollen, so werden Sie sich wundern, was Sie selbst alles können und behalten. Egal, ob Sie es für Ihren Alltag, Ihre Arbeit oder einfach nur zum Spaß nutzen möchten. Erfolgsergebnisse sind garantiert - versprochen. Für unseren Workshop brauchen Sie Freude an Neuem, Spaß und jede Menge Fantasie... schon sind Sie mit von der Partie in einer Gruppe von max. 10 Personen.

**Kurs Nr. 202-17004**  
**Samstag, 16.01., 9.00 - 13.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 108**  
**50,- EUR**  
**Monika Biewer**

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

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

Hier erlernen Sie hilfreiche Atemtechniken um so auch Ihre innere Uhr zu verlangsamen und. Sie lernen zudem Techniken aus Meditation, dem Autogenen Training und aus Tai Chi.

*Bitte mitbringen: Matte, Decke und Kissen*

**1. Kurs Nr. 202-17008**  
**Samstag, 10.10., 13.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**29,- EUR**  
**Stefan Hartmann**

**2. Kurs Nr. 202-17009**  
**Samstag, 09.01., 13.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**29,- EUR**  
**Stefan Hartmann**

## Ein gutes Gedächtnis ist erlernbar

### Basiskurs

Obwohl unser Gedächtnis im Alltags- und Berufsleben permanent gefordert ist, überlassen wir vieles immer mehr der digitalen Welt. Wir unterschätzen das Leistungspotenzial unseres Gehirns oder wissen nicht, wie wir es aktivieren können. Getreu dem Motto: „Es gibt kein schlechtes Gedächtnis, sondern nur ein schlecht genutztes Gehirn“. Wie aber schaffen wir es, unseren „Denkapparat“ zu echten Höchstleistungen anzuspornen? Sie erlernen spezielle Merktechniken und üben diese ein. Das „Ganzheitliche Gedächtnistraining“ steigert ohne Stress die Leistung des Gehirns und beteiligt Körper, Geist und Seele. Nachweislich verbessert es die Durchblutung und den Stoffwechsel des Gehirns sowie Ihre Lernfähigkeit und Aufnahmebereitschaft.

*Die Gruppe besteht aus max. 12 Personen.*

**Kurs Nr. 202-17005**  
**Samstag, 26.09., 9.00 - 13.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 108**  
**50,- EUR**  
**Monika Biewer**

## Ein gutes Gedächtnis ist erlernbar

### Vertiefungskurs

Haben Sie bereits einen Kurs „Ein gutes Gedächtnis ist erlernbar“ besucht? Hier werden die Merktechniken vertieft und mit abwechslungsreichen Übungen zur Aktivierung unseres Gehirns angereichert. Das „Ganzheitliche Gedächtnistraining“ wird von Menschen jeglichen Alters sowie in jeder Lebensphase sehr geschätzt. Es beeinflusst die Lernfähigkeit und Aufnahmebereitschaft des Gehirns deutlich positiv und führt zu einer höheren Effizienz. Getreu dem Motto „Jeder Tag, an dem wir unser Gehirn schulen und trainieren, ist ein gewonnener Tag!“

**Kurs Nr. 202-17006**  
**Samstag, 07.11., 9.00 - 13.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 108**  
**50,- EUR**  
**Monika Biewer**

## Mit schwierigen Menschen klarkommen

*Weitere Infos siehe [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)*

**Kurs Nr. 202-17012**  
**Freitag, 20.11., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**Domfreihof, Beletage**  
**40,- EUR**  
**Silke Weinig**



## Werkstatt StadtGrün

Angebote rund ums Thema „Naturnahes Stadtgrün“ von StadtGrün Trier in Kooperation mit Annette Fehrholz – Welt.Um.Bildung Die Veranstaltungen der „Werkstatt Stadtgrün“ wenden sich an interessierte Bürger\*innen und begleiten die Umsetzung des Grünflächenkonzeptes „STADT mit GRÜN – naturnahes Trier“ mit geeigneten Bildungs- und Mitmachangeboten für Kinder und Erwachsene. Die Veranstaltungen sind kostenfrei. Bei einigen Veranstaltungen fallen Materialkosten an (siehe jeweiliges Angebot). Die Bezahlung der Materialkosten erfolgt direkt vor Ort.

Anmeldung:

Anmeldung erforderlich bei StadtGrün Trier ab sofort, Email: stadtgruen@trier.de oder Telefonnummer: 0179 902 1570.

### F3: Samstag, 01.08., 14:30-18:00 Uhr Leben im und am Bach – Entdeckungstour am Avelsbach

Treffpunkt: Parkplatz Abzweig Im Aveler Tal ggü. Keuneweg

Eine Exkursion mit Ferdi Frosch im renaturierten Aveler Bachtal. Libellen, Bachflohkrebs, Binse und Bachbunze - wir erkunden gemeinsam den Lebensraum Bach mit allen Sinnen!

### F4: Samstag, 15.08., 10-14 Uhr Picknick im Park

Treffpunkt: Palastgarten, große Wiese am Pavillon von StadtGrün

Ein Mitbring-Picknick für die ganze Familie – mit Spiel-, Rätsel- und Land-Art-Angeboten rund um die Stadtnatur im Palastgarten.

### F5: Samstag, 12.09., 10-13:30 Uhr

#### Jede Menge Leben auf dem Friedhof! Tierwohnungen bauen für die wilden Tiere in der Stadt

Treffpunkt: Parkplatz Eingang Hauptfriedhof An der Hospitalsmühle

Auf dem Friedhof leben jede Menge wilder Tiere. Und was machen die im Winter?? Einige verreisen in den Süden, andere schlafen durch bis zum Frühling, und wieder andere sehen wir auch im Winter auf der Suche nach Futter. Wir entdecken die Lebensräume der wilden Tiere auf dem Hauptfriedhof und bauen ein Winterquartier für Igel, Spitzmaus, Blindschleiche und Co.

Werkstatt StadtGrün unterwegs

#### Botanische Führungen Hauptfriedhof 15–17 Uhr

Treffpunkt: Alte Kapelle am Eingang Herzogenbuscher Straße

**BF3: Samstag, 18.07.**

**BF4: Samstag, 12.09.**

Die Werkstatt StadtGrün lädt ein zum Erkunden der Stadtnatur auf dem Trierer Hauptfriedhof. Der Trierer Hauptfriedhof ist auch ein wunderschönes Stück Stadtnatur. Die botanischen Führungen ermöglichen ein genaues Betrachten, Kennenlernen und Genießen der Pflanzenwelt auf dem Hauptfriedhof, von den Teppichen frühblühender Blumen bis zu den Baumriesen aus aller Welt.

### Werkstatt StadtGrün Kids Angebote für Kinder im Grundschulalter

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

#### K3: Sommerferien: 27./28.7.2020, jeweils 10-16 Uhr

##### Stadtnatur kreativ - eine Werkstatt für alle, die gerne bauen, basteln, malen

Wir stellen kleine und große Kunstwerke her, Schmuck und Spiele, wir schnitzen, malen, kleben, bohren. Alles mit Material aus der Stadtnatur.

#### K4: Sommerferien: Montag, 10.08. & Dienstag, 11.08., jeweils 10-16 Uhr

##### Forscherwerkstatt - Stadtnatur erleben mit allen Sinnen

Boden, Luft, Wasser, Pflanzen Tiere – in dieser Werkstatt geht es darum unsere Sinne einzusetzen – wie schmeckt, riecht die Stadtnatur, wie fühlt und hört es sich an, was sehen wir? Wir machen Experimente draußen und drinnen und genießen dabei die Stadtnatur im Sommer.

#### K5: Herbstferien: Montag, 12.10. & Dienstag, 13.10., jeweils 10-16 Uhr

##### Stadtnatur im Herbst, Wilde Tiere in der Stadt – Wohnungen und Futterplätze bauen

Bau von Tierwohnungen für die Überwinterung, Bau von Nisthilfen für Vögel und andere Wildtiere, Basteln mit Naturmaterialien wie Blättern, Nüsse und Zapfen, Herstellung von Vogelfutter und Futterstationen.

#### E3: Donnerstag, 23.07., 17:30-20 Uhr (Wilde) Kräuter in der Küche

Materialkosten: 25 € für Zutaten und Gefäße für jeweils ein Öl und ein Salz.

Verwendung von Wild- und Küchenkräutern, Herstellung von Kräuter- und Blütensalzen und -ölen. Tipps zum Anbau von insektenfördernden (Wild-)Kräutern.

#### E4: Donnerstag, 12.11., 17:30-20 Uhr

### Naturnahe Winter- und Weihnachtsdekoration

Materialkosten. 20 € für Kranzrohling, Bindematerial, Steckmasse und Naturmaterialien. Bitte mitbringen: Rosenschere, soweit vorhanden, und wenn gewünscht, eigene Gefäße für ein Gesteck sowie zusätzliche Dekoration wie Schleifen, Kerzen, Kugeln etc.

Die Stadtnatur im Herbst und Winter bietet uns eine Fülle an Materialien für die Gestaltung von Dekoration für die Advents-, Weihnachts- und Winterzeit. Wir werden gemeinsam kreativ und stellen individuelle naturnahe Kränze, Gestecke oder andere Dekorationselemente her.

### Stadtgärten - Oasen voller Artenvielfalt

#### Vortrag und Prämierung Gartenwettbewerb 2020

Gärten sind in städtischen Ballungszentren für viele Menschen ein Zufluchtsort. Gärten bieten Naturnähe, Ruhe und Erholung. Sie sind ein Hort der Biodiversität und haben große soziale Bedeutung. Gärten können einen wichtigen Beitrag zu Biodiversität und Mikroklima in der Stadt leisten.

Der Trierer Gartenwettbewerb ist dieses Jahr in die dritte Runde gegangen. Die engagierte Beteiligung der letzten zwei Jahre hat gezeigt, dass viele Triererinnen und Trierer einen grünen Daumen und ein Händchen dafür haben, ihr Grün liebevoll und ökologisch wertvoll in Szene zu setzen. Infolgedessen freut sich StadtGrün Trier, gemeinsam mit dem Gärtnerverein Flora, auch in diesem Jahr auf die Auslobung des Gartenwettbewerbs, diesmal unter dem Thema „Haus-, Firmen- und Gemeinschaftsgärten – Oasen voller Artenvielfalt in Trier“.

Nach dem Vortrag findet die Preisverleihung des Gartenwettbewerbs 2020 statt.

Eine Veranstaltung vom Gärtnerverein Flora & StadtGrün Trier

**Kurs Nr. 202-10157**

**Donnerstag, 22.10., 18.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**



# Umwelt und Ernährung

## Trüffel in Deutschland

### Entwicklung, Vorkommen und Suche von Trüffel

Hier wird die Entwicklung der Trüffelvorkommen, Verwendung und Suche vom Mittelalter bis heute aufgezeigt. Die Fragen: wo gibt es in Deutschland Trüffel, welche Trüffel kommen bei uns vor, wodurch wird das deutsche Eßtrüffelvorkommen intensiviert, werden beantwortet. Auch auf die Trüffelsuche mit Hund, bei der die Bindung zu Ihrem Hund gestärkt, sein Selbstbewusstsein erhöht und mit ihm viele Erfolgserlebnisse erfahren werden, wird eingegangen. Ein paar grundsätzliche Informationen zum Trüffelanbau werden gegeben und alle Ihre Fragen beantwortet.

Informationen zur Dozentin unter [www.trueffelwelten.de](http://www.trueffelwelten.de)

**Kurs Nr. 202-10151**  
**Donnerstag, 08.10., 18.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**6,- EUR**  
**Gabi Wenk**

## Trüffelanbau in Rheinland-Pfalz

In einem großen Überblick werden erste fachliche Informationen aus der Pilzwirtschaft im Zusammenhang erläutert. Einzelne Passagen aus einem Lehrfilm der Trüffelschule werden vorgestellt. Es kann dann mit Gleichgesinnten und Interessenten diskutiert und die vielen aufkommenden Fragen mit der Dozentin geklärt werden.

**Kurs Nr. 202-10152**  
**Donnerstag, 05.11., 18.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**6,- EUR**  
**Gabi Wenk**



© Foto: Gabi Wenk/Trüffelwelten

## 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. 202-10154**  
**Sonntag, 20.09., 10.00 - 13.00 Uhr**  
**Parkplatz Kaiserhammerweiher**  
**12,- EUR**  
**Christoph Postler**

**2. Kurs Nr. 202-10156**  
**Samstag, 24.10., 10.00 - 13.00 Uhr**

## 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.*

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

**Kurs Nr. 202-10155**  
**Samstag, 05.09., 20.00 - 22.00 Uhr**  
**Treffpunkt vor der Pizzeria La Gondola am Mattheiser Weiher**  
**8,- EUR**  
**Christoph Postler**

## Degustation

### Neue Whiskys, neue Destillen

#### Kulturelle Highlights und das Lebenselixier der Schotten

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. 202-10168**  
**Sonntag, 31.01., 18.00 - 20.30 Uhr**  
**Zapotex, Pferdemarkt 1a, 54290 Trier**  
**12,- EUR**  
**Henrik Stöppler**



## Degustation

### Regionaler Käse - Käseseminar mit Wolfgang Fusenig

Entdecken Sie die versteckte Käse-Kultur unserer Großregion!

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

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

### Regionaler Käse trifft regionalen Wein

**Käse und Wein - das Traumpaar**

Entdecken Sie die versteckte Käse-Kultur unserer Großregion!

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

**Kurs Nr. 202-10111**

**Freitag, 06.11., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Wolfgang Fusenig**

### Regionaler Käse trifft regionalen Viez

Entdecken Sie die versteckte Käse-Kultur unserer Großregion!

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

**Kurs Nr. 202-10113**

**Freitag, 13.11., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Wolfgang Fusenig**

### Regionaler Käse trifft regionales Bier

**Käse und Bier - die oft unterschätzte Genusskombination**

Entdecken Sie die versteckte Käse-Kultur unserer Großregion!

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

**Kurs Nr. 202-10112**

**Freitag, 20.11., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Wolfgang Fusenig**

### Junge Mosel

In den letzten Jahren hat sich an der Mosel eine gut geschulte und engagierte Winzergeneration entwickelt. Mit originellen Ideen und spannenden Erzeugnissen setzen sie neue Maßstäbe und bringen frischen Wind ins angestaubte Moselimage. Zwischen Tradition und Moderne haben sie in der ältesten Weinbauregion Deutschlands innovative, facettenreiche Weinstile entwickelt und die Besonderheit des Terroirs in den Vordergrund gerückt. In diesem Seminar lernen sie neue Weintrends kennen. z. B. Orangewine und Naturwein. Sie verkosten Weine aus konventionellem und ökologischem Anbau in unterschiedlichen Weinstilen und typischen Rebsorten. Daneben erfahren sie Spannendes über die Region und deren 2000 jährige Kulturgeschichte.

*Nebenkosten 20,00 EUR (ca. 9 Weine namhafter Weingüter, Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 202-10166**

**Dienstags, 19.00 - 21.15 Uhr**

**10.11. bis 10.11., 1 x Abend Termine**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

### Dufte Sache - Riesling und seine Freunde

Riesling zählt zu den interessantesten Weißweinrebsorten der Welt. Daneben gibt es noch einige andere Rebsorten, die über ein großes Aromenspektrum verfügen und auch weniger geschulten Weintrinkern Spaß machen.

In diesem Seminar verkosten Sie eine Auswahl an Weinen der Bukettrebsorten Riesling, Muskateller, Traminer und Sauvignon Blanc aus Deutschland, Österreich, dem Elsaß und aus Südtirol. Daneben lernen sie einiges über Weinsensorik und die passende Weinauswahl beim festlichen Menü, was mit diesen Rebsorten garantiert Erfolgserlebnisse bringt.

*Nebenkosten: 20,00 EUR (ca. 9 Weine namhafter Weingüter, Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 202-10170**

**Dienstags, 19.00 - 21.15 Uhr**

**19.01. bis 19.01., 1x Abend Termine**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

### Avelertal und Avelsbach

**Geführte Weinbergswanderung mit anschließender Weinprobe**

Geführte Weinbergswanderung im Trierer Avelertal mit anschließender Weinprobe. In der Lage „Avelsbacher Hammerstein“ wird Weinbaugeschichte greifbar - von den Anfängen als preußischer Musterweinbaubetrieb Ende des 19. Jahrhunderts bis zur endgültigen Privatisierung im Jahr 2020. Dasselbe gilt für die Erdgeschichte: Schiefer, Quarzit und Diabas zeugen von großen Umwälzungen. Riesling ist der Klassiker, aber welche Rebsorten werden hier sonst noch angebaut? Warum thront über den Rebhängen eine Burgimitation? Wie hat sich der Anbau von Reben im Avelertal im Laufe der Jahrzehnte verändert? Viele spannende Fragen und ihre oft überraschenden Antworten werden unterhaltsam präsentiert.

*Nebenkosten: 10,00 EUR (für 3-4 Weine, Wasser und Brot); vor Ort an den Dozenten zu entrichten. Die Streckenlänge ist 1-2 km, festes Schuhwerk ist erforderlich.*

*Bus: Linie 83, Haltestelle „Kohlenstraße“, von dort 200m zu Fuß*

*Markus Naumann ist von der IHK Trier zertifizierter Kultur- und Weinbotschafter für die Moselregion.*

**Kurs Nr. 202-10171**

**Freitag, 18.09., 19.00 - 21.15 Uhr**

**Hofgut Avelsbach**

**12,- EUR**

**Markus Naumann**

**Wegen möglicher Änderungen aufgrund der Pandemiebestimmungen beachten Sie bitte die Tagespresse sowie Hinweise auf [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de).**

**Angemeldete Interessierte werden bei Änderungen von uns benachrichtigt.**



# Kultur & Gestaltung

## Neue Erfahrungsräume mit Kultur und Kreativität

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

Zum besonderen Profil der Volkshochschule gehört die enge Zusammenarbeit mit Kulturschaffenden, Bibliotheken, Museen sowie soziokulturellen Zentren in der Kommune.

## Literatur

### AutorenForum Trier Schnuppervormittag

Hier Haben Sie die Gelegenheit, sich am ersten Seminarvormittag des Semesters einen Eindruck von der Arbeit im AutorenForum zu verschaffen, von bereits Teilnehmenden nähere Informationen zu erhalten und Fragen an die Dozentin zu stellen. Je nach Teilnehmer/innenzahl dürfen gern an dem Morgen auch eigene kleine Texte vorgetragen werden.

*Alle Kurse dieser Seite finden in Kooperation zwischen dem Institut LeseKultur ([www.lese-kultur.com](http://www.lese-kultur.com)) und der vhs Trier statt.*

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

**Kurs Nr. 202-20211**  
**Samstag, 19.09., 10.00 - 13.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Dr. Christine Reiter**

### AutorenForum Trier

Das AutorenForum Trier bietet Autorinnen und Autoren die Möglichkeit, eigene Texte vorzustellen und zu besprechen werden. Zusätzlich vertiefen wir unser Wissen über literarische Gestaltungsmittel. Primäres Ziel des AutorenForums ist es, die eigenen Fähigkeiten des literarischen Schreibens gemeinschaftlich weiterzuentwickeln. Für alle Teilnehmende gibt es die Möglichkeit, ein Mal im Jahr eigene Texte in unserer Bücherreihe „Blickwinkel“ zu veröffentlichen.

*Die Termine finden monatlich jeweils an einem Samstagvormittag statt.*

**Kurs Nr. 202-20213**  
**Samstag 26.09., 31.10., 28.11., 19.12., 23.01.21, 27.02.21, 6 Termine**  
**Domfreihof, R. 5**  
**85,- EUR**  
**Dr. Christine Reiter**

### Romanentwicklung 1 neu Textplanung

In diesem Seminar stellen die Teilnehmenden ihre Ideen zu einem Romanprojekt vor. Im Vordergrund stehen die Fragen: Funktioniert der Plot? Und: Wie geht es nun weiter? Wir sprechen im Seminar über verschiedene Möglichkeiten der Textplanung und -durchführung. Ziel ist es, die Teilnehmer/innen dazu anzuspornen, den Roman weiterzuentwickeln und „am Ball zu bleiben“. Voraussetzung ist die Bereitschaft zur Beschäftigung mit den Texten der anderen Teilnehmenden. Nach der Anmeldung können die Teilnehmenden eine Skizzierung ihres Romanprojekts (max. 5 Normseiten) einreichen: [ctm@lese-kultur.com](mailto:ctm@lese-kultur.com)

*Dieses Seminar kann auch als Basis für die Bildung kleiner privater Autorengruppen genutzt werden.*

**Kurs Nr. 202-20215**  
**Samstag, 29.08., 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**65,- EUR**  
**Dr. Christine Reiter**

### Romanentwicklung 3 Textgenre

In diesem Seminar betrachten wir Romanentwürfe der Teilnehmenden in Hinblick auf das Textgenre: Was genau macht einen Kriminalroman spannend? Welche Kriterien muss ein historischer Roman, welche ein Science Fiction, welche ein Kinderroman erfüllen? Worauf muss man bei Liebesromanen besonders achten? Voraussetzungen sind eine aktive Teilnahme am Seminartag und die Bereitschaft zur Beschäftigung mit den Texten der anderen Teilnehmer/innen.



Fachbereichsleitung:  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**  
0651-718-1437  
[manuela.zeilinger@trier.de](mailto:manuela.zeilinger@trier.de)

### Romanentwicklung 2 Ausgestaltung der ersten Entwürfe

Dieses Seminar richtet sich an jene, die sich in der Ausarbeitungsphase befinden. Die Teilnehmenden stellen Textauszüge vor. Im Vordergrund stehen die Fragen: Sind die Figuren überzeugend? Sind die Szenen gelungen? Funktionieren die Kapitelübergänge? Ist der Anfang gelungen? Passt der Schreibstil zum Inhalt des Romans? Voraussetzungen sind eine aktive Teilnahme an den Seminartagen und die Bereitschaft zur Beschäftigung mit den Texten der anderen Teilnehmenden. Nach der Anmeldung können die Teilnehmenden eine Szene, einen Kapitelübergang oder den Romananfang (max. 5 Normseiten) einreichen: [ctm@lese-kultur.com](mailto:ctm@lese-kultur.com)

*Dieses Seminar kann auch als Basis für die Bildung kleiner privater Autorengruppen genutzt werden.*

**Kurs Nr. 202-20216**  
**Samstag, 21.11., 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**65,- EUR**  
**Dr. Christine Reiter**

Die Teilnehmer/innen sollten nach der Anmeldung ihr Exposé einreichen: [ctm@lese-kultur.com](mailto:ctm@lese-kultur.com)

*Dieses Seminar kann auch als Basis für die Bildung kleiner privater Autorengruppen genutzt werden.*

**Kurs Nr. 202-20217**  
**Samstag, 16.01., 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, Beletage**  
**65,- EUR**  
**Dr. Christine Reiter**



## Literatur

### Die Wahrheit über meine Mutter

Monika Helfer, Aya Cissoko und Annie Ernaux auf Spurensuche

„Ich möchte (...) die Frau zu fassen bekommen(...), die am ländlichen Rand einer Kleinstadt in der Normandie geboren wurde und (...) in einem Vorort von Paris gestorben ist. (...) es geht darum, nach einer Wahrheit über meine Mutter zu suchen, die nur durch Worte gefunden werden kann“, so Annie Ernaux über die Arbeit an *Une Femme* (1987). Der französischen Autorin, ist mit *Eine Frau* ein Porträt gelungen, das den Zwiespalt zwischen Liebe und Entfremdung spürbar macht. Ein berührendes Bild ihrer Mutter zeichnet auch Aya Cissoko in ihrem zweiten Roman *Ma*. Sie erzählt darin vom schwierigen Überlebenskampf der alleinerziehenden Migrantin aus Mali in der Pariser banlieue und von ihren Nöten, den vier Kindern traditionelle Werte zu vermitteln. Im Mittelpunkt der vielbeachteten Familiengeschichte *Die Bagage* von Monika Helfer steht ihre Großmutter, eine Frau, deren ungewöhnliche Schönheit nicht ohne Folgen blieb. Mit ihrem vielschichtigen Roman ist der österreichischen Autorin eine eindrucksvolle Reflexion über Herkunft und Erinnerung geglückt.

Lektüre: Aya Cissoko: *Ma*. (Verlag Das Wunderhorn 2017) ; Annie Ernaux: *Eine Frau*. (Suhrkamp Verlag 2019); Monika Helfer: *Die Bagage*. (Hanser Verlag 2020)

**Kurs Nr. 202-20101**  
**Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**22.09. bis 08.12., 10 Termine**  
**Domfreihof, R. 5**  
**80,- EUR**  
**Frauke Birtsch**

### Punkt, Punkt, Komma, Strich Das Satzzeichen an der richtigen Stelle

Ein Training für den Schul-, Ausbildungs- und Berufsalltag. Im Kurs zur deutschen Zeichensetzung pauken wir keine Regeln, sondern trainieren durch zahlreiche Übungen spielerisch, fehlerlose Texte zu schreiben. Wichtig und interessant im Schul-, Ausbildungs- und Berufsalltag, aber auch im privaten Bereich!

*Eine Veranstaltung des Instituts Lesekultur (www lese-kultur.com) in Kooperation mit der vhs Trier.*

**Kurs Nr. 202-40500**  
**Dienstags, 18.00 - 20.15 Uhr**  
**22.09. bis 29.09., 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**45,- EUR**  
**Dr. Christine Reiter**

## Rhetorik

### Mündliche Kommunikation und Rhetorik

In diesem Kurs trainieren Sie die Prinzipien der Kommunikation, sowie Aufbau und Durchführung einer Kurzrede. Sie erhalten Feedback zur Steigerung Ihrer persönlichen Wirkung und üben es, Ihre Sprechabsicht konzentriert und authentisch zu vermitteln. Kursmaterialien mit theoretischem Hintergrundwissen stehen zur Verfügung und vertiefen Ihr Verständnis. Begleitende Trainingseinheiten in den Bereichen körpersprachliche Codes, Stimme und Atem, helfen Ihnen, Sprechsituationen besser einzuschätzen, sich selbst stabil zu fühlen und Ihre Zielsetzung bestmöglich zu verwirklichen.

*Bitte bequeme Kleidung und Schuhe tragen.*

*Die Dozentin hat an der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Stuttgart Sprechziehung studiert und langjährige Unterrichtserfahrung an Musik- und Schauspielschulen sowie in der Erwachsenenbildung.*

**Kurs Nr. 202-20004**  
**Samstag/Sonntag 26./27.09.,**  
**11.00 - 17.00 Uhr, 2 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**  
**100,- EUR**  
**Susanne Lechler**

**Kurs Nr. 202-20005**  
**Samstag/Sonntag 23./24.01.**  
**11.00 - 17.00 Uhr, 2 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**  
**100,- EUR**  
**Susanne Lechler**

### Korrekte deutsche Aussprache

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

*Arbeits- und Übungsmaterialien werden zur Verfügung gestellt.*

**Kurs Nr. 202-20008**  
**Samstag, 19.09., 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**65,- EUR**  
**Susanne Lechler**

**Kurs Nr. 202-20009**  
**Samstag, 20.02., 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**65,- EUR**  
**Susanne Lechler**

## Stilkunde

### „Die Moden wechseln, der Stil bleibt“

Gemäß dem Zitat von Yves Saint Laurent spürt die Dozentin in ihrem Vortrag folgenden Fragen nach: Was ist mein Stil? Entspricht das, was ich anziehe, wirklich meiner Persönlichkeit und dem Bild, das ich nach außen ausstrahlen möchte? Was sagt meine Lieblingskleidung über mich aus? Sie lernen mehr über die wichtigsten Stilrichtungen und deren Aussagen durch die Wahl der Farben, Kleidungsstücke, Materialien, Muster, Accessoires und Frisuren.

**Kurs Nr. 202-20015**  
**Dienstag, 06.10., 19.30 - 21.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Nathalye Langner-Lebreton**

### Der Anzug-Knigge Männermode für jeden Anlass

Der Anzug ist nicht nur in der Geschäftswelt oder für wichtige Lebensereignisse der Klassiker der Herrenbekleidung. Korrekt getragen verleiht er seinem Träger Kompetenz und Status. Was sind „No go's“? Wann sitzt er richtig? Welcher Stoff, welches Muster, welche Farbe ist für welche Figur am besten geeignet? Und welche Regeln sollte „Mann“ für Hemd, Sakko, Krawatte, Schuhe und Accessoires berücksichtigen? (Vortrag)

**Kurs Nr. 202-20016**  
**Dienstag, 08.12., 19.30 - 21.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Nathalye Langner-Lebreton**

### Die goldenen Regeln der Farb- und Stilberatung

Eine Frau mit Stil wird nicht jede Mode mitmachen, sondern ihre Kleidung nach ihren Proportionen und körperlichen Eigenschaften aussuchen. Die Gesetze der Farb- und Stilberatung zeigen Ihnen, wie Sie bei jedem modischen Trend Ihre Vorzüge in den Vordergrund bringen und ungeliebte körperliche Merkmale gekonnt kaschieren können. Ob für den Beruf, die Freizeit oder für besondere Anlässe - wenn Sie diese goldenen Regeln kennen, werden Sie stets stilsicher und authentisch auftreten. (Vortrag)

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

**Kurs Nr. 202-20017**  
**Donnerstag, 14.01., 19.30 - 21.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Nathalye Langner-Lebreton**

neu



# Stadtkultur & Stadtgeschichte

neu

## Trierer Parks und Gärten erleben

### Romantisches Nells Ländchen

Park-Spaziergang mit Livemusik und Innenbesichtigung des Eiskellers Nells Ländchen (Nells Park), war einst ein Sumpf vor den Toren Triers. Nikolaus Nell ließ auf dem Grundstück einen modernen Park anlegen, der gleichzeitig ein landwirtschaftliches Mustergut darstellte. Dr. Kathrin Baumeister erläutert, was von der einst riesigen Anlage übrig geblieben ist und erklärt den Rosenstammbaum. Anja Geishecker singt mit Gitarrenbegleitung passende Lieder an den einzelnen Stationen. Als besonderes Highlight wird der sonst unzugängliche Eiskeller besichtigt. Treffpunkt vor dem Nells Parkhotel Parkseite.

*Nur mit Anmeldung bei der VHS.*

**Kurs Nr. 202-20021**

**Sonntag, 13.09., 11.00 - 13.00 Uhr**  
**vor dem Nells Parkhotel Parkseite**  
**12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister/Anja Geishecker**

### Petrisberg: Gärten der Partnerstädte - frisch renoviert

In neuem Glanz oder besser üppigem Grün präsentiert sich nun der Petrispark! Die Partnerstädte der Stadt Trier haben auf der Landesgartenschau 2004 einen besonderen Ort am Rande des Geländes bekommen. Von Beginn an war der Plan, dass dieser Park langfristig erhalten bleiben soll. Seit diesem Jahr hat StadtGrün Hand angelegt und so ist das Areal besonders sehenswert. Viele regionaltypische Aspekte der Partnerstädte sind dennoch erkennbar und als neues Highlight wird der neue Garten der chinesischen Stadt Xiamen betrachtet. Ein spannender abendlicher Rundgang, bei dem viele gartengeschichtliche Themen gestreift werden.

*Nur mit Anmeldung bei der VHS.*

**Kurs Nr. 202-20024**

**Samstag, 19.09., 18.00 - 20.00 Uhr**  
**Eingang Partnerstädtegärten/Petrisberg**  
**8,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

## Park & Kids



Die Park & Kids-Führungen sind für Kinder mit Erziehungsberechtigten gedacht. Führung mit Gesang und Spieleinlage und einer Süßigkeit am Ende.

*Bitte angeben, wenn das Kind keine Süßigkeiten essen darf oder Allergien hat.*

### Mit Rio Geschichten im Palastgarten erleben.

Der Palastgarten ist ein beliebter Spielplatz. Schon bald 100 Jahre spielen hier Kinder. Gemeinsam wollen wir die Stadtmauer verteidigen. Wir hören den Statuen zu, die über ihr Leben berichten. Zusammen singen wir verrückte Lieder und fragen uns, warum es so viele Wasserbecken gibt. Und wie haben die Leute eigentlich früher gespielt? Bei all dem begleitet uns die Handpuppe Rio.

*Für 4-7 Jährige geeignet.*

*Nur mit Anmeldung bei der VHS.*

**Kurs Nr. 202-20022**

**Sonntag, 13.09., 16.00 - 17.30 Uhr**  
**Spielplatz Palastgarten**  
**6,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister/Anja Geishecker**

### Verborgenes und Rätselhaftes im Nells Park

Viel Spannendes gibt's im Nells Park zu erleben: Gemeinsam entdecken wir den finsternen Eiskeller unter einem Erdhügel, gespenstisch weiß angestrichene Stämme, einen der giftigsten Bäume Deutschlands und vieles mehr. Früher war das Gelände ein gefährliches wildes Sumpfgebiet. Wie daraus ein schöner Park wurde und was ein Mann mit dem Spitznamen Hummel mit den Rosen zu tun hat, erfahrt ihr auf unserer Entdeckungsreise durch den Park.

*Für 8-12jährige geeignet.*

*Nur mit Anmeldung bei der VHS.*

**Kurs Nr. 202-20023**

**Samstag, 19.09., 14.00 - 16.00 Uhr**  
**Spielplatz Nells Park**  
**6,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister/Anja Geishecker**

## Erlebnistag für Singles

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

*Nur mit Anmeldung bei der VHS.*

**Kurs Nr. 202-20025**

**Sonntag, 27.09., 14.00 - 18.00 Uhr**  
**Kiosk im Parkeingang nahe Basilika**  
**18,50 EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister/Anja Geishecker**





# Kunst- und Stadtgeschichte

Das Kunstprogramm mit Dr. Michael Friedrich für 2020/21 bringt statt des bisherigen Themenjahres neue Formate mit abwechslungsreichen Perspektiven. Corona und Kunst zum Start, ein erster virtueller Ausstellungsbesuch und neue Kategorien wie „Ikonen“, „Meister/innen“ oder „Neu entdeckt“. Auch neu: Die Vorträge finden teilweise vor Ort im Vortragssaal der VHS statt und teilweise online bei Ihnen zu Hause über die vhs.cloud. Wenn Sie sich zu einem Online-Vortrag anmelden, erhalten Sie automatisch per Mail eine Einverständniserklärung für die vhs.cloud. Es wird Ihnen ein cloud-Zugang angelegt und Sie erhalten alle Informationen, wie es funktioniert. Bitte beachten: Ihre Registrierungsdaten für die vhs.cloud gelten für alle weiteren Veranstaltungen, die Sie online buchen. Bewahren Sie daher Ihre Zugangsdaten gut auf.

## Corona und Kunst

Drei Abende, drei Online-Vorträge in der vhs.cloud mit einer kunsthistorischen Annäherung an die Pandemie

### Krankheit und Seuchen in der Kunst

Online-Vortrag

Kurs Nr. 202-20600

Mittwoch, 23.09., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 22.9.

### Stay at home - Selbstisolation als Bildthema

Online-Vortrag

Kurs Nr. 202-20601

Donnerstag, 24.09., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Mittwoch 23.9.

### Social Distancing - Edward Hopper

Online-Vortrag

Kurs Nr. 202-20602

Freitag, 25.09., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Donnerstag 24.9.

Ikonen:

### Der Genter Altar von Jan van Eyck

Online-Vortrag

Die Themenreihe „Ikonen“ stellt in Zukunft ikonische Einzelwerke der Kunstgeschichte vor und beleuchtet den Weg ihrer Wahrnehmung bis zur heutigen Bedeutung. Den Auftakt macht der weltberühmte Genter Altar der Brüder van Eyck, dessen Entstehung um 1430 einen Wendepunkt in der Malerei Europas eingeleitet hat.

Kurs Nr. 202-20603

Mittwoch, 07.10., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 6.10.

### Stadtbildarchäologische Rundgänge Trier: „Wege in die Stadt“

Der Frage, wie man die Straßen und Plätze Triers in früheren Jahrhunderten erlebt hat, gehen diese Rundgänge nach, die in jeweils 3 Stunden an einem Donnerstagabend eine neue Sicht auf Altbekanntes zeigen und den Blick für städtebauliche Details schärfen sollen. Im Mittelpunkt stehen dabei in diesem Jahr die zentralen Verkehrsadern, die seit der Ausbildung des mittelalterlichen Stadtgefüges vom Umland in die Stadt geführt haben und dies teilweise heute noch tun.

### Der alte Weg nach Heiligkreuz

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

Kurs Nr. 202-20605

Donnerstag, 22.10., 18.00 - 21.00 Uhr

Treffpunkt: Stadtbad

12,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: 15.10.

Ausstellungsexkursion:

### „De Mena, Murillo, Zurbarán - Meister des Spanischen Barock“

Musée National de l'Histoire d'Art  
Luxemburg

Das kunsthistorische Museum des Großherzogtums Luxemburg zeigt selten zu sehende Meisterwerke des spanischen Barock, darunter großartige Skulpturen des eher weniger bekannten Bildhauers Pedro de Mena. Wie die Gemälde von Esteban Murillo und Francisco de Zurbarán hatten sie in ihrer Zeit vor allem ein Ziel: Die Betrachter/innen zu ergreifen und zu Tränen zu rühren. Da war jedes Mittel recht. Zugegeben: Das muss man mögen. Aber unter fachkundiger Führung werden Sie es lieben lernen. Anschließend schauen wir uns die ständige Sammlung des Museums an. Wir fahren bequem, günstig und ökologisch mit dem Zug nach Luxemburg. Fahrkarte und Eintritt ins Museum werden vor Ort bezahlt und sind im Preis nicht enthalten. Alle Details gibt es nach der Anmeldung.

Kurs Nr. 202-20606

Samstag, 31.10., Uhrzeit wird noch bekanntgegeben

Treffpunkt: Hauptbahnhof Trier

12,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Freitag 23.10.

Virtuelle Ausstellung:

### „Close Up“

Online-Vortrag

Eine virtuelle Reise in die renommierte Fondation Beyeler nach Basel zu einer spannenden Ausstellung, die die sich wandelnde Sichtweise herausragender Künstlerinnen des 19. und 20. Jahrhunderts auf sich selbst und die Menschen ihrer Zeit zusammenführt. Auf der Liste: Mary Cassatt, Paula Modersohn-Becker, Frida Kahlo, Marlène Dumas, Cindy Sherman und andere.

Kurs Nr. 202-20604

Mittwoch, 21.10., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 20.10.



### Meister/innen

Doppelvorträge an zwei Abenden, die es uns erlauben, einen tieferen Blick in Leben und Werk großer Meister/innen zu werfen ohne einen einzelnen Abend zu überfrachten. Das gibt den Raum, auch einen Blick über das bekannte Hauptwerk hinaus zu werfen und Neues zu entdecken - zum Beispiel im Arbeiten des spanischen Surrealismus-Meisters Joan Miró.

#### Meister/innen

#### Joan Miró I

##### Live-Vortrag

Kurs Nr. 202-20607

Mittwoch, 11.11., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

#### Meister/innen

#### Joan Miró II

##### Live-Vortrag

Fortsetzung des Vortrags vom 11. November

Kurs Nr. 202-20608

Mittwoch, 18.11., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

#### Meister/innen

#### Niki de Saint Phalle

##### Online-Vorträge

Jede/r kennt ihre bunten Nanas - aber Hand auf's Herz: Was wissen Sie sonst über die französische Malerin, Bildhauerin und Aktionskünstlerin Niki de Saint Phalle und ihr Werk? Nach diesen beiden Vortragsabenden alles!

#### Niki de Saint Phalle I

Kurs Nr. 202-20612

Mittwoch, 10.02., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 09.02.

#### Niki de Saint Phalle II

Fortsetzung des Vortrags vom 10. Februar

Kurs Nr. 202-20613

Mittwoch, 17.02., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 16.02.

### Neu entdeckt

Eine weitere neue Themenreihe widmet sich spannenden Neuentdeckungen. An diesem Abend ist das mit der um 1450 entstandenen Marienkrönung des Malers Enguerrand Quarton ein Hauptwerk der spätmittelalterlichen Malerei in Frankreich, das wir teilweise gemeinsam während unsere Provence-Reise im Herbst 2019 gesehen haben.

### Die Marienkrönung von Villeneuve-lès-Avignon

##### Online-Vortrag

Kurs Nr. 202-20609

Mittwoch, 02.12., 20.00 - 22.15 Uhr

Online (von zuhause aus)

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss: Dienstag 01.12.

### Ikonographie Wein

##### Jahresabschluss-Vortrag (Live)

Eine letzte neu eingeführte Themenreihe widmet sich in Zukunft ikonographischen Themen. Heute: Welche Bedeutungen hat Wein in der Kunst. Ein kleiner Hinweis vorweg: viele! Bringen Sie ein Glas mit und lassen Sie uns am Ende des Vortrags auf das Jahresende anstoßen.

Kurs Nr. 202-20610

Mittwoch, 16.12., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Neu entdeckt

### Bernt Notke und der Revaler Altar

##### Live-Vortrag

Mit Bernt Notke entdecken wir an diesem Abend einen der wichtigsten Lübecker Maler und Bildschnitzer des späten Mittelalters, der zusammen mit einer großen Werkstatt den gesamten Ostseeraum mit sakralen Kunstwerken ersten Ranges versorgt hat. Mit dem Revaler Altar und dem Revaler Totentanz gehören dazu zwei der wichtigsten mittelalterlichen Kunstwerke der heutigen estnischen Hauptstadt Tallin.

*Dieser Vortrag dient der Vorbereitung der Reise nach Tallinn und Helsinki vom 14. bis zum 18. Juli 2021 (Infos: Pellingner Reisestudio)*

Kurs Nr. 202-20611

Mittwoch, 20.01., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Ikonographie

### Rosen-Führung im Museum am Dom Trier

Ein Beitrag zu unserer neuen Ikonographie-Reihe vor Ort: Kommen Sie mit zu einem Wintersonntagnachmittag ins Museum am Dom in Trier auf der Suche nach der Bedeutung von Rosen und anderen Blumen in den dort ausgestellten Werken. Der Eintritt wird vor Ort bezahlt und ist im Kurspreis nicht enthalten.

Kurs Nr. 202-20614

Sonntag, 21.02., 14.00 - 17.00 Uhr

Museum am Dom, Windstraße

12,- EUR

Dr. Michael Friedrich

Anmeldeschluss Freitag 12.02.

### Trierer Kunstwerke im Detail betrachtet - Führungen

### Die Fassade der Trierer Liebfrauenkirche

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

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

Kurs Nr. 202-20622

Samstag, 17.10., 11.00 - 13.00 Uhr

Treffpunkt: Portal Liebfrauenkirche

12,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister

Anmeldeschluss: Donnerstag 15.10.

### Das Deckengemälde von St. Paulin

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

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

Kurs Nr. 202-20625

Samstag, 14.11., 11.00 - 13.00 Uhr

Treffpunkt: Kirche St. Paulin Eingang

12,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister

Anmeldeschluss: Donnerstag 12.11.

*Siehe auch Vortrag „Legendärer Mord und Totschlag“ auf der nächsten Seite.*



# Kunst- und Kulturbetrachtungen

## Weinfreunde Marx und Engels Ein Mittrinker und sein Mäzen Eine Lesung

Eine große Männerfreundschaft, dargestellt durch ihre Beziehung zum Wein. Obwohl Marx aus einer Weinregion stammte und sich sogar als „Ex-Weinbergbesitzer“ brüstete, war Engels der eigentliche Weinkenner. Natürlich ließ er Marx an seinem gut bestückten Weinkeller partizipieren. Wir folgen den beiden auf ihrer Lebensreise durch diverse Weinbauregionen und ihre Wohnorte Paris, London und Manchester.

**Kurs Nr. 202-20620**  
**Freitag, 25.09., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Jens Baumeister**

## Weder geschüttelt noch gerührt Wein trinken wie James Bond

Bekanntermaßen trinkt 007 regelmäßig einen Wodka-Martini. Doch der Agent mit der Lizenz zum Töten ist auch erlesenen Weinen nicht abgeneigt und wenn er dem schönen Geschlecht an die Wäsche will, ist Champagner das Mittel der Wahl. Neben vielen Geschichten und Anekdoten rund um den Wein erzählt „Baumeister. Jens Baumeister“ natürlich auch, weshalb „Bond. James Bond“ seinen Lieblingscocktail grundsätzlich „shaken, not stirred“ zu sich nimmt.

**Kurs Nr. 202-20623**  
**Freitag, 06.11., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Jens Baumeister**

## Legendärer Mord und Totschlag Das Deckengemälde von St. Paulin Vortrag

Obwohl St. Paulin ein barockes Gesamtkunstwerk ist, das seinesgleichen sucht, sind die Sagen und Legenden, die sich mit dieser Kirche verbinden, geradezu schauerlich blutrünstig. Wir beschäftigen uns mit mordenden Heiden, niederträchtigen Kaisern und verschlagenen Stiftsherren und schauen uns die Martersteine unter den Bluthornbäumen an.

**Kurs Nr. 202-20624**  
**Freitag, 13.11., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Jens Baumeister**

## Wie das Christkind in die Krippe kam Vortrag

Das Christkind ist uns allen seit der Kindheit vertraut und weder die Krippe noch die drei Könige rufen Verwunderung bei uns hervor. Doch wie kam es dazu, dass ein Gott als Kind verehrt wird? War das schon immer so und welche anderen Christusbilder kennen wir? Eine historische Spurensuche, die außerdem darlegt, welchen berühmten Menschen wir unsere Vorstellungen verdanken.

**Kurs Nr. 202-20626**  
**Mittwoch, 09.12., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Dr. Kathrin Baumeister**

## Um diesen Preis esst ihr in Europa Zucker!

### Die alte Sehnsucht nach Gerechtigkeit und Voltaires „Candide“ Vortrag

Fairer Handel, da denken wir an Kaffee und Schokolade – und meinen, es sei eine Entwicklung der 1970er Jahre. Doch schon in früheren Zeiten haben sich Menschen Gedanken darum gemacht, woher ihre Luxusprodukte kamen. Zucker war erheblich teurer als unser heutiger Kaffee und die Frage nach der Produktion erregte die Gemüter so stark, dass das Thema literarisch und künstlerisch bearbeitet wurde. In Südamerika produzierter Rohrzucker war lange Zeit Symbol für grausamste Sklavenarbeit. Voltaires literarische Figur Candide verliert durch den Anblick eines afrikanischen Zucker-Sklaven den Glauben an alles, was er für gut und richtig hielt. Ende des 18. Jahrhunderts entstand eine große Boykottbewegung gegen diese Zustände der Sklaverei. Moreau le Jeune illustriert die Szene der Begegnung des aufgeklärten Candide und des Afrikaners und bringt das Thema damit den Menschen nahe.

**Kurs Nr. 202-20627**  
**Dienstag, 05.01., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Dr. Kathrin Baumeister**

## Als das Einhorn aus dem Clunymuseum in die Welt hinein sprang

### Vortrag

Überall Einhörner, jedes Mädchenzimmer ist voll von ihnen, doch wo kommen sie her? Eine kunsthistorische Suche beginnt. In Handschriften und religiösen Büchern finden wir das Einhorn, aber dies erklärt noch nicht, wie Disney & Co auf die Idee kamen, das elegante Fabelwesen zu ver-einnahmen. Die Lösung wird mitten in Paris im alten Gemäuer des Clunymuseums ausgestellt: Die „Dame mit dem Einhorn“ hilft uns, das Rätsel zu lösen.

**Kurs Nr. 202-20628**  
**Dienstag, 19.01., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**5,- EUR**  
**Dr. Kathrin Baumeister**

## Franz Weißbach und der Krematoriumswein

### Online-Vortrag

Der Trierer Schelm Franz Weißbach gilt als Stifter des Palastgartens und hat einem gleichnamigen Preis den Namen gegeben. Doch warum wollte ein Mensch, dessen letzter Wille eine Erdbestattung war, ein Krematorium bauen? Diese und andere Fragen klären wir bei einer kleinen virtuellen Weinprobe. Wer den „Krematoriumswein“ zum Vortrag probieren möchte, kann ihn sich vom Weinhaus Trier liefern lassen.

*Wenn Sie sich zu einem Online-Vortrag anmelden, erhalten Sie automatisch per Mail eine Einverständniserklärung für die vhs.cloud. Es wird Ihnen ein cloud-Zugang angelegt und Sie erhalten alle Informationen zur Funktion.*

*Bitte beachten: Ihre Registrierungsdaten für die vhs.cloud gelten für alle weiteren Veranstaltungen, die Sie online buchen. Bewahren Sie daher Ihre Zugangsdaten gut auf.*

**Kurs Nr. 202-20629**  
**Donnerstag, 25.02., 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Online (von zuhause aus)**  
**5,- EUR**  
**Jens Baumeister**

*Anmeldeschluss: Mittwoch 24.2.*



# Zeitgenössische Kunst im Gespräch Backkultur

## Joseph Beuys

Live aus der Pinakothek der Moderne in München

Das Gedankengut von Joseph Beuys ist weit über die Kunstwelt hinaus in die Gesellschaft eingedrungen. Am 12. Mai 2021 würde diese eminent einflussreiche Persönlichkeit ihren 100. Geburtstag feiern. Zu diesem Anlass finden an vielen Orten der Welt große Ausstellungen statt, um das Werk neu zu betrachten. In der Pinakothek der Moderne in München befindet sich mit rund 300 Exponaten eine der größten Sammlungen seiner Arbeiten, die einen Überblick über die Staunen erweckende Vielfalt dieses Schaffens geben.

*Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Pinakothek der Moderne statt.*

*Die Vorträge werden im Rahmen des Formates „vhs.wissen live“ aus der vhs Erding übertragen. Nach Anmeldung erhalten Sie kurz vor der Veranstaltung einen Zugangslink und Sie können den Vortrag dann an dem Termin von zuhause oder von anderswo aus auf Ihren eigenen Endgeräten verfolgen.*

## Joseph Beuys

Das Ende des 20. Jahrhunderts

Kurs Nr. 202-20631

Montag 21.09., 19.30 - 21.00 Uhr

Online (von zuhause aus)

kostenfrei

Dr. Corinna Thierolf

## Joseph Beuys

Multiples

Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen vergleichsweise kleinformatige Objekte, die „Multiples“. Beuys hat sie als „Vehikel“ definiert, um Ideen zu transportieren. Welches Gut bringen sie dem Betrachter? Wie können wir die Botschaften, falls sie rätselhaft erscheinen, dechiffrieren?

Kurs Nr. 202-20632

Montag, 05.10., 19.30 - 21.00 Uhr

Online (von zuhause aus)

kostenfrei

Dr. Corinna Thierolf

Die Beuys-Vorträge finden digital statt, im Rahmen des Programms vhs.wissen live.

### So funktioniert vhs.wissen live:

Nachdem Sie zum Kurs angemeldet sind erhalten Sie einen Link zum LIVE-STREAM und können dann den Vortrag bequem von zuhause aus oder an jedem anderen Ort live verfolgen und sich per Chat an einer Diskussion beteiligen.

## Zeitgenössische Kunst im Gespräch

Eine Einführung in die zeitgenössische Kunstbetrachtung. Anhand von fünf Künstlerporträts werden jeweils Künstler, Werk und Zeit besprochen und im Zusammenhang gesehen. Hier findet nicht nur ein Vortrag statt, sondern ein gemeinsames Entdecken durch Gespräche und den Meinungs austausch. Da die Gegenwartskunst nicht immer einfach zu verstehen ist, soll dieser Kurs eine Öffnung sein für die Kunst und ihre wichtigsten Vertreter. Gleichzeitig wird die aktuelle regionale Kunstszene reflektiert. Kunst und Kultur gemeinsam erleben. Der Kurs wird geleitet von der Dozentin für Kunstgeschichte und Künstlerin Bettina Ghasempoor.

## Gerhard Richter

Kurs Nr. 202-20633

Samstag, 26.09., 10.00 - 13.00 Uhr

Galerie Netzwerk, Neustraße 10

18,- EUR

Bettina Ghasempoor

## Christo und Jeanne-Claude

Kurs Nr. 202-20634

Samstag, 31.10., 10.00 - 13.00 Uhr

Galerie Netzwerk, Neustraße 10

18,- EUR

Bettina Ghasempoor

## Louise Bourgeois

Kurs Nr. 202-20635

Samstag, 21.11., 10.00 - 13.00 Uhr

Galerie Netzwerk, Neustraße 10

18,- EUR

Bettina Ghasempoor

## Anselm Kiefer

Kurs Nr. 202-20636

Samstag, 12.12., 10.00 - 13.00 Uhr

Galerie Netzwerk, Neustraße 10

18,- EUR

Bettina Ghasempoor

## Marina Abramovic

Kurs Nr. 202-20637

Samstag, 30.01., 10.00 - 13.00 Uhr

Galerie Netzwerk, Neustraße 10

18,- EUR

Bettina Ghasempoor

## Backvorträge mit Verkostung in Kooperation mit Unverpackt und Liebling Trier

Immer Mitte des Monats rückt ein Produkt oder eine Speise und seine Geschichte in den Fokus. Geschichte, Backvorführung und anschließende Geschmacksprobe harmonieren mit einem kleinen Plausch unter den Teilnehmer/innen.

*Einlass ist ab 17.00 Uhr. Vorherige Anmeldung bei der VHS erforderlich.*

### Alle Veranstaltungen:

Liebling Trier, Rindertanzstraße 15

15,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister

## Scones herzhaft

Klassische und vegane Scones sowie dazu passende Pasten.

Kurs Nr. 202-206401

Montag, 14.09., 17.30 - 19.30 Uhr

## Heinrich VIII.

Herzhafte Pasteten aus dem Mittelalter - eine exklusive Speise für viele Gelegenheiten, die sehr einfach zuzubereiten ist

Kurs Nr. 202-206402

Montag, 12.10., 17.30 - 19.30 Uhr

## Marzipan-Verzierungen

Marzipan ist ein tolles Material und eine gesunde Süßigkeit. Grundlagen für einfache Verzierungen können an diesem Abend erlernt werden.

Kurs Nr. 202-206403

Montag, 16.11., 17.30 - 19.30 Uhr

## Galettes

Die an sich herzhaften Crêpes aus unserem Nachbarland. Schnell zubereitet, glutenfrei und auch Ei-frei sowie mit süßer Füllung möglich.

Kurs Nr. 202-206404

Montag, 14.12., 17.30 - 19.30 Uhr

## Römisches Essen

Einfach & vegetarisch

Kurs Nr. 202-206405

Montag, 11.01., 17.30 - 19.30 Uhr

## Verstecktes Essen: Maultaschen & Co.

Maultaschen sind bekanntermaßen eine Fastenspeise. Doch was hat es mit all den Teigtaschen in den verschiedenen Kulturen auf sich.

Kurs Nr. 202-206406

Montag, 22.02., 17.30 - 19.30 Uhr



# Fotografieren

## Grundlagen der Fotografie

### Aufnahmetechnik und Bildgestaltung (digital und analog)

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

Inhalte:

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

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

### Kurs Nr. 202-21102

Freitag 25.09., 18.30 - 21.30 Uhr,  
Samstag 26.09., 09.00- 16.00 Uhr,  
Sonntag 27.09., 09.00 - 12.00 Uhr,  
3 Termine, Domfreihof, R. 106  
75,- EUR

Werner Hardt

### Kurs Nr. 202-21103

Freitag 29.01., 18.30 - 21.30 Uhr,  
Samstag 30.01., 09.00 - 16.00 Uhr,  
Sonntag 31.01., 09.00 - 12.00 Uhr,  
3 Termine, Domfreihof, R. 106  
75,- EUR

Werner Hardt

## Digital fotografieren

### Mit der Spiegelreflex-/ Systemkamera

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

### Abendkurse

**1. Kurs Nr. 202-21104**  
Freitags, 18.30 - 21.30 Uhr  
02.10. bis 09.10., 2 Termine  
Domfreihof, R. 106  
46,- EUR

Werner Hardt

**2. Kurs Nr. 202-21105**  
Freitags, 18.30 - 21.30 Uhr  
11.12. bis 18.12., 2 Termine  
Domfreihof, R. 106

### Wochenendkurs

Kurs Nr. 202-21106  
Samstag, 16.01., 9.00 - 16.00 Uhr  
Domfreihof, R. 106  
46,- EUR  
Werner Hardt

### Wochen-Intensivkurs

Kurs Nr. 202-21107  
Montag - Freitag, 18.01. bis 22.01.,  
9.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine  
Domfreihof, R. 106  
115,- EUR  
Werner Hardt

## 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 undameratechnik. Mit unseren Kameras begeben wir uns auf Entdeckungsreise in Trier und sprechen über die individuellen Kameraeinstellungen außerhalb der Automatikfunktion (z.B. Blenden- und Zeitpriorität, Bildkomposition, Licht bzw. Belichtung, ISO ...).

Sie können Fragen stellen, sich mit den bisher unbekanntenen Einstellungen vertraut machen und dabei neue Perspektiven ausprobieren.

Bitte mitbringen:

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

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

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

**Kurs Nr. 202-21108**  
Sonntag, 08.11., 9.00 - 12.00 Uhr  
Eingang zur VHS am Domfreihof  
20,- EUR  
Werner Hardt

Anmeldeschluss: 05.11.2020

**Kurs Nr. 202-21109**  
Sonntag, 17.01., 9.00 - 12.00 Uhr  
Eingang zur VHS am Domfreihof  
20,- EUR  
Werner Hardt

Anmeldeschluss: 14.01.2021

Bitte beachten Sie auch unsere vielfältigen

**Bildbearbeitungskurse**  
im Fachbereich 5 ab Seite 74.



# Fotografieren

## Die digitale Spiegelreflexkamera in der Praxis

Mit Fotowanderung

**Wochenendkurs**

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

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

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

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

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

**Kurs Nr. 202-21110**

**Freitag, 27.11., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Samstag, 28.11., 09.00 - 16.00 Uhr**

**Sonntag, Fotowanderung nach Absprache**

**Domfreihof, R. 106**

**81,- EUR**

**Werner Hardt**

## Frauen fotografieren anders

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

Dieser Kurs soll Frauen an die Fotografie heranführen und sie darin bestärken neue und kreative Wege zu gehen. Viele Frauen lassen sich leider viel zu leicht von den technischen Aspekten der Fotografie und Einstellungen ihrer Kamera abschrecken. Durch angepasste Kursinhalte möchte ich den Teilnehmerinnen dieses Kurseshelfen, 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. 202-21100**

**Samstag, 26.09., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Michaela Faber**

## Nachtlichter/Lichtmalerei

Ein kreativer Fotoworkshop

Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die Spaß am Fotografieren haben und die nächtliche Atmosphäre in Trier genießen und einfangen möchten. Er beinhaltet alles rund ums nächtliche Fotografieren und das Einfangen dieser besonderen Atmosphäre (Blaue Stunde, Langzeitbelichtung, Lichtmalerei mit Hilfsmitteln).

Der Kurs unterteilt sich in einen theoretischen und einen praktischen Teil. In einem Vortrag erhalten die Kursteilnehmer/innen Tipps, Informationen und Beispiele zum Thema Licht, Bildausschnitt und Atmosphäre. Für den praktischen Teil (eine Fotowanderung) benötigen die Kursteilnehmer/innen ein Stativ und eine Kamera (bei der man auch ein paar manuelle Einstellungen wie Blende, Verschlusszeit und ISO einstellen kann.) Im Anschluss an die Wanderung können die Ergebnisse besprochen werden.

*Bitte eine Kamera und ein Stativ mitbringen!*

**Kurs Nr. 202-21101**

**Samstag, 06.02., 15.30 - 22.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Michaela Faber**

# Freizeit

## Bridge

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Bridge ist ein kommunikatives Spiel und noch dazu das weltweit bedeutendste. Wer dieses Spiel gelernt hat, wird überall Freunde finden. Wer Bridge spielt, ist im Alter nicht einsam. Die Gültigkeit dieses Satzes hat schon mancher erlebt, der allein in eine fremde Umgebung kam. Im Kurs lernen Sie schrittweise die Strategien und Techniken kennen. Diese Elemente sind in einen spielerischen Lernprozess integriert, der der Förderung, Stärkung und Erhaltung Ihrer Gedächtnisleistung dient.

**Kurs Nr. 202-20001**

**Dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**27.10. bis 15.12., 8 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**86,- EUR**

**Antje Helmhold**

*In Kooperation mit dem Bridgeclub Trier: <https://www.bridgeclub-trier.de/>*

## Bridge

für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

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

Wir frischen auf, was Sie vielleicht nicht mehr parat haben, wir vermitteln Ihnen neues Wissen und haben Tipps und Tricks im Koffer, um das Spiel wieder richtig interessant werden zu lassen.

**Kurs Nr. 202-20002**

**Dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**05.01. bis 16.03., 10 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**108,- EUR**

**Antje Helmhold**

## Spökes

Theatergruppe

Spökes, die vhs Theatergruppe, sucht neue Mitspieler. Unser letztes Theaterstück war Residenz Schloss und Riegel. Möchtest du Spaß und Freude beim Schauspieltraining erleben? Unsere nächsten Aufführungen sind nach Fasching 2021. Willst auch du dabei sein?

**Kurs Nr. 202-20400**

**Montags, 19.30 - 22.00 Uhr**

**14.09. bis 03.03., 22 Termine**

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

**50,- EUR**

**Leandra Chytra**



# Malen & Zeichnen



## Gegenständliches Zeichnen Abendkurs

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

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

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

### Kurs Nr. 202-20700

**Dienstags, 19.00 - 21.00 Uhr**

**15.09. bis 01.12., 10 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**93,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

### Kurs Nr. 202-20701

**Dienstags, 19.00 - 21.00 Uhr**

**05.01. bis 09.02., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**56,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

## Begleitetes Malen für Erwachsene

Leuchtende Gouachefarben, bunte Malwände und eine entspannte Atmosphäre in einem wertfreien Raum, laden Sie zu einer spannenden Entdeckungsreise zum Ursprung ihrer Kreativität ein. Künstlerische Techniken und Leistungsdruck einfach mal hinter sich lassen. Der Spontaneität und Intuition folgen, die eigenen Farben, Formen und Bilder entfalten und sich die Lebendigkeit Ihrer Innenwelt vor Augen führen. Den Malfluss einschränkende Muster, spielerisch- lebendig - mutig - neugierig und mit Spaß und Freude als Wegweiser für Ihren authentischen Selbstausdruck zu erforschen.

Für alle Malfreudigen, Anfänger und die, die es noch werden wollen!!!

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

## Begleitetes Malen für Kinder ab 6 in den Herbstferien

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!

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

*Malutensilien werden gestellt, bitte Malmittel mitbringen!*

### Kurs Nr. 202-20703

**Montag - Donnerstag, 12. - 15.10.2020,**

**15:00 - 16:30 Uhr, 4 Termine**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**54,- EUR**

**Sabine Henning**

### Kurs Nr. 202-20704

**Montag - Donnerstag, 19. - 22.10.2020,**

**15:00 - 16:30 Uhr, 4 Termine**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**54,- EUR**

**Sabine Henning**

## Zeichnen und Malen für Kids ab 9 in den Herbstferien

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

*Bitte mitbringen: Spaß am Zeichnen und Malen und Experimentieren, viel Papier, weiche Bleistifte, aber kein Radiergummi. Alles Andere nach Absprache im Kurs.*

### Kurs Nr. 202-20705

**Mittwoch - Freitag, 21. - 23.10.2020,**

**10.00 - 13.00 Uhr, 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**60,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

## Begleitetes Malen für Erwachsene in den Herbstferien

*Malutensilien werden gestellt; bitte Malmittel mitbringen!*

### Kurs Nr. 202-20720

**Samstag, 17.10., 10.00 - 13.00 Uhr**

**Sonntag, 18.10., 10.00 - 12.30 Uhr**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**50,- EUR**

**Sabine Henning**



**Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung**



# Malen & Zeichnen



## Zeichnen I

### Erste Schritte für Anfänger/innen

Anhand einfacher Übungen wird eine Einführung in Bleistift- und Kohlezeichnung gegeben, wobei sowohl das einfache schnelle Skizzieren als auch das Zeichnen komplett ausgearbeiteter Bilder erklärt werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.

*Der Dozent ist Kunstmaler und Kunstpädagog. Für weitere Informationen: [www.kunstschule-trier.de](http://www.kunstschule-trier.de)*

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

**Kurs Nr. 202-20710**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**14.09. bis 28.09., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**57,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Zeichnen II

### Die nächsten Schritte

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

*Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.*

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

**Kurs Nr. 202-20711**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**26.10. bis 09.11., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**57,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Kreatives Gestalten mit Acryl

### Erste Schritte

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

*Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.*

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

**Kurs Nr. 202-20712**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**16.11. bis 07.12., 4 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**90,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Kreative Wandgestaltung renovieren und dekorieren ohne Stress

In dem Kurs wird die Technik eines günstigen, modernen Designs für die Gestaltung in der Wohnung vermittelt. Sie lernen die Handhabung der Werkzeuge und der Materialien für die Wandgestaltung kennen. Folgende Inhalte werden vermittelt: Dekoration der Innenansichten, Wandmalerei, künstlerischer Putz, Spateltechnik, erste Schritte in der Kunst der Dekoration, Tapetenmalerei, Farbe und Stimmung in der Malerei, Darstellung dreidimensionaler Gegenstände, Farbverlauf, Bespannung, Kleben und Grundierung der Leinwand, Karton und Tapeten, Grundlagen der Malerei auf einer Leinwand, Karton und Tapeten, Collage und Komposition, Schablonentechnik und Arbeit mit einem Aerographen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

*Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.*

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

**Kurs Nr. 202-20713**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**11.01. bis 25.01., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**65,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Zeichnen für kreative Berufe

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an künftige Designer/innen, Architekt/innen sowie Restaurator/innen. Anhand einfacher Übungen wird eine Einführung in verschiedene Zeichentechniken gegeben, wobei sowohl das einfache schnelle Skizzieren als auch das Zeichnen komplett ausgearbeiteter Bilder erklärt werden. Sie machen erste Schritte im Zeichnen von Stillleben und Landschaften. Sie lernen acht Sorten Papier kennen und zeichnen mit Bleistift und Graphit, Pastell- und Kohlestift, Tinte, Kugelschreiber und Gelstift.

*Der Dozent ist Kunstmaler und Kunstpädagog. Für weitere Informationen: [www.kunstschule-trier.de](http://www.kunstschule-trier.de)*

*Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.*

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

**Kurs Nr. 202-20714**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**01.02. bis 22.02., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**60,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Jeder Mensch kann malen! Inklusiver Malkurs in Kooperation mit der Lebenshilfe Trier

In diesem Malkurs geht es um individuelles Erleben der Farbenvielfalt und darum, innere und äußere Blockaden abzubauen. Ziel ist nicht die Perfektion, sondern Ruhe zu finden und mit Spaß den Beeinträchtigungen zu trotzen, Ängste und Zweifel abzubauen und sich mit Pinsel und Farbe auszudrücken. Gemalt kann werden, was Freude bringt, Landschaften, Menschen, Weltall oder ganz abstrakt. Der Kurs richtet sich an alle interessierten Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen ab 16 Jahren.

*Die Teilnehmerzahl ist auf 7 Personen begrenzt. Eine Betreuungsperson darf mitgebracht werden.*

*Hanka Walter malt autodidaktisch, leitet bereits seit einigen Jahren einen Malkurs für beeinträchtigte Menschen beim DRK in Wittlich und ist auf deren besondere Bedürfnisse eingestellt.*

*Malutensilien werden gestellt, bitte Malkittel mitbringen!*

**Kurs Nr. 202-20716**

**Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr**

**27.10. bis 01.12., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

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

**65,- EUR**

**Hanka Walter**



# Nähen

## Kreatives Nähen

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

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

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 202-20900**

**Montags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**14.09. bis 16.11., 8 Termine**

**Berufsbildende Schule - EHS - Nähen**

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 202-20901**

**Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr**

**16.09. bis 18.11., 8 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 202-20902**

**Donnerstags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**03.12. bis 25.02., 9 Termine**

**Berufsbildende Schule - EHS - Nähen**

**90,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

Taschen nach individuellem Entwurf

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

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

*Der Kurs ist geeignet für Anfänger/innen mit Maschinenkenntnissen.*

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 202-20905**

**Donnerstags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**17.09. bis 26.11., 9 Termine**

**Berufsbildende Schule - EHS - Nähen**

**90,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

Fortgeschrittene

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

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

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 202-20903**

**Mittwochs, 18.00 - 20.30 Uhr**

**16.09. bis 18.11., 8 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 202-20904**

**Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr**

**25.11. bis 24.02., 11 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**110,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

in Rock nach Maß

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die das Erstellen eines Schnittes nach ihren eigenen Maßen lernen möchten.

Ziel ist es, nach den eigenen Körpermaßen einen Rock zu fertigen. Hierbei werden die Stadien des Maßnehmens, der Umsetzung in einen Rockschnitt, des Zuschneidens und des Nähens begleitet und ausführlich erklärt. Abschließend werden dann Variationen des Rockschnittes gezeigt, die die Teilnehmer/innen zu Hause fertigen können. Auf nähtechnische und schnitttechnische Fragen wird intensiv und individuell eingegangen.

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

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 202-20906**

**Montags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**23.11. bis 22.02., 10 Termine**

**Berufsbildende Schule - EHS - Nähen**

**100,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

eine Hose nach Maß

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die das Erstellen eines Schnittes nach ihren eigenen Maßen lernen möchten. Sie können schon nähen und möchten das Erstellen eines Schnittes nach ihren Maßen lernen. Ziel des Kurses ist eine maßgeschneiderte Hose zu fertigen. Sie werden beraten, welcher Hosenstil Sie am besten kleidet. 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/innen nicht geeignet.*

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 202-20907**

**Mittwochs, 18.00 - 20.30 Uhr**

**25.11. bis 24.02., 11 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**110,- EUR**

**Inna Sabirova**



## Nähführerschein

für Kinder

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

*Bitte mitbringen: Eigene Nähmaschine mit Anleitung, Stoff für den Kissenbezug, passendes Nähgarn und Nähzubehör.*

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

**Kurs Nr. 202-20912**

**Montag und Dienstag, 19./20.10.**

**09.00 - 14.15 Uhr, 2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**50,- EUR**

**Anna Isaeva**



# Nähen



## Lerne Deine Nähmaschine kennen!

### Einsteiger-Kurs

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

Sie lernen im Kurs:

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

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

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

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

**Kurs Nr. 202-20908**

**Montags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**14.09. bis 02.11., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**36,- EUR**

**Anna Isaeva**

## Lerne deine Nähmaschine kennen!

### Fortgeschrittenen-Kurs

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

Sie lernen im Kurs:

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

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

**Kurs Nr. 202-20909**

**Montags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**09.11. bis 14.12., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**48,- EUR**

**Anna Isaeva**

## Freundinnen-Nähkurs am Samstag

### kommunikativ und kreativ

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

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

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

Sie lernen im Kurs unter anderem:

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

*Die Teilnahme an diesem Kurs ist auch für Näheinsteiger mit geringer Näherfahrung mit sicheren Nähmaschinenkenntnissen geeignet. Erste Näherfahrungen und Kenntnisse der Nähmaschine sind notwendig!!!*

*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.*

**Kurs Nr. 202-20910**

**Samstag 19.09., 10.10., 07.11., 05.12.**

**2020 und 09.01.2021**

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

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**80,- EUR**

**Anna Isaeva**

**Kurs Nr. 202-20911**

**Samstag 26.09., 24.10., 21.11., 12.12.**

**2020 und 16.01.2021**

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

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

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

**80,- EUR**

**Anna Isaeva**

MODEDESIGN  
www.nusia.de

Maßanfertigung | Stoffverkauf

**nusia**

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

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



# Gestalten

## Grundlagen des Goldschmiedens

nach eigenem Entwurf

Einsteiger/innen und Fortgeschrittene können die Grundtechniken wie Sägen, Feilen, Biegen, Schmieden und Löten erlernen und vertiefen. Fortgeschrittene lernen zusätzliche Techniken kennen. Kreative Gestaltung und handwerkliches Arbeiten ermöglichen die Fertigstellung eines individuellen Schmuckstückes. Durch die verschiedenen Techniken und Materialien und durch eigene Form-Farbfindung können immer wieder neue, eigene Schmuckobjekte entwickelt werden. Zur Verfügung stehen Silber, Kupfer, Messing, eine Auswahl von Edelsteinen und Gold in kleineren Mengen. Andere Materialien können auch mitgebracht werden.

*Das Herstellen von Trauringen ist nach Absprache (mindestens 14 Tage vorher) möglich.*

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

**Kurs Nr. 202-21002**

**Freitag, 02.10., 17.00 - 21.00 Uhr,  
Samstag 03.10., 10.00 - 17.00 Uhr,  
2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
85,- EUR  
Diana Prokot**

**Kurs Nr. 202-21003**

**Freitag 11.12., 17.00 - 21.00 Uhr,  
Samstag 12.12., 10.00 - 17.00 Uhr,  
2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
85,- EUR  
Diana Prokot**

**Kurs Nr. 202-21004**

**Freitag 05.02., 17.00 - 21.00 Uhr,  
Samstag 06.02.2021, 10.00 - 17.00 Uhr,  
2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
85,- EUR  
Diana Prokot**

## Schnitzen und Instrumentenbau

für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Wir beginnen mit einfachen oder komplizierten Schnitzübungen (je nach Kenntnisstand), und werden uns dann so schnell wie möglich mit frei wählbaren Projekten beschäftigen. Wer sich für Holzbildhauerei entscheidet, dem/der steht zur Auswahl figurliches/abstraktvollplastisches oder ornamentales Arbeiten (Relief).

Im Bezug zu Instrumentenbau stehen Trommeln in beliebiger Größe und Ausführung sowie einfache Saiteninstrumente zur Auswahl.

*Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Benutzung derselben sind in der Teilnahmegebühr inbegriffen. Holz und anderes Material wird zur Verfügung gestellt, wird jedoch je nach Aufwand/Projekt extra berechnet.*

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

**Kurs Nr. 202-20808**

**Donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr  
05.11. bis 10.12., 6 Termine**

**Trommelstudio Akom la Engel, Schöndorferstr. 22, 54292 Trier  
100,- EUR  
Engel Matthias Koch**

## Töpfern für Erwachsene

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

*Bitte Kosten für Material und Brand (ca. 60 Euro) bei der Kursleiterin bezahlen. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

**Kurs Nr. 202-20806**

**Montag - Freitag 19. - 23.10.,  
17.00 - 19.15 Uhr, 5 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
70,- EUR**

**Manuela Oehms**

## Töpfern für Groß und Klein

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

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

*Bitte Kosten für Material und Brand (ca. 40 Euro) bei der Kursleiterin bezahlen.*

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

**Kurs Nr. 202-20803**

**Samstag/Sonntag, 19., 20. und 26.09.,  
14.00 - 17.00 Uhr, 3 Termine**

**Atelier Oehms, Baltzstrasse 14, Trier  
72,- EUR  
Manuela Oehms**

## Töpfern für Groß und Klein in den Herbstferien

*Bitte Kosten für Material und Brand (ca. 60 Euro) bei der Kursleiterin bezahlen.*

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

**Kurs Nr. 202-20804**

**Montag - Freitag, 19. - 23.10.,  
14.00 - 16.15 Uhr, 5 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
70,- EUR  
Manuela Oehms**



GOLDSCHMIEDE  
IRSCH · SCHUH

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



# Musikkurse der vhs

## Ukulele spielend einfach lernen

**Das erste Lied nach drei Minuten!**

Sie lernen in diesem Kurs Ukulele zu spielen und nach drei Minuten ihren ersten Song. Entdecken Sie über dieses lebensfrohe Saiteninstrument ihre Liebe zur Musik. Die erstaunlich leichte Spielbarkeit und der günstige Anschaffungspreis machen die Ukulele zu einem idealen Instrument für Menschen, die sich selbst oder andere beim Singen begleiten möchten.

*Sie müssen zum Kurs nichts mitbringen. Ein Instrument kann zum Selbstkostenpreis für die Dauer des Kurses geliehen werden. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Fortgeschrittene Spieler/innen sind jedoch herzlich willkommen.*

**Kurs Nr. 202-21301**

**Samstag, 31.10., 10.00 - 16.00 Uhr**

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

**Ralph Schäfer-Lösch**

## Sing dich stark und frei

„Es gibt kein besseres und wirksameres Mittel das psychosomatische 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. 202-21307**

**Sonntag, 01.11., 15.00 - 17.00 Uhr**

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

**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-21309**

**Sonntag, 31.01., 15.00 - 17.00 Uhr**

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

**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

## Afrikanisches Trommeln und Sprechtrommelspielen

**für Anfänger und Fortgeschrittene**

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 Gesang.

Aufgelockert wird der Kurs durch einfache Bewegungs- und Rhythmusübungen.

**Kurs Nr. 202-21302**

**Montags, 19.30 - 20.30 Uhr**

**02.11. bis 07.12., 6 Termine  
Trommelstudio Akom la Engel,  
Schöndorferstr. 22, 54292 Trier  
70,- EUR**

**Engel Matthias Koch**

## Sing dich stark und frei

**in Kooperation mit der Lebenshilfe Trier**

„Es gibt kein besseres und wirksameres Mittel das psychosomatische 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.

*Alle Menschen, die gerne singen, sind herzlich willkommen.*

**Kurs Nr. 202-21308**

**Sonntag, 13.12., 15.00 - 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5  
8,- EUR**

**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

## 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.*

**Kurs Nr. 202-21303**

**Montags, 18 - 19 Uhr**

**14.09. bis 25.01., 16 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V3  
96,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-21304**

**Montags, 19 - 20 Uhr**

**14.09. bis 25.01., 16 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V3  
96,- EUR**

**Anja Geishecker**

## Mantra - Mitsingkonzert

Das gemeinsame Singen von Mantras aus 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. 202-21310**

**Sonntag, 22.11., 15.00 - 17.00 Uhr**

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

**Anja Geishecker / Michael Pizzardini**

**Kurs Nr. 202-21311**

**Sonntag, 10.01., 15.00 - 17.00 Uhr**

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

**Anja Geishecker / Michael Pizzardini**

# 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.

### Klassik

Im Elementarbereich bietet die klassische Abteilung Eltern-Kind-Gruppen für Kinder ab 4 Monate musikalische Früherziehung und Grundausbildung/Rhythmik. Sie können anschließend ein Instrument oder Gesang im weiterführenden Unterricht belegen.

## Angebote

### Musikalische Früherziehung

In der „Musikalischen Früherziehung“ lernen die Kinder unter Anleitung von ausgebildeten und qualifizierten Musikpädagoginnen und -pädagogen spielerisch verschiedene Aspekte der Musik und der musikalischen Ausbildung kennen.

Die Musikalische Früherziehung läuft über 2 Unterrichtsjahre und findet wöchentlich 45 bzw. 60 Minuten je nach Gruppengröße statt. Die Kosten belaufen sich auf 25 Euro monatlich.

*Eine Teilnahme ist nur nach einer vorherigen Anmeldung möglich: musikschule@trier.de oder 0651-718-1442*

#### Kostenfreie Schnuppertermine:

##### Montag 17./24./31.08.20

14:30 - 15:15 Uhr, Frau Bitdinger  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42b/c

##### Mittwoch 19./26.08./02.09.20

16:15 - 17:00 Uhr, Frau Bitdinger  
Grundschule Tarforst, Am Trimmelter Hof 206

##### Donnerstag 20./27.08./03.09.20,

17:00 - 17:45 Uhr, Frau Riemenschneider  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42b/c

##### Freitag 21./28.08./04.09.20

14:15 - 15:00 Uhr, Frau Bitdinger  
Grundschule Heiligkreuz, Rotbachstr. 11

##### Freitag 21./28.08./04.09.2020

16:00 - 16:45 Uhr, Frau Riemenschneider  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42b/c

### Jazz - Rock

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

### Musical

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

### Ihre Ansprechpartnerin:

#### Musikschulleitung: Pia Langer

Telefon: 0651/718-1440

Mail: pia.langer@trier.de

#### Geschäftsstelle: Desirée Laros und Ruth Adams

Telefon: 0651/718-1442 o. 1441

Mail: musikschule@trier.de

### Orientierungsstufe

In der Orientierungsstufe für Kinder von 5½-7 Jahren erhalten die Teilnehmer/innen eine Übersicht über alle Instrumente an der Musikschule. Außerdem bekommen die Kinder auf spielerischem Weg einen Einblick in erste theoretische Grundlagen der Musik, was den späteren Einstieg in den Unterricht deutlich erleichtert.

Der Unterricht findet ab September über ein Schuljahr einmal wöchentlich statt, das Kursangebot dient als Vorbereitung auf den Instrumentalunterricht. Die monatlichen Kosten liegen bei 25 Euro.

*Eine Teilnahme ist nur nach einer vorherigen Anmeldung möglich: musikschule@trier.de oder 0651-718-1442*

#### Kostenfreie Schnuppertermine:

##### Montag 17./24./31.08.20

15:45 - 16:45 Uhr, Frau Bitdinger  
V1 /Turnhalle), Karl-Berg-Musikschule,  
Paulinstr. 42b/c

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

**reisser**  
**musik**

Das größte Musikhaus in Trier

#### Klaviere & Flügel.

Vom einfachen Schülerklavier bis zum hochwertigen Konzertflügel

#### Mietklaviere.

Der einfache Einstieg in die beflügelnde Welt der Musik

#### Klavierstimmung.

Erstklassiger Kundendienst durch kompetente Klavierbauer

#### Digitalpianos.

Keyboards, Stage-Pianos, Digitalpianos, Digitalflügel



**MEHR**



#### Gitarren.

Vom einfachen Schülerinstrument bis zur hochwertigen Konzertgitarre, Western- & E-Gitarren

**MUSIK**

#### Schulinstrumente.

Blockflöten, Orff-Instrumente

#### Noten/Songbücher.

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

#### Sakralorgeln.

Sakralorgeln mit modernster Samplingtechnik

#### CDs/DVDs.

Bei uns finden Sie eine vielfältige Auswahl von musikalischen CDs und DVDs



**Trier**

#### Christian Reisser

Inhaber Georg Kern e.K.  
Ihr Musikhaus in Trier

Fleischstr. 30 - 31, 54290 Trier  
Tel.: +49 (0)651 978 45-0  
www.musikhaus-trier.de

# Karl-Berg-Musikschule

## Angebote

### Grundausbildung mit der Blockflöte

Ein Angebot an der Musikschule für Kinder von 6 – 8 Jahren. Ziel des einjährigen Kurses ist das Erlernen von instrumentalen Grundlagen an der Blockflöte. Die Kosten belaufen sich auf 25 Euro monatlich.

Kostenfreie Schnupperstunden nach den Ferien nach vorheriger Anmeldung unter 0651 – 718 1442 oder musikschule@trier.de.

### Die Klavier-Kids

Ein Angebot für Kinder von 4 - 6 Jahren. Die Kinder erfahren erste musikalische Kenntnisse, z.B. mithilfe von bekannten Kinderliedern

Der Unterricht kann in Einzel- oder in Gruppenunterricht durchgeführt werden und findet einmal wöchentlich für 30 oder 45 Minuten statt.

Die Kosten richten sich nach der Schul- und Entgeltregelung der Musikschule.

Weitere Infos unter [www.musikschule-trier.de](http://www.musikschule-trier.de)

### Generationenorchester

für Musiker/innen von 7 – 70 Jahren

Hier besteht die Möglichkeit, dass verschiedene Generationen einer Familie gemeinsam in einem Orchester musizieren können.

Interessierte sind herzlich zu einer Schnupper-Probe eingeladen, willkommen sind Blechbläser, Holzbläser und Streicher verschiedener Generationen.

Die Teilnahme ist kostenfrei und der Einstieg jederzeit möglich.

**Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr**

**Raum 2.08,  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42b**

### Die Musikmäuse I und II für Mütter mit Babys im Alter von 4 - 11 und 12- 18 Monaten

### Der Musikzirkus I und II für Kleinkindern von 1,5 - 3 und von 3 - 4,5 Jahren in Begleitung eines Elternteils.

Die kindgerechten und musikalisch-spielerischen Kurse laufen bis Januar und finden einmal wöchentlich in der Musikschule statt.

Der Unterrichtsinhalt umfasst u.a. das gemeinsame Singen, einfache Kniereiterverse, Bewegen und Tanzen, das Spiel mit einfachen Instrumenten. Eltern erhalten Ideen und Anregungen auch für Zuhause.

Die Kurse beginnen ab dem 21.09.2020 und finden an verschiedenen Tagen der Woche statt.

Eine Übersicht der Unterrichtsdaten und Kosten finden Sie unter [www.musikschule-trier.de](http://www.musikschule-trier.de)

Interessierte sind herzlich willkommen zu den Kursangeboten, die in der ersten Kurswoche vom 21.09. – 26.09. als kostenlose Schnupperstunden stattfinden!

### Ensemble für Erwachsene

In diesem Ensemble können sich erwachsene Neu- oder Wiedereinsteiger/innen ausprobieren, wenn sie sich noch unsicher fühlen und gemeinsam, ohne Überforderung, musizieren möchten.

**Dienstags, 19.15 - 20.00 Uhr  
Raum 3.04, Karl-Berg-Musikschule,  
Paulinstr.42 b**

**Kosten: 15,00 € monatlich, für Musikschüler/innen kostenfrei**

### Chorwerkstatt für Erwachsene

Die Chorwerkstatt ist ein ganzjähriges Unterrichtsangebot. Die wöchentliche Probe beinhaltet regelmäßige, intensive Stimmbildung. Unter professioneller Anleitung werden Sie Chorliteratur unterschiedlicher Stilrichtungen kennen lernen und erarbeiten. Voraussetzung sind neben der regelmäßigen Teilnahme Erfahrungen im Umgang mit der Singstimme und musikalische Basiskenntnisse. Eine individuelle Stimmberatung findet zu Beginn des Unterrichtes statt.

**Dozentin/Dozent: Monica Sproß,  
Richard Ufer**

**Mittwochs, 19.15 – 20.30 Uhr  
Kammermusiksaal 2.08 der Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b  
15,00 € monatlich**

### Cantarella

Ein kreativer Spaß für Kinder und Jugendliche von 5 – 17

Idee dieses Angebotes ist die Förderung und die Entwicklung von individueller, künstlerischer Neigungen und schöpferischer Fähigkeiten durch Singen, Sprechen, Schauspiel, Körperbewegung, Improvisationsspiel, Körpersprache und Fantasie.

Der Unterricht findet immer mittwochs in verschiedenen Gruppen ab 4 Kindern statt.

Am Ende eines Schuljahres präsentieren die Kinder das Erlernte in einem Kindermusical.

**Mittwochs, 16.30 – 17.30 Uhr für Kinder von 5 bis 10 Jahre**

**Freitags, 15.30 – 16.30 Uhr für Jugendliche von 11 – 15 Jahre**

**Dozentin: Angela Händel  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b  
15,00 € monatlich**



# KLASSIK



# JAZZ & ROCK



# MUSICAL

# Karl-Berg-Musikschule

## Konzerte und Veranstaltungen

### Band-Fest Abteilung Jazz & Rock

Freitag, der 18.09., ab 18.00 Uhr  
Brunnenhof Trier

Bands aus dem Anfänger- bis Fortgeschrittenbereich lassen Pop- und Rocksongs oder auch Stücke aus dem Jazzbereich erklingen. Zuhörer erwartet eine große musikalische Bandbreite und einige Abwechslung aus der Abteilung für Populärmusik der Karl-Berg-Musikschule.

### Schüler für Schüler

Konzert für junge NachwuchsmusikerInnen der Karl-Berg-Musikschule

Dienstag, 17.11.2020, 18.00 Uhr  
Kammermusiksaal der Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b

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

### Musik im Advent für Kinder

Samstag, 05.12.2020, 16.00 Uhr  
Kammermusiksaal 2.08 der Karl-Berg-Musikschule

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

### Benefiz - Weihnachtskonzerte

Sonntag, 29.11.2020 11.00 Uhr im Landesmuseum Trier und  
Sonntag, 06.12.2020, 11.00 Uhr im Kloster Karthaus in Konz

Ein vorweihnachtliches Konzert mit dem „Jungen Kammerorchester“ und SolistInnen der Musikschule unter der Leitung von Joachim Mayer-Ullmann Um Spenden wird gebeten.

### Neujahrskonzert

des Bildungs- und Medienzentrums  
Sonntag, 24.01.2021, 11.00 Uhr Rokoko-saal des Kurfürstlichen Palais Trier

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

### Junge Musik

Konzert für junge NachwuchsmusikerInnen der Karl-Berg-Musikschule

Freitag, 22.01.2021, 18.00 Uhr  
Kammermusiksaal der Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b

Erleben Sie einen musikalischen Querschnitt von SchülerInnen der Musikschule. Das Konzert auf hohem Niveau wird unter anderem gestaltet durch TeilnehmerInnen des Regionalwettbewerbes Jugend musiziert.

### Jugend musiziert

Regionalwettbewerb

Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b, Trier, 30. / 31.02.2021 ganztägig

Junge Talente aus der Region Trier musizieren in der Karl-Berg-Musikschule vor einer Fachjury, um sich auf Regionalebene zunächst für den Landeswettbewerb qualifizieren. Die Vorspiele sind öffentlich.

### Tag der offenen Tür

am 07.03.2021, 14.00 – 17.00 Uhr  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b/c

Die Karl-Berg-Musikschule öffnet ihre Türen und lädt zu Schnupperkursen ein. Alle Abteilungen der Musikschule zeigt ihre umfassende Angebotsstruktur und zeigen ihr Können.

Die DozentInnen der drei Abteilungen beraten und informieren über die Unterrichte; an einem Informationsstand beraten Sie die MitarbeiterInnen der Geschäftsstelle über die Konditionen an der Musikschule. Instrumente können unter Anleitung der FachdozentInnen ausprobiert werden. Eine Cafeteria des Fördervereins lädt zum Verweilen und Erholen ein.

Bei all diesen Veranstaltungen:  
**Eintritt frei!**

## Unser Mehrwert für Sie:



**MARCUS HÜBNER**  
DAS PIANOHAUS

- **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.

© wa-g.de

STEINWAY & SONS | Boston | Essex | YAMAHA | M. HÜBNER

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



# 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.

## Tanzen und Tanzsport

### Salsa Workshop

für Anfänger/innen ohne

#### Vorkenntnisse

Unverhohlen sexy und entschieden provokativ: Der Salsa avancierte in den letzten Jahren zum Inbegriff des lateinamerikanischen Tanzes. Im Workshop lernen Sie neben dem Grundschrift sämtliche wichtigen Grundlagen für das Tanzen von Figurenkombinationen.

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

*Bitte melden Sie sich vor (!) Kursbeginn an. Bitte in bequemer Kleidung erscheinen!*

**Samstags, 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**16,- EUR**  
**Paulo Calderon**

**Kurs Nr. 202-30004**  
**Samstag, 12.09.**

**Kurs Nr. 202-30005**  
**Samstag, 10.10.**

**Kurs Nr. 202-30006**  
**Samstag, 14.11.**

**Kurs Nr. 202-30007**  
**Samstag, 12.12.20**

**Kurs Nr. 202-30008**  
**Samstag, 16.01.21**

### 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. Auch Nichttänzer, Fitness-Neulinge oder Personen, die eigentlich eine gewisse Skepsis gegenüber Gruppenkursen hegen, werden sich auf Anhieb wohlfühlen. Mit ZUMBA® werden Teilnehmer/innen ihren Körper straffen, Muskeln aufbauen, neue Energie tanken, Kalorien verbrauchen und andere individuelle Fitness-Ziele erreichen.

*Helder Rodrigues ist zertifizierter ZUMBA®-Fitness-Trainer an der Tanzschule „DANCE in“.*

**Kurs Nr. 202-30025**  
**Samstag, 16.01., 15.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**

**Helder Rodrigues**  
*Anmeldeschluß: 13.01.2021*

**2. Kurs Nr. 202-30027**  
**Samstag, 07.11., 15.00 - 17.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**25,- EUR**

*Anmeldeschluß: 04.11.2020*



Fachbereichsleitung:

**Rita Brockhaus**

0651-718-1431

rita.brockhaus@trier.de

### Tanzen 60+ / Level 2

Nur für Singles und mit leichten

Vorkenntnissen im „Salsa“ tanzen

Programm:

- 10 Min. Aufwärmen - mit Pilatesbewegungen und Fittesselementen
- 45 Min. Tanzkurs lateinamerikanische Tanzarten Salsa, Merengue, Chachacha, gemischt mit den beliebtesten Welttänzen Diskofox, Walzer
- 5 Min. Entspannungsübungen

*Tanzen ist wieder möglich: Die Tanzschule „DANCE in“ stellt noch großzügigere Räume zur Verfügung und sorgt in jeder Hinsicht für Ihre Sicherheit.*

**Kurs Nr. 202-30028**  
**Freitags, 16.30 - 17.30 Uhr**  
**18.09. bis 04.12., 10 Termine**  
**Tanzschule Dance in Trier**  
**82,- EUR**  
**Helder Rodrigues**

**2. Kurs Nr. 202-30029**  
**Freitags, 16.30 - 17.30 Uhr**  
**08.01. bis 05.02., 5 Termine**  
**Tanzschule Dance in Trier**  
**41,- EUR**  
**Helder Rodrigues**

### vhs-Gesundheitskurse in Zeiten der Pandemie

Der vhs-Betrieb muss sich an der geltenden „Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz“ und an den Hygienekonzepten für Schulen oder für den Sport orientieren, entsprechend wurden die Kurse für das kommende Programm konzipiert (Stand Ende Juni 2020). Sollte die im Herbst / Winter geltenden „Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz“ Lockerungen ermöglichen, werden die Kurse entsprechend angepasst oder gar auf „Normalbetrieb“ umgestellt.

Bis dahin gilt:

- Während des Kurses gelten 3 m Abstand zueinander bzw. 10 qm pro Person.
- Alle Personen bleiben an ihrem festgelegten Platz.
- Beim Betreten des Gebäudes bestehen bis Unterrichtsbeginn die Abstandsregeln (1,5 m) und eine Maskenpflicht.
- Körperkontakt ist untersagt.
- Die vorgeschriebenen Wegekonzepte in den Gebäuden sind zu beachten.
- Die Räume werden regelmäßig durchgelüftet, insbesondere vor und nach dem Kurs.
- Eigene Matten und Materialien sind mitzubringen, weil ein Austausch oder Wechsel untereinander untersagt ist.
- Wegen fehlender Möglichkeiten sich umzuziehen, sollen die Teilnehmenden in Sportkleidung erscheinen.



# Yoga

## Hatha Yoga

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

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für Einsteiger/innen in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen: Körperübungen und Körperhaltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit; Körperwahrnehmung mit dem Atem zur (Tiefen-) Entspannung, Beruhigung des Geistes, Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags. Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Weg sind, um wieder mehr im Augenblick anzukommen und die eigene Kraft zu spüren.

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

### Mit Leandra Chytra

**Kurs Nr. 202-30132**  
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
17.09. bis 03.12., 10 Termine  
Kindertagesstätte Trimmelter Hof  
Mehrzweckraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30133**  
Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
17.09. bis 03.12., 10 Termine  
Kindertagesstätte Trimmelter Hof  
Mehrzweckraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30134**  
Samstags, 10.00 - 11.30 Uhr  
19.09. bis 12.12., 8 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30135**  
Dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr  
15.09. bis 01.12., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30136**  
Dienstags, 20.00 - 21.30 Uhr  
15.09. bis 01.12., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30137**  
Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr  
15.09. bis 01.12., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30142**  
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
10.12. bis 18.02., 8 Termine  
Kindertagesstätte Trimmelter Hof  
Mehrzweckraum  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30143**  
Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
10.12. bis 18.02., 8 Termine  
Kindertagesstätte Trimmelter Hof  
Mehrzweckraum  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30144**  
Samstags, 10.00 - 11.30 Uhr  
09.01. bis 06.03., 8 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30145**  
Dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr  
08.12. bis 09.02., 8 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30146**  
Dienstags, 20.00 - 21.30 Uhr  
08.12. bis 09.02., 8 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
71,- EUR

**Kurs Nr. 202-30147**  
Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr  
08.12. bis 09.02., 8 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
71,- EUR

### Mit Petra Bauer

**Kurs Nr. 202-30161**  
Montags, 10.00 - 11.30 Uhr  
14.09. bis 30.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
89,- EUR

## Hatha Yoga für Senioren und Seniorinnen

Dieser Kurs richtet sich an Senioren und Seniorinnen und an alle, die nicht auf dem Boden turnen wollen. Die Yogaübungen werden auf dem Stuhl sitzend praktiziert, ergänzt durch leichte Übungen im Stehen. Das Yoga-Programm wird abgerundet durch Entspannungsübungen und Atemübungen. Diese verhelfen zusätzlich zu mehr Gelassenheit sowie zu mehr Frische und Klarheit.

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

### Mit Anja Geishecker

**Kurs Nr. 202-30152**  
Montags, 20.15 - 21.45 Uhr  
14.09. bis 30.11., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30153**  
Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr  
16.09. bis 02.12., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30154**  
Mittwochs, 20.00 - 21.30 Uhr  
16.09. bis 02.12., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule,, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30155**  
Montags, 20.15 - 21.45 Uhr  
07.12. bis 01.03., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30156**  
Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr  
09.12. bis 24.02., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30157**  
Mittwochs, 20.00 - 21.30 Uhr  
09.12. bis 24.02., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 202-30150**  
Mittwochs, 17.00 - 18.00 Uhr  
16.09. bis 02.12., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
59,- EUR  
Anja Geishecker

**Kurs Nr. 202-30151**  
Mittwochs, 17.00 - 18.00 Uhr  
09.12. bis 24.02., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
51,- EUR  
Anja Geishecker



## Hatha Yoga

### Yoga Sanft

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

*Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Decke*

**Kurs Nr. 202-30162**

**Dienstags, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**15.09. bis 01.12., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-30163**

**Dienstags, 10.15 - 11.15 Uhr**  
**15.09. bis 01.12., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- Euro**  
**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-30164**

**Dienstags, 11.30 - 12.30 Uhr**  
**15.09. bis 01.12., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-30165**

**Dienstags, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**08.12. bis 02.03., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-30166**

**Dienstags, 10.15 - 11.15 Uhr**  
**01.12. bis 02.03., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- EUR**  
**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 202-30167**

**Dienstags, 11.30 - 12.30 Uhr**  
**01.12. bis 02.03., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**59,- EUR**  
**Anja Geishecker**

## Hatha-Yoga

### für Anfänger und Wiedereinsteiger

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für EinsteigerInnen in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen: Körperübungen und Körperhaltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit; Körperwahrnehmung mit dem Atem zur (Tiefen-)Entspannung, Beruhigung des Geistes, Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags. Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Weg sind, um wieder mehr im Augenblick anzukommen und die eigene Kraft zu spüren.

*Bitte mitbringen: Yogamatte, (Yoga-)Kissen, Decke, Getränk*

**Schammatdorfzentrum Großer Saal**

**8 Termine; 48,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 202-30266**

**Donnerstags, 11.10 - 12.10 Uhr**  
**20.08. bis 08.10.**

**Kurs Nr. 202-30269**

**Donnerstags, 11.10 - 12.10 Uhr**  
**29.10. bis 17.12.20**

## Familien-Yoga

### für Eltern mit Kindern von 5 - 9 Jahren

Kinder haben ein natürliches Bedürfnis nach körperlicher Nähe und Geborgenheit. Doch im hektischen Familienalltag kommen gemeinsame Erlebnisse und Ruhezeiten häufig zu kurz.

Familien-Yoga bietet Raum und Zeit für das bewusste, gemeinsame Erleben von Bewegung und Entspannung.

Diese Yogastunde ist so konzipiert, dass ein Elternteil mit dem Kind gemeinsam Yoga praktiziert. Auf spielerische Weise werden Yogafiguren, Atemübungen und kindgerechte Entspannungstechniken erlernt, damit diese im Alltagstrubel griffbereit sind.

Familien können hier den Alltag hinter sich lassen und die positive Wirkung von Yoga gemeinsam erleben.

*Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.*

*Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung*

*Gebühr für 1 Elternteil mit 1 Kind*

**Samstags, 15.00 - 17.00 Uhr**

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

**Birgit Leiendecker**

**Kurs Nr. 202-30173**

**Samstag, 26.09.**

**Kurs Nr. 202-30174**

**Samstag, 21.11.**

**Kurs Nr. 202-30175**

**Samstag, 23.01.**

## Vinyasa Flow Yoga

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

In einer abschließenden Meditationsphase können Entspannung und innere Ruhe erfahren werden.

*Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke*

**Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr, 6 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**  
**53,- EUR**

**Birgit Leiendecker**

**Kurs Nr. 202-30176**

**16.09. bis 04.11.**

**Kurs Nr. 202-30177**

**11.11. bis 16.12.20**

**Kurs Nr. 202-30178**

**06.01. bis 10.02.21**



**Haus der Gesundheit**

Trier/Trier-Saarburg e.V.

Paulinstraße 60 | 54292 Trier

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

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

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

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

www.hdg-trier.de



## Pilates

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

### Pilates für Anfänger/innen

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 starken Körpermitte: 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, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.*

#### Kurs Nr. 202-30245

**Montags, 19.15 - 20.15 Uhr**

**14.09. bis 16.11., 8 Termine**

**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**

**48,- EUR**

**Anette Irsfeld**

#### Kurs Nr. 202-30246

**Montags, 19.15 - 20.15 Uhr**

**14.09. bis 16.11., 8 Termine**

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

**48,- EUR**

**Petra Fruböse**

#### Kurs Nr. 202-30247

**Montags, 19.15 - 20.15 Uhr**

**23.11. bis 25.01., 8 Termine**

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

**48,- EUR**

**Petra Fruböse**

#### Kurs Nr. 202-30253

**Montags, 19.15 - 20.15 Uhr**

**07.12. bis 01.03., 10 Termine**

**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**

**60,- EUR**

**Anette Irsfeld**

#### Kurs Nr. 202-30256

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**17.09. bis 19.11., 8 Termine**

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

**72,- EUR**

**Petra Fruböse**

### Pilates für Anfänger/innen (Forts.)

#### Kurs Nr. 202-30257

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**26.11. bis 28.01., 8 Termine**

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

**72,- EUR**

**Petra Fruböse**

*Die Dozentinnen sind zertifizierte Pilates-trainerinnen.*

### After-Work

### Yogilates

### Yoga meets Pilates

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

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

**Alle Kurse finden in der Gymnastikhalle**

**Nelson Mandela Realschule plus**

**Ursula Dworski**

#### Kurs Nr. 202-30260

**Mittwochs, 17.30 - 18.45 Uhr**

**16.09. bis 18.11., 8 Termine**

**60,- EUR**

#### Kurs Nr. 202-30261

**Mittwochs, 19.00 - 20.15 Uhr**

**16.09. bis 18.11., 8 Termine**

**60,- EUR**

#### Kurs Nr. 202-30262

**Mittwochs, 17.30 - 18.45 Uhr**

**02.12. bis 17.02., 10 Termine**

**75,- EUR**

#### Kurs Nr. 202-30263

**Mittwochs, 19.00 - 20.15 Uhr**

**02.12. bis 17.02., 10 Termine**

**75,- EUR**

### bodyART® meets Pilates

### das einzigartige Training für neues Körperbewusstsein

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 angelesene 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 bringen Sie eine Fitnessmatte, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.*

#### Kurs Nr. 202-30228

**Freitags, 9.30 - 10.30 Uhr**

**18.09. bis 20.11., 8 Termine**

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

**44,- EUR**

**Anette Irsfeld**

#### Kurs Nr. 202-30229

**Freitags, 9.30 - 10.30 Uhr**

**27.11. bis 19.02., 10 Termine**

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

**55,- EUR**

**Anette Irsfeld**

#### Kurs Nr. 202-30230

**Donnerstags, 19.45 - 20.45 Uhr**

**17.09. bis 19.11., 8 Termine**

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

**44,- EUR**

**Anette Irsfeld**

#### Kurs Nr. 202-30231

**Donnerstags, 19.45 - 20.45 Uhr**

**26.11. bis 18.02., 10 Termine**

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

**55,- EUR**

**Anette Irsfeld**



# Entspannung

## Autogenes Training

**Kurs-ID 20170302-901158**

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

*Achtung: Ein Einstieg nach Kursbeginn ist nur nach Rücksprache mit dem Dozenten möglich.*

**Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude Raum V1  
100,- EUR  
Stefan Hartmann**

**Kurs Nr. 202-30100  
Mittwochs, 18.35 - 20.05 Uhr  
16.09. bis 27.01., 8 Termine**

**Kurs Nr. 202-30101  
Mittwochs, 20.15 - 21.45 Uhr  
16.09. bis 27.01., 8 Termine**

**Kurs Nr. 202-30102  
Mittwochs, 18.35 - 20.05 Uhr  
25.11. bis 27.01., 8 Termine**

**Kurs Nr. 202-30108  
Mittwochs, 20.15 - 21.45 Uhr  
25.11. bis 27.01., 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. 202-30103  
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr  
14.09. bis 16.11., 8 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
72,- EUR**

**Petra Fruböse**

**Kurs Nr. 202-30104  
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr  
23.11. bis 25.01., 8 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
72,- EUR**

**Petra Fruböse**

## Bewusstheit durch Bewegung mit der Feldenkraismethode

Die Übungen dieser Methode sind so organisch aufgebaut, dass der Körper wahrnehmbar reagieren kann. Orientiert an der Art, wie Kinder Bewegungen lernen, bekommen Sie in diesem Kurs einen Raum der Wärme, Achtsamkeit und Ruhe zur Verfügung gestellt, in dem Sie sich ohne Stress auf Ihre ganz persönliche Wahrnehmung einlassen und Ihre eigenen Entdeckungen machen können. Sie lernen - wieder - sich von Ihrer persönlichen Wahrnehmung leiten zu lassen-. Sie erfahren Hilfe und Kreativität beim Umgang mit Einschränkungen durch die sanfte Art des Bewehens. Nach und nach verändern sich in diesem vielfältigen Körperlernen das Körperbild, das Bewegungsausmaß und die Bewegungsqualität. Die Bewegungen werden durch die Sprache angeleitet.

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

**Kurs Nr. 202-30106  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
15.09. bis 01.12., 10 Termine  
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum  
80,- EUR  
Sibylle Henning**

**Kurs Nr. 202-30107  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
05.01. bis 16.03., 10 Termine  
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum  
80,- EUR  
Sibylle Henning**

## Waldbaden/Shinrin Yoku mit Sonja Reichert

Waldbaden/Shinrin Yoku ist das absichtslose und achtsame Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Was viele Menschen schon gefühlt haben, wird durch wissenschaftliche Forschung belegt: Der Aufenthalt im Wald trägt nachweislich zur Stärkung unserer körperlichen und seelischen Gesundheit bei. Blutdruck und Puls werden reguliert, Stresshormone abgebaut. Gesundheitsfördernde Stoffe in der Waldluft stärken unser Immunsystem. Eine gelassene und freudvolle Stimmung stellt sich ein. Mit angeleiteten Übungen lernen Sie die Waldwirkung kennen und stärken Körper und Geist für den Alltag.

### Zeitenwechsel Waldbaden

*Bitte dem Wetter angepasste Kleidung, Getränk, Sitzunterlage.*

*Der Kurs findet bei jedem Wetter statt (außer bei Gewitter, Starkregen oder Sturmwind).*

**Kurs Nr. 202-30105  
Samstag, 19.09. und 26.09.,  
11.00 - 13.15 Uhr, 2 Termine  
Parkplatz Busental (Bitburger Straße)  
27,- EUR**

*Anmeldeschluß: 18.09.2020*

**2. Kurs Nr. 202-30111 (nur 1 Termin)  
Sonntag, 28.02., 11.00 - 13.15 Uhr  
Parkplatz Busental (Bitburger Straße)  
14,- EUR**

### Blätterfall - Novemberblues Waldbad

*Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, Getränk, Sitzunterlage*

*Der Kurs findet bei jedem Wetter statt (außer bei Gewitter, Starkregen oder Sturmwind)*

**Kurs Nr. 202-30109  
Samstag, 14.11. und Sonntag, 29.11.,  
11.00 - 13.15 Uhr, 2 Termine  
Parkplatz Busental (Bitburger Straße)  
27,- EUR**

**Sonja Reichert**

### Mittwinter Waldbaden

*Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, Getränk, Sitzunterlage*

*Der Kurs findet bei jedem Wetter statt (außer bei Gewitter, Starkregen oder Sturmwind)*

**Kurs Nr. 202-30110  
Sonntag, 10.01., 11.00 - 13.15 Uhr  
Parkplatz Busental (Bitburger Straße)  
14,- EUR  
Sonja Reichert**



# Bewegung und Kondition

## Bewegungs- & Entspannungsgymnastik für Männer

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

*Der Kurs ersetzt keine Einzelbehandlung durch Krankengymnastik.*

**Kurs Nr. 202-30203**

**Donnerstags, 20.00 - 22.00 Uhr**

**17.09. bis 17.12., 12 Termine**

**Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49 90,- EUR**

**Egbert Wallerath**

**Kurs Nr. 202-30202**

**Donnerstags, 20.00 - 22.00 Uhr**

**07.01. bis 18.02., 6 Termine**

**Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49 45,- EUR**

**Egbert Wallerath**

## Allround Fitness - Ganzkörpertraining zur Musik

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

Diese Kurse werden von **Ursula Dworski** durchgeführt und finden im **Schammatdorfzentrum Gymnastikraum** statt.

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

**1. Kurs Nr. 202-30204**

**Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**

**14.09. bis 02.11., 6 Termine**

**41,00 EUR**

**2. Kurs Nr. 202-30205**

**Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**

**16.11. bis 14.12., 5 Termine**

**34,- EUR**

**3. Kurs Nr. 202-30206**

**Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**

**04.01. bis 08.02., 6 Termine**

**41,00 EUR**

## Fitness im Freien

Wir treffen uns an der Bezirkssportanlage Heiligkreuz. Ob bei Sonnenschein, Wind, Regen oder Schnee-gemeinsam halten wir uns fit und bewegen uns in der frischen Luft. Vor allem stehen dabei verschiedene Varianten des Laufens auf dem Plan, die durch Fitnessübungen ergänzt werden. Es wird anstrengend und gesellig zugleich. Benötigt wird: Stirnlampe, Fitnessmatte, Handtuch, Theraband, Getränk und wetterangepasste Sportkleidung.

**Kurs Nr. 202-30207**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**14.09. bis 14.12., 12 Termine**

**Laufbahn der Bezirkssportanlage Heiligkreuz (Nähe Parkplatz SKV Bowlingclub, Karlsweg 5)**

**97,- EUR**

**Anne Henkes**

## Allround Training

Crossfit, Functional Training, Hiit (High Intensity Interval Training) und weitere Fitnessrends finden sich in diesem Kurs wieder. Hier wird sowohl draußen als auch in der Halle trainiert. Nach einem intensiven Lauf- oder Fitnessprogramm wird die Trainingseinheit stets mit Yogilates abgeschlossen.

*Benötigt wird: Wetterangepasste Sportkleidung, Stirnlampe, Sportschuhe für die Halle und Laufschuhe für draußen, Theraband, Getränk*

**Kurs Nr. 202-30210**

**Dienstags, 17.30 - 18.45 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 17 Termine**

**Pausenhof GS Heiligkreuz, Rotbachstr. 21 114,- EUR**

**Anne Henkes**

**Kurs Nr. 202-30211**

**Dienstags, 18.45 - 20.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 17 Termine**

**Pausenhof GS Heiligkreuz, Rotbachstr. 21 114,- EUR**

**Anne Henkes**

## Nordic Walking und Fitness

Sport ist nicht gleich Mord. Das Nordic Walking ist eine gelenkschonende Bewegungsmöglichkeit bei dem die Muskulatur aufgebaut wird und gleichzeitig die Wirbelsäule und die Gelenke geschont werden. Es eignet sich für jung und alt als Ausdauer- und Koordinationstraining. Unter anderem hat es den Effekt den Kreislauf in Schwung zu bringen und Muskelverspannungen zu lösen.

*Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.*

*Benötigt wird: wetterangepasste Kleidung, Stirnlampe, ein Paar Nordic Walking-Stöcke, Getränk*

**Kurs Nr. 202-30208**

**Mittwochs, 18.00 - 19.00 Uhr**

**16.09. bis 16.12., 12 Termine**

**Moselstadion, Hintereingang am Friedhof 65,- EUR**

**Anne Henkes**

## Ran an die Stöcke - raus an die Luft

### Grundkurs Nordic-Walking

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

Nordic-Walking erfüllt exakt diese Anforderung. Es löst Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich, stärkt das Immunsystem, fördert den Abbau von Stresshormonen, der Altersprozess wird verzögert, ist schnell erlernbar, Erleben, Entdecken, Abschalten und aktive Erholung, trainiert Koordination, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer

*Bitte mitbringen: Nordic Walking-Stöcke; Leihstöcke von Frau Smoll: dann bei der Anmeldung wg. der Stocklänge die Körpergröße angeben*

**Kurs Nr. 202-30209**

**Mittwochs, 10.00 - 12.30 Uhr**

**16.09. bis 28.10., 5 Termine**

**Parkplatz Schwimmbad Trier-Süd 59,- EUR**

**Marlis Smoll**



# Bewegung und Kondition

## GYROKINESIS® Training

Die intensive Wirkung dieses ganzheitlichen Trainings entsteht durch das gleichzeitige Dehnen und Kräftigen des Körpers und der Koordination der Übungssequenzen. Durch die regelmäßige Mobilisierung der Wirbelsäule werden Verspannungen der Muskulatur abgebaut und für die Aufrichtung von innen gesorgt. Beweglichkeit und Koordination werden verbessert. Der Sehnen- und Bandapparat wird gekräftigt und das fasziale Gewebe flexibel gehalten.

*Karin Sattler ist zertifizierte GYROKINESIS® Trainerin*

*Bitte mitbringen: Gymnastik-/ Yogamatte sowie Trinkwasser*

### Anfängerkurs

**Kurs Nr. 202-30212**

**Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr**  
**15.09. bis 01.12., 10 Termine**  
**AMG kleine Sporthalle**  
**56,- EUR**  
**Karin Sattler**

### Fortgeschrittenenkurs

*Für Teilnehmer\*innen, die bereits einen GYROKINESIS®-Kurs besucht haben oder in anderen Systemen bewegungserfahren sind*

**Kurs Nr. 202-30213**

**Donnerstags, 18.45 - 20.00 Uhr**  
**17.09. bis 03.12., 10 Termine**  
**Familienzentrum Forum Feyen Gruppenraum**  
**70,- EUR**  
**Karin Sattler**

## Seniorengymnastik

**Gruppe St. Matthias**

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

*Bitte bequeme Kleidung, Sportschuhe und Wasser mitbringen.*

**1. Kurs Nr. 202-30217**

**Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**17.09. bis 18.02., 21 Termine**  
**Pfarrsaal St. Matthias**  
**84,- EUR**  
**Veronika Sicksch**

**2. Kurs Nr. 202-30218**

**Donnerstags, 10.15 - 11.15 Uhr**  
**17.09. bis 18.02., 21 Termine**  
*sonst wir Kurs 1*

## Funktionelles Ganzkörpertraining ab 50

**für Frauen und Männer**

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

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

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

*Handtuch und Getränk mitbringen*

**Kurs Nr. 202-30214**

**Donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr**  
**17.09. bis 04.02., 17 Termine**  
**AMG große Sporthalle**  
**90,- EUR**  
**Elfie Schwarz**

**Kurs Nr. 202-30219**

**Donnerstags, 20.15 - 21.15 Uhr**  
**17.09. bis 04.02., 17 Termine**  
**AMG große Sporthalle**  
**90,- EUR**  
**Elfie Schwarz**

## 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. 202-30215**

**Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr**  
**17.09. bis 17.12., 12 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**65,- EUR**  
**Friederike Puhl**

**Kurs Nr. 202-30216**

**Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr**  
**07.01. bis 18.02., 6 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**32,50 EUR**  
**Friederike Puhl**

## Rückenfit für Senioren

Die Kursstunde startet mit einer entspannten und mobilisierenden Erwärmung für die Gelenke, den Rücken und die Muskulatur und bringt das Herz-Kreislaufsystem so langsam in Fahrt. Mit gezielten Übungen werden die Muskeln sanft trainiert, der Rücken gestärkt und die Balance geschult. Dabei wird immer gelenk- und rücken-schonend gearbeitet. Zum Schluss werden die gekräftigten Muskelgruppen durch Dehnungs- und Entspannungsübungen gelockert. Bei regelmäßiger Teilnahme wird der Körper stärker, ausgeglichener und beschwerdefreier sein!

*Bitte mitbringen: Matte, feste Turnschuhe, Getränk*

**Schammatdorfzentrum Großer Saal**

**8 Termine; 48,- EUR**  
**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 202-30264**

**Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**20.08. bis 08.10.**

**Kurs Nr. 202-30265**

**Donnerstags, 10.05 - 11.05 Uhr**  
**20.08. bis 08.10.**

**Kurs Nr. 202-30267**

**Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**29.10. bis 17.12.**

**Kurs Nr. 202-30268**

**Donnerstags, 10.05 - 11.05 Uhr**  
**29.10. bis 17.12.**



# Bewegung und Kondition

## Rückengymnastik

In den Kursen „Rückengymnastik“ erlernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung und zur Kräftigung der ganzen Muskulatur, insbesondere der Rückenmuskulatur.

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

Bitte Trainingskleidung, feste Turnschuhe und Gymnastikmatte, etwas zum Trinken!

## Wirbelsäulengymnastik und Einführung in die Präventive Rückenschule

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

**Kurs Nr. 202-30220**  
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr  
05.10. bis 08.02., 15 Termine  
Gymnastikhalle Nelson Mandela  
Realschule plus  
75,- EUR  
Annemarie Pfirschke

**Kurs Nr. 202-30221**  
Montags, 19.15 - 20.15 Uhr  
05.10. bis 08.02., 15 Termine  
Gymnastikhalle Nelson Mandela  
Realschule plus  
75,- EUR  
Annemarie Pfirschke

## Rückenfit

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

## Rückenfit

**Kurse mit Bianca Ehlscheid**  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
4 Termine, 24,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 202-30222**  
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr  
14.09. bis 05.10.

**Kurs Nr. 202-30223**  
Montags, 19.35 - 20.35 Uhr  
14.09. bis 05.10.

**Kurs Nr. 202-30224**  
Montags, 20.40 - 21.40 Uhr  
14.09. bis 05.10.

**Kurs Nr. 202-30225**  
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr  
26.10. bis 16.11.

**Kurs Nr. 202-30226**  
Montags, 19.35 - 20.35 Uhr  
26.10. bis 16.11.

**Kurs Nr. 202-30227**  
Montags, 20.40 - 21.40 Uhr  
26.10. bis 16.11.

## Rückenfit

**Kurse mit Anette Irsfeld**  
Karl-Berg-Musikschule,  
Verwaltungsgebäude, Raum V4  
Anette Irsfeld

**Kurs Nr. 202-30241**  
Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr  
17.09. bis 19.11.; 8 Termine  
48,- EUR

**Kurs Nr. 202-30242**  
Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr  
26.11. bis 18.02., 10 Termine  
60,- EUR

**Kurs Nr. 202-30232**  
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr  
23.11. bis 14.12.

**Kurs Nr. 202-30233**  
Montags, 19.35 - 20.35 Uhr  
23.11. bis 14.12.

**Kurs Nr. 202-30234**  
Montags, 20.40 - 21.40 Uhr  
23.11. bis 14.12.20

**Kurs Nr. 202-30235**  
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr  
04.01. bis 25.01.21

**Kurs Nr. 202-30236**  
Montags, 19.35 - 20.35 Uhr  
04.01. bis 25.01.21

**Kurs Nr. 202-30237**  
Montags, 20.40 - 21.40 Uhr  
04.01. bis 25.01.21

**Kurs Nr. 202-30238**  
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr  
01.02. bis 01.03.21

**Kurs Nr. 202-30239**  
Montags, 19.35 - 20.35 Uhr  
01.02. bis 01.03.21

**LÖWEN APOTHEKE**

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

- Individuelle Herstellung
- Milchpumpen
- Naturheilmittel
- Teemischungen
- Reise- und Impfberatung
- Ernährungsberatung
- Homöopathie
- Dr. Hauschka-Naturkosmetik-Studio

**Still- und Wickelraum in unserer Apotheke!**

**Baby-freundliche Apotheke**

Hauptmarkt 6  
Telefon 0651 42679  
Mo.-Fr. 8 bis 19 Uhr  
Sa. 9 bis 18 Uhr

Breites Warensortiment • Beratungsstarkes Team

Seit 1241 • Älteste Apotheke Deutschlands



# Aquafitness fällt leider aus

Die Schwimmhalle der Deutschen Richterakademie, die die Volkshochschule für die Aquafitness-Kurse nutzt, wird im Jahr 2020 nicht für Kurse zugänglich sein. Falls sich die Lage bzgl. Corona im Laufe des Jahres deutlich verbessert, besteht die Möglichkeit, dass im laufenden Semester ab Januar 2021 neue Kurse angeboten werden.

Wir bitten Interessent/innen daher, die neuen Angebote auf der Vhs-Webseite [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de) zu beachten.

## Bootssport

### Vorbereitungskurs

#### Amtlicher Sportbootführerschein See Motor (SBF / See)

Der SBF See ist ein Motorbootführerschein. Trotzdem wird er gerade von Seglerinnen und Seglern auf an der Küste benötigt, wenn sie ein Segelboot mit einem Motor von mehr als 11,03 KW/15 PS Leistung führen wollen. Der SBF/See ist außerdem Voraussetzung zur Erlangung des Sportküstenschifferscheines (SKS).

Die Prüfung besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil.

In der Theorie müssen Kenntnisse in den Bereichen Navigation, Seemannschaft, Seeschiffahrtsrecht, Wetterkunde und Fahrzeugkunde nachgewiesen werden.

Neben einem Multiple-Choice-Fragebogen muss eine Navigationsaufgabe (Kartenaufgabe) bearbeitet werden. In der praktischen Prüfung müssen die theoretischen Kenntnisse auf einem Motorboot umgesetzt und angewendet werden. Dazu zählen Pflichtmanöver und sonstige Manöver. Des weiteren müssen Knoten ausgeführt und deren Verwendung erklärt werden. Bei Vorhandensein des SBF/Binnen entfallen Knotenprüfung und Basisfragen.

Zulassungsvoraussetzungen: Mindestalter von 16 Jahren, die Vorlage eines „ärztlichen Zeugnisses für Sportbootführerschein-Bewerber“ (ein durch Prüfung erworbener SBF Binnen ersetzt das ärztliche Zeugnis, sofern er zum Zeitpunkt der Antragstellung nicht älter als 12 Monate ist) und die Vorlage eines gültigen Kfz-Führerscheins oder eines polizeilichen Führungszeugnisses.

*Dozenten: Thomas Fries, Lizenziertes Segel- und Motorbootlehrer (VDS)*

*Klaus Wiechers Lizenziertes Segel- und Motorbootlehrer (DSV und VDS, Sporthochseeschiffer)*

*Der Praxisunterricht erfolgt jeweils Samstag 12.09., 19.09., 26.09. und 24.10.20; Prüfung am 25.10.2020 SBF/See; die Prüfungsgebühr ist gesondert zu entrichten*

#### Kurs Nr. 202-30001

**Montags, 19.00 - 21.00 Uhr  
07.09. bis 12.10., 6 Termine  
Domfreihof, R. 5  
280,- EUR  
Thomas Fries / Klaus Wiechers**

### Vorbereitungskurs

#### UKW-Sprechfunkzeugnis für den Binnenschiffahrtsfunk (UBI) und Short Range Certificate (SRC)

Das UKW-Sprechfunkzeugnis für den Binnenschiffahrtsfunk (UBI) ist für alle Schiffe erforderlich, auf denen sich Binnenfunkgeräte befinden

Es wird von den Ländern der „Regionalen Vereinbarung über den Binnenschiffahrtsfunk“ anerkannt (z.B. Niederlande, Belgien, Österreich, Schweiz etc.). Anders als im Seefunk, ist dieses Sprechfunkzeugnis nicht speziell für die Sportschiffahrt, sondern auch für die Berufsschiffahrt gültig. Sobald sich ein Binnenfunkgerät an Bord eines Schiffes befindet (welches während der Fahrt eingeschaltet sein muss, weil es eine Funkbenutzungspflicht gibt), sind Sie Betreiber einer Funkstelle. Deshalb muss eine Person an Bord im Besitz eines entsprechenden Funkzeugnisses sein.

Das Short Range Certificate (SRC) ist der amtliche Funkschein für UKW-Seefunkanlagen

Seit 2008 benötigt jede Schiffsführerin und jeder Schiffsführer einer See gehenden Yacht in deutschen Hoheitsgewässern diesen Schein. Es reicht nicht mehr aus, dass ein Crewmitglied diesen Befähigungsnachweis besitzt.

Wir bilden den SRC u. UBI an modernen UKW-Sprechfunk-Geräten der Firma ICOM aus. Es handelt sich um Schulungs-Anlagen bestehend aus zwei voll funktionstüchtigen ICOM ICM-323, die in der Prüfung benutzt werden können.

Voraussetzungen für beide Funkzeugnisse:

- Mindestalter 15 Jahre und 9 Monate
- Antrag SRC und Antrag UBI
- je ein Passbild
- Kopie des gültigen Personalausweises
- bei Minderjährigen: Unterschrift der Eltern (auf Antrag)

*Prüfung voraussichtl. am 07.12.2020; die Prüfungsgebühr ist gesondert zu entrichten*

#### Kurs Nr. 202-30002

**Montags, 19.00 - 21.00 Uhr  
26.10. bis 30.11., 6 Termine  
Domfreihof, R. 5  
280,- EUR  
Thomas Fries / Klaus Wiechers**

### Vorbereitung auf die Prüfung Fachkundenachweis für Seenot-Signalmittel (FKN)

Erwerb des Fachkundenachweises für Notsignalmittel (FKN) gemäß § 1 Abs.3, 1.SprengV

Der Fachkundenachweis für Seenot-Signalmittel (FKN) und der hierfür veranstaltete Abendkurs ist eine separate Ausbildung an der unabhängig von der Teilnahme am SBF/See auch Absolventen früherer Kurse bzw. Inhaber der Führerscheine SBF/Binnen, SBF/See und SKS teilnehmen können. Voraussetzung ist das Vorhandensein eines Sportbootführerscheins am Prüfungstag

Mindestalter 16 Jahre Antrag zur Anmeldung zur Prüfung, Kopie eines amtl. Sportbootführerscheins Binnen oder See, Eingang der entsprechenden Prüfungsgebühr

Die Prüfung zum Fachkundenachweis umfasst den Umgang mit Seenot-Signalmitteln und die zu beachtenden Rechtsvorschriften des Sprengstoffrechts. Sie besteht aus einer theoretischen (schriftlichen) und praktischen Prüfung (s. Prüfungsordnung). Für den FKN sind eine theoretische Prüfung zu bestehen sowie die praktischen Kenntnisse im Umgang mit den pyrotechnischen Signalen nachzuweisen.

*Die Prüfungsgebühr ist gesondert zu entrichten.*

#### Kurs Nr. 202-30003

**Donnerstag, 22.10., 19.00 - 21.00 Uhr  
Domfreihof, R. 107  
50,- EUR  
Thomas Fries**

© Foto: BMZ/Rudolf Fries





# Kochen und Ernährung

## Das biologische Säuren-Basen Gleichgewicht

Wohlbefinden rundum durch ein harmonisches Säure-Basen Verhältnis

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:

1. Übersäuerung - Säurebildner
2. Entsäuern durch basenreiche Kost
3. Erkennen von Ess- und Ernährungsfehlern
4. Gezielter Körperfettabbau
5. Steigerung der Lebensqualität
6. Mineralstoffe und Spurenelemente
7. Körperfettanalyse

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

**Kurs Nr. 202-30700**

Montags, 19.00 - 20.30 Uhr  
21.09. bis 07.12., 6 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
65,- EUR  
Marlis Smoll

### Für alle Kochkurse gilt:

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

Anmeldefrist ist immer um 12.15 Uhr am Freitag vor Kursbeginn.

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

## Gesundheit und Harmonie aus dem Kochtopf

Indisch, vegetarischer Kochkurs für Einsteiger/innen

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

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

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

**Alle Kurse finden in der Medard Förderschule, Schulungsküche**  
Kursleitung: Theo Kuhn

**Kurs Nr. 202-30701**

Donnerstag, 24.09., 18.30 - 21.30 Uhr  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 22.09.2020

**Kurs Nr. 202-30702**

Donnerstag, 08.10., 18.30 - 21.30 Uhr  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 06.10.2020

**Kurs Nr. 202-30703**

Donnerstag, 05.11., 18.30 - 21.30 Uhr  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 03.11.2020

**Kurs Nr. 202-30708**

Dienstag, 19.01., 18.30 - 21.30 Uhr  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 15.01.2021

**Kurs Nr. 202-30704**

Dienstag, 23.02., 18.30 - 21.30 Uhr  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 19.02.2021

**Kurs Nr. 202-30705**

Dienstags, 18.30 - 21.30 Uhr  
26.01. bis 09.02., 3 Termine  
60,- EUR  
Anmeldeschluß: 22.01.2021

**Kurs Nr. 202-30706**

Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr  
19.11. bis 03.12., 3 Termine  
60,- EUR  
Anmeldeschluß: 22.10.2020

## Unbeschwert genießen mit Gemüse, Tofu & Co

Die vegane Küche

Ein Menü ohne tierisches Eiweiß

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

Lebensmittelkosten in Höhe von 7 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte einen Behälter für Lebensmittel mitbringen und ein Geschirrtuch.

**Kurs Nr. 202-30707**

Dienstag, 08.12., 18.30 - 21.30 Uhr  
Medard Förderschule, Schulungsküche  
20,- EUR  
Anmeldeschluß: 08.12.2020  
Theo Kuhn

### Für alle Kochkurse gilt:

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

Anmeldefrist ist immer um 12.15 Uhr am Freitag vor Kursbeginn.

## Die traditionelle mediterrane Kost

Lernen Sie die bunte Vielfalt der Gesundheitsküche rund um das Mittelmeer kennen.

Erfahren Sie die gesundheitlichen Vorteile dieser Ernährungsart und genießen Sie die fruchtigen, vollmundigen Gerichte.

Wir werden Suppen, Vorspeisen, Hauptgerichte und Nachspeisen zubereiten, mit frischen Kräutern würzen statt salzen, das Ganze spicken mit nützlichen Informationen rund um die traditionelle mediterrane Kost und abrunden mit dem Genuss eines Rotweins.

Lebensmittelkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Mitzubringen sind: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

**Kurs Nr. 202-30750**

Mittwochs, 18.00 - 21.00 Uhr  
11.11. bis 25.11., 3 Termine  
Medard Förderschule, Schulungsküche  
66,- EUR  
Anmeldeschluß: 09.11.2020  
Anne Thiel



Kochen & Ernährung

Allerlei von der Kartoffel

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

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

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

Mitzubringen sind: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

Kurs Nr. 202-30751

Mittwoch, 09.12., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anmeldeschluß: 07.12.2020

Anne Thiel

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

Fisch und Meeresfrüchte - Gesundheit aus dem Meer

Es gibt viele Gründe, warum wir weniger Fleisch essen sollten - einer davon ist sicherlich der, dass das Meer eine gesunde und schmackhafte Alternative für uns bereithält.

Lassen Sie sich überraschen von der Vielfältigkeit der Fischküche und verwöhnen Sie Ihren Gaumen mit edlen Fischgerichten.

Wir bereiten innerhalb eines Drei-Gänge-Menüs einen Salat und verschiedene Vor- und Hauptspeisen zu, bei denen der Fisch im Mittelpunkt steht. Wir kochen eine Fischsuppe und bereiten einen frischen Fischfond zu.

Anschließend verzehren wir unsere Gerichte bei einem Glas Wein.

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

Mitzubringen sind: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Restebehälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

Kurs Nr. 202-30754

Mittwoch, 27.01., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anne Thiel

Ein Männerabend

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

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

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

Mitzubringen sind: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Restebehälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

Kurs Nr. 202-30755

Mittwoch, 07.10., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anmeldeschluß: 05.10.2020

Anne Thiel

Kurzgebratenes - alles, nur schnell

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

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

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

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

Mitzubringen sind: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Restebehälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

Kurs Nr. 202-30756

Mittwoch, 23.09., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anmeldeschluß: 21.09.2020

Anne Thiel

Herbstlicher Genuss - Kochen mit Kürbis

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

Kurs Nr. 202-30758

Mittwoch, 28.10., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anmeldeschluß: 23.10.2020

Anne Thiel

Winterzeit - Suppenzeit

Wenn es draußen kalt ist, muss Wärme für den Körper und die Seele her. Was ist da besser als eine wohltuende Suppe? Suppen sind vielseitig und haben ihren Ruf als „arme-Leute-Essen“ längst verloren. Es gibt kaum ein Nahrungsmittel, das nicht in der Suppe Verwendung finden kann. Sie sind zum einen beliebt in deftiger und sättigender Variante, zum anderen aber auch leicht, fruchtig und exotisch ein Genuss. Lassen Sie sich überraschen von den Möglichkeiten, die diese flüssige Wunderwaffe bietet! Wir erleben die Vielseitigkeit der Suppenmahlzeiten. Wir verzehren unsere Gerichte in froher Runde bei einem Glas passenden Weines.

Anne Thiel ist Ernährungsberaterin.

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

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

Kurs Nr. 202-30759

Donnerstag, 14.01., 18.00 - 21.00 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anmeldeschluß: 12.01.2021

Anne Thiel

Für alle Kochkurse gilt: Nach der Anmeldefrist ist kein Kursrücktritt mehr möglich. Es entstehen danach immer die Gebühr und die Umlage. Anmeldefrist ist immer um 12.15 Uhr am Freitag vor Kursbeginn.



Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung

Gesundheit

# Staffelgebühren bei Sprachkursen

Die vhs bietet für die Sprachkursangebote ab 5 voll zahlenden Teilnehmenden eine Durchführungszusage. Um diese für die unter der kalkulierten Mindestteilnehmendenzahl von 8 Personen liegenden Kurse gewährleisten zu können, ist es erforderlich dazu eine teilnehmendenabhängige Preisstaffelung einzuführen, die Sie bitte der folgenden Tabelle entnehmen.

8 und mehr Teilnehmende: angegebene Kursgebühr

7 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 10%

6 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 20%

5 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 30%

4 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 40%

Es wird auf ganze Euro-Beträge gerundet.

Bitte beachten Sie: Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, bei Kursen bis einschließlich des ersten Kursabends ohne Kosten von der Kursbuchung zurückzutreten. Ermäßigungen können in Kursen, die nur unter Aufzahlung stattfinden können, nicht gewährt werden. Barzahlung ist bei Staffelgebühren nicht möglich.

Beispiel:

Die Standard-Kursgebühr beträgt 107 €

bei 8 und mehr Teilnehmende: 107 €

bei 7 Teilnehmenden: 118 € (107 € + 10,70 € = (gerundet) 118 €)

bei 6 Teilnehmenden: 128 €

bei 5 Teilnehmenden: 140 €

bei 4 Teilnehmenden: 150 €

## Beratung & Information

### Bildungsprämie

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

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

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

Wenden Sie sich bitte an **Ulrike Esch** unter der Telefonnummer **0651-7180** oder per Mail an **ulrike.esch@trier.de**.

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

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

**Info: 0651-7180** oder **ulrike.esch@trier.de**.

### Qualischeck

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

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

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

### Zur Beachtung

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



# Sprachen

## In der Welt zu Hause sein

Globalisierung, Mobilität und starke Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die sprachlichen Kompetenzen gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebenslangen Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern. 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).

## Beratung und Einstufung

### Englisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Spanisch

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)



Fachbereichsleitung  
**Rita Brockhaus**

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

## Klassifizierung der Sprachkenntnisse

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



### Altsprachliche Kurse

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

## Latein

### Latein

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

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

*Lehrwerk wird zum Kursanfang besprochen.*

**Kurs Nr. 202-41101**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**14.09. bis 01.02., 17 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**101,- EUR**  
**Spyridoula Bounta**

### Latein

für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

#### Salvete peritiores discentes!

D. Magnus Ausonius: Mosella. Bissula, Briefwechsel mit Paulinus Nolanus. Hrsg. u. übers. von Paul Dräger. Sammlung Tusculum, Düsseldorf/Zürich: Artemis 2002, (ISBN 9783760817293) oder D. Magnus Ausonius: Mosella. Mit Texten von Symmachus und Venantius Fortunatus. Lateinisch/Deutsch. Herausgegeben, übers. u. kommentiert von Otto Schönberger. Reclam: Stuttgart 2000 (Reclam Universalbibliothek Nr. 18027), paperback (ISBN 9783150191835).

Wir lesen im berühmtesten Gedicht des Ausonius, der dem Kaiser Gratian zu literarischer Bildung verhalf.

**Kurs Nr. 202-41103**

**Dienstags, 18.45 - 20.15 Uhr**  
**15.09. bis 26.01., 16 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**95,- EUR**  
**Eckhard Buchwald**

## Altgriechisch

### Altgriechisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

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

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

**Kurs Nr. 202-41110**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**14.09. bis 01.02., 17 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**101,- EUR**  
**Spyridoula Bounta**

### Neusprachliche Kurse

## Arabisch

### A1.1 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe,**  
**ab Lekt. 3**

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

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

*Voraussetzung: gute Buchstabenkenntnis, einzelne Termine nach Absprache mit dem Dozenten als Online-Unterricht*

**Kurs Nr. 202-40510**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**15.09. bis 09.02., 18 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B111**  
**107,- EUR**  
**Khaled Elgawady**

### A2.1 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe,**  
**ab Lekt. 7**

Wir arbeiten mit dem Lehrwerk Arabisch Intensiv. Grundstufe

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

*Voraussetzungen: gut lesen können, einfache Texte produzieren und gute Grammatikkenntnisse auf Niveau A1, einzelne Termine nach Absprache mit dem Dozenten als Online-Unterricht*

**Kurs Nr. 202-40530**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**16.09. bis 10.02., 18 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B111**  
**107,- EUR**  
**Khaled Elgawady**

### B1 Arabisch

**Arabisch intensiv- Aufbaustufe (B1/B2),**  
**ab Lektion 1**

*ISBN 978-3-87548-874-6*

Kurschwerpunkt: Dialoge und mündliche Aufgaben; Voraussetzung: erfolgreicher Abschluss des Grundstufenlehrwerks. In diesem Kurs werden mit Hilfe des Buches neben alltagsprachlichen Situationen wie Einkaufen, Reisen, Planung von Unternehmungen, Amtsgängen oder Arztbesuchen auch Themen wie Politik, Geographie, die Situation der arabischen Sprache oder die arabische Kultur und Zivilisation behandelt. Sprechfähigkeit und Hörverstehen stehen im Vordergrund.

*Audiomaterialien, arabisch-deutsches und deutsch-arabisches Glossar und ein Lösungsschlüssel stehen zum Download zur Verfügung: [www.lsi-bochum.de](http://www.lsi-bochum.de)*

**Kurs Nr. 202-40531**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**14.09. bis 08.02., 18 Termine**  
**Online (von zuhause aus)**  
**107,- EUR**  
**Sara Elsherif**



# Englisch



© Foto: BMZ/Rudolf Fries

## Englisch: Beratung und Einstufung

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

**Donnerstag, 03.09.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 5  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstu-  
fen:

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

## Wiedereinsteiger/innen

Sie haben bereits 2 bis 3 Jahre Englisch in der Schule gelernt, aber nun den Eindruck, dass Sie fast alles vergessen haben? Im Wieder-Einstiegskurs können Sie Ihre früheren Kenntnisse auffrischen!

### A2 Englisch Wiedereinstieg

**Brush up! A2, ab Lekt. 1**

Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD  
ISBN 978-3-19-002936-5

Activate and pep up your English! - Aktivieren und verbessern Sie Ihr Englisch! Sie haben früher einmal ein paar Jahre Englisch gelernt. Aber jetzt haben Sie das Gefühl, dass Sie alles wieder vergessen haben?!

In diesem Kurs können Sie Ihre Vorkenntnisse rasch auffrischen und erweitern!

**Kurs Nr. 202-40609**

**Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108**

**107,- EUR**

**Liliya Rissling**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Brush up! B1, ab Lekt. 1**

Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD  
ISBN 978-3-19-002937-2

Activate and pep up your English! You learned English at school for about three years. But now you feel like you've forgotten everything?! In the refresher course you can renew and deepen your previous knowledge pretty quickly!

**Kurs Nr. 202-40610**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**107,- EUR**

**Havenol Schrenk**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Network Refresher B1. New edition, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-12-605189-7

Activate and pep up your English!

**Kurs Nr. 202-40611**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**

**107,- EUR**

**Amanda Martha Boyce**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Intensivkurs**

You have learnt some English but have not had the opportunity to practise it much? Then this is the occasion for you to grasp! The focus in this one-week intensive course will be on use, not knowledge, and you will find yourself hearing and speaking English from the first minute onward. A large variety of activities - in class and at home, individual and in pairs - will give you the chance to try out your English and find out how much you can actually do with your English although it may not be perfect. Grammar, vocabulary, spelling and pronunciation will come in through the back door.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten.*

*Meldefrist 12.02.21;*

*nach Meldefrist kein Kursrücktritt!*

**Kurs Nr. 202-40612**

**mo - fr, 22. - 26.02.21**

**09.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**62,- EUR**

**Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelgebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.**



Englisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

**A1 Englisch**

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Let's Enjoy English. First Steps, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-12-501631-6

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Englischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, jemanden hereinbitten und ihm etwas anbieten, über Herkunft sprechen, sich bedanken und auf Dank reagieren.

**Kurs Nr. 202-40622**  
Dienstags, 10.45 - 12.15 Uhr  
15.09. bis 09.02., 18 Termine  
Domfreihof, Sternstraße  
107,- EUR  
Ewa Kruczek-Steiger

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**A1 Englisch**

**Let's Enjoy English A1.1, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-12-501630-9

**Kurs Nr. 202-40624**  
Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr  
22.09. bis 23.02., 18 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B117  
107,- EUR  
Mariia Zinchenko

**A2 Englisch**

**Network Now A2.1, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-12-606591-7

**Kurs Nr. 202-40627**  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
15.09. bis 09.02., 18 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120  
107,- EUR  
Amanda Martha Boyce

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2, ab Lekt. 1**  
ISBN 978-3-12-606593-1

**Kurs Nr. 202-40630**  
Mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr  
16.09. bis 17.02., 16 Termine; nicht am 23.09. / 28.10. / 04.11.20  
Domfreihof, R. 5  
95,- EUR  
Inge Lellinger

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2, ab Lekt. 2**  
ISBN 978-3-12-606593-1

Zu Beginn des Semesters wiederholen wir nochmals den Stoff der ersten Unit.

**Kurs Nr. 202-40631**  
Montags, 10.30 - 12.00 Uhr  
14.09. bis 08.02., 17 Termine;  
nicht am 05.10.20  
Domfreihof, Sternstraße  
101,- EUR  
Eva Schilling

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2, ab Lekt. 3**  
ISBN 978-3-12-606593-1

**Kurs Nr. 202-40632**  
Mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr  
16.09. bis 10.02., 18 Termine  
Domfreihof, R. 108  
107,- EUR  
Maria Löns

**B1 Englisch**

**Network Now B1.1, ab Lekt. 2**  
ISBN 978-3-12-605122-4

**Kurs Nr. 202-40641**  
Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr  
15.09. bis 09.02., 18 Termine  
Domfreihof, Sternstraße  
107,- EUR  
Ewa Kruczek-Steiger

**B1 Englisch**

**Network Now B1.2, ab Lekt. 3**  
ISBN 978-3-12-605124-8

**Kurs Nr. 202-40642**  
Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr  
16.09. bis 10.02., 18 Termine  
Domfreihof, R. 108  
107,- EUR  
Maria Löns

**B1 Englisch**

**Go for it!, ab Lekt. 7**  
ISBN 978-3-19-002940-2

**Kurs Nr. 202-40643**  
Donnerstags, 11.15 - 12.15 Uhr  
17.09. bis 18.02., 18 Termine  
Domfreihof, R. 1  
71,- EUR  
Havenol Schrenk

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**B1 Englisch**

**Headway B1 Part Two, ab Lekt. 6**  
ISBN 978-0 19 4647137

**Kurs Nr. 202-40644**  
Mittwochs, 8.45 - 10.15 Uhr  
16.09. bis 27.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 107  
95,- EUR  
Werner Schäfer

**B1 Englisch**

**Speakout Intermediate Student Book, ab Lekt. 10**  
ISBN 978-1-4082-1931-7

**Kurs Nr. 202-40645**  
Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr  
16.09. bis 27.01., 16 Termine  
Domfreihof, R. 107  
95,- EUR  
Werner Schäfer

**B1 Englisch**

**Headway English B1+, Lekt. 8**  
ISBN 978-0-19-474147-7

**1. Kurs Nr. 202-40646**  
Donnerstags, 8.45 - 9.45 Uhr  
17.09. bis 18.02., 18 Termine  
Domfreihof, R. 1  
71,- EUR  
Havenol Schrenk

**2. Kurs Nr. 202-40647**  
Donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr  
17.09. bis 18.02., 18 Termine

**B1+ Englisch**

**Face2Face Intermediate, ab Lekt. 6**  
ISBN 978-3-12-540076-4

**Kurs Nr. 202-40648**  
Montags, 18.30 - 20.00 Uhr  
14.09. bis 08.02., 18 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108  
107,- EUR  
Liliya Rissling

**B1 Englisch**

**Active English**

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. 202-40649**  
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr  
14.09. bis 08.02., 18 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17  
107,- 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. 202-40650**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**

**107,- EUR**

**Mariia Zinchenko**

**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. 202-40660**

**Donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr**

**17.09. bis 14.01., 13 Termine;**

**nicht am 24.09.20**

**Domfreihof, R. 5**

**77,- EUR**

**Marlene zur Nieden**

**Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelgebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.**

**C1 Englisch**

**The world of short stories**

Do you want to improve your English? In this class you will be able to enhance your conversational skills by discussing short stories from all over the world with other participants. We will also talk about newspaper articles as well as everything else that catches our interest, from politics to everyday life and culture.

**Kurs Nr. 202-40661**

**Dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 16 Termine;**

**nicht am 06.10. / 15.12.20**

**Domfreihof, R. 5**

**95,- EUR**

**Mariia Zinchenko**

**B1 Englisch für den Beruf**

**Simply Business B1+**

*ISBN 978-3-06-520457-6*

Why not keep it simple? Sie hatten früher einmal mehrere Jahre lang Englisch gelernt und möchten nun Ihre Kenntnisse in einem beruflichen Kontext wieder auffrischen?! In diesem kompakten Kurs arbeiten wir mit abwechslungsreichem Übungsmaterial für Lernende, die schnell zum Ziel kommen wollen. Unser Lehrwerk bietet einen repräsentativen Querschnitt durch die (Englisch sprechende) Arbeitswelt und legt dabei den Schwerpunkt auf interkulturelle Kommunikation - authentisches Video- und Audio-Material inklusive.

**Kurs Nr. 202-40670**

**Mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B109**

**142,- EUR**

**Markus Naumann**

**ABITUR FÜR ERWACHSENE AM EIFEL-KOLLEG**  
...weil Karrierewege nicht immer geradeaus führen!

**JETZT ANMELDEN**  
mit **Berufsreife oder SI-Abschluss** und im **August 2020** bzw. **Februar 2021** starten.

- Fachhochschulreife (schulischer Teil) nach zwei Jahren
- Allgemeine Hochschulreife (Abitur) nach drei Jahren
- Ausbildungsbeihilfen nach dem BAföG möglich

**STAATLICHES EIFEL-GYMNASIUM NEUERBURG**

**SIE HABEN FRAGEN? WIR BERATEN SIE GERNE PERSÖNLICH!**  
Staatliches Eifel-Gymnasium Neuerburg | Eifel-Kolleg | D-54673 Neuerburg  
Tel: +49 (0) 65 64 / 96 73 - 0 | E-Mail: kolleg@eifel-gymnasium.de | www.eifel-gymnasium.de



# Französisch



© Foto: BMZ/Andrea May

**Französisch:  
Beratung und Einstufung**

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

**Donnerstag, 03.09.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 5  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstudieren:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

## Wiedereinsteiger/innen

Die folgenden Kurse eignen sich für Teilnehmer/innen, die einmal 4 - 5 Jahre Französisch gelernt haben und nun wieder intensiv und rasch ihre Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

### B1 Französisch

#### Wiedereinstieg

**Reprise, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-003380-5

**Kurs Nr. 202-40804**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B109**

**107,- EUR**

**Bettina Ghasempoor**

### B1 Französisch

#### Wiedereinstieg

**Français Actif**

Wir haben Wortschatz, Redemittel und Grammatik auf Niveau B1 wiederholt. Nun geht es uns darum, die wieder aufgefrischten Kompetenzen zu üben und zu vertiefen: wir lesen anregende Texte zu interessanten Themen und sprechen darüber. Ziel ist es, dass Sie sich frei ausdrücken können und sicher und entspannt Französisch sprechen.

**Kurs Nr. 202-40805**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**

**107,- EUR**

**Catherine Giarra**

### A2 Französisch

#### Grammatik im Gebrauch

Wir wiederholen und üben Grammatik im Sprachgebrauch, in Texten, in Situationen. Zunächst frisken wir die Grundlagen auf, présent, passé composé und imparfait, Pronomen, Adjektive.

**Kurs Nr. 202-40806**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 24.11., 9 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**53,- EUR**

**Charlotte Willgerodt**

### B1 Französisch

#### Grammatik im Gebrauch

Wir wiederholen und üben Grammatik im Sprachgebrauch, in Texten, in Situationen. Hier stehen imparfait, futur, Adverbien, Präpositionen auf dem Programm. Zudem werden wir uns mit subjonctif und conditionnel befassen.

**Kurs Nr. 202-40807**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**01.12. bis 09.02., 9 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**53,- EUR**

**Charlotte Willgerodt**

**In der Bewältigung der Pandemie ergeben sich auch kurzfristig immer wieder Veränderungen, die sich auch auf unsere Kursgestaltung auswirken können.**

Leider können wir deshalb oft erst kurzfristig Bescheid geben, wann und in welchem Umfang ein Kurs durchgeführt oder fortgesetzt wird.

Aktuelle Informationen dazu finden Sie unter

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



## Für den Beruf

Die folgenden Kurse eignen sich für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen: Sie können bereits vertraute, alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze zu konkreten Sachverhalten verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und mit anderen Leuten über Fragen zur Person austauschen, wo und wie sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

Die Kurse sind geeignet für diejenigen, die Französisch recht zügig in einem beruflichen Kontext erlernen und üben wollen und auch bereit sind, den erarbeiteten Stoff zu Hause nachzubereiten.

### A1 Objectif Express

**A1/A2, Nouvelle édition - Bd.1, ab Lekt. 1**

*Le monde professionnel en français*  
ISBN 978-3-19-003379-9

**Kurs Nr. 202-40809**

**Montags, 10.45 - 12.15 Uhr**  
**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**107,- EUR**

**Angelika Zinn**

**Kurs Nr. 202-40810**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**107,- EUR**

**Charlotte Willgerodt**

### A1 Objectif Express

**A1/A2, Nouvelle édition - Bd.1, ab Lekt. 4**

*Le monde professionnel en français*  
ISBN 978-3-19-003379-9

**Kurs Nr. 202-40811**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12**

**107,- EUR**

**Sonia Fiedler**

### A2 Pour parler affaires

**A2/B1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-526946-0  
*Livre d'élève et Glossaire*

**Kurs Nr. 202-40814**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**107,- EUR**

**Anke Hübner**

## Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Französisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Chapeau ! A1, ab Lekt. 1**

*Kursbuch + Arbeitsbuch* ISBN 978-3-19-003434-5

**Kurs Nr. 202-40817**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**

**107,- EUR**

**Bettina Kufferath-Sieberin**

**Kurs Nr. 202-40818**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**

**107,- EUR**

**Catherine Giarra**

**Kurs Nr. 202-40819**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**

**107,- EUR**

**Christelle Nana**

## Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### A1 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-103325-5

**Kurs Nr. 202-40822**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B121**

**107,- EUR**

**Bettina Ghasempoor**

### A1 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 6**

ISBN 978-3-19-103325-5

**Kurs Nr. 202-40824**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**107,- EUR**

**France de Chaignon**

### A1 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-103325-5

**Kurs Nr. 202-40825**

**Montags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**107,- EUR**

**France de Chaignon**

**Kurs Nr. 202-40826**

**Montags, 8.45 - 10.15 Uhr**  
**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**107,- EUR**

**France de Chaignon**

**Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelgebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.**



Französisch

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**A2 Französisch**

On y va!, ab Lekt. 1

Aktualisierte Ausgabe; Lehr- und Arbeitsbuch mit komplettem Audiomaterial

ISBN 978-3-19-103351-4

Kurs Nr. 202-40831

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12

107,- EUR

Christelle Nana

**A2 Französisch**

Chapeau ! A2, ab Lekt. 3

Kurs- und Arbeitsbuch Französisch mit Audios und Videos online

ISBN 978-3-19-103434-4

Kurs Nr. 202-40832

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

16.09. bis 10.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12

107,- EUR

Winfried Keidel

**A2 Französisch**

On y va!, ab Lekt. 8

ISBN 978-3-19-103351-4

Kurs Nr. 202-40836

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

15.09. bis 09.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18

107,- EUR

Bettina Kufferath-Sieberin

**A2 Französisch**

On y va!, ab Lekt. 9

ISBN 978-3-19-103351-4

Kurs Nr. 202-40837

Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Domfreihof, R. 107

107,- EUR

France de Chaignon

**B1 Französisch**

On y va!, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-19-103354-5

Kurs Nr. 202-40841

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

15.09. bis 09.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17

107,- EUR

Yannick Goin

Kurs Nr. 202-40842

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12

107,- EUR

Christelle Nana

**B1 Französisch**

Wiederholung und Vertiefung

Anhand von aktuellen Texten aus der Presse, Chansons und Kurzgeschichten werden die Kenntnisse wiederholt und vertieft. Ziel ist die aktive Teilnahme an Diskussionen in französischer Sprache

Am Kursbeginn wird eine Lektüre ausgewählt.

Kurs Nr. 202-40843

Dienstags, 10.00 - 11.00 Uhr

15.09. bis 26.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

65,- EUR

Martine Schäfer

Kurs Nr. 202-40844

Dienstags, 11.15 - 12.15 Uhr

15.09. bis 26.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

65,- EUR

Martine Schäfer

**B2 Französisch**

Konversation

Zeitungsartikel, aktuelle Themen, Chansons und Gedichte liefern Anlässe zur Konversation. Am Kursbeginn besprechen wir die Auswahl einer Lektüre. Nach Bedarf werden grammatische Strukturen wiederholt.

Kurs Nr. 202-40851

Dienstags, 8.45 - 9.45 Uhr

15.09. bis 26.01., 16 Termine

Domfreihof, R. 1

65,- EUR

Martine Schäfer

**Mein kreatives Schlaraffenland auf mehr als 2.000 m<sup>2</sup>**

Saarstr. 6-12 • 54290 Trier • [www.bastelstube.de](http://www.bastelstube.de) • P

- Kreativ & Freizeit
- Anlass & Deko
- Spiel & Spaß
- Schmuck & Handarbeit
- Genuss & Ambiente
- Schreibwaren & Papier

Kunst Raum Gestalten Hobby **bastelstube**



Für Fortgeschrittene

**B2 Französisch**

**Lecture et conversations**

Tarhar Ben Jelloun. *La nuit sacrée.*

ISBN 978-2-7578-4794-7

Joseph Joffo. *Un sac de billes*

ISBN 978-2-253-02949-6

**Kurs Nr. 202-40852**

**Montags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**107,- EUR**

**Angelika Zinn**

**B2 Französisch**

**Cours de Conversation**

Videoaufzeichnungen, Filme und aktuelle Texte stehen im Vordergrund und dienen als Impulse für Diskussionen in französischer Sprache.

**Kurs Nr. 202-40853**

**Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 5**

**107,- 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. 202-40854**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**107,- 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 Les- und Hörverstehen. Die Wiederholung grammatischer Strukturen erfolgt - nach Bedarf - im Rahmen der Textarbeit und aus der Unterrichtssituation.

**Kurs Nr. 202-40855**

**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**

**16.09. bis 27.01., 13 Termine;**

**nicht am 23.09. / 28.10. / 04.11.20**

**Domfreihof, R. 5**

**77,- EUR**

**Marlene zur Nieden**

**B2 Französisch**

**La Chanson Française**

Ah! La chanson française: Brel, Piaf, Brassens. Même si cela est toujours un plaisir de les écouter de nouveaux artistes arrivent sur le devant de la scène musicale française. Venez découvrir les nouvelles étoiles montantes de la chanson française du XXI<sup>e</sup> siècle! Chaque cours sera dédié à un seul artiste. Nous aurons ainsi l'occasion de découvrir son univers musical, sa biographie et bien sûr d'écouter et de travailler une ou plusieurs de ses chansons.

*Meldefrist 30.10.20; nach Meldefrist kein Kursrücktritt*

**Kurs Nr. 202-40856**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**05.11. bis 10.12., 6 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**36,- EUR**

**Muriel Quast**

**C1 Französisch**

**Alter ego 5, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-003357-7

**Kurs Nr. 202-40870**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12**

**107,- EUR**

**Winfried Keidel**

**C1 Französisch**

**Conversation-Vormittagskurs**

Im Mittelpunkt des Kurses stehen Sendungen der Schulfernsehreihen „C'est ça, la vie“ und „Esquisses de France“ sowie aktuelle Videos und Texte. Ziel des Kurses ist die Einführung in die französische Konversation und die Verbesserung des Hörverstehens.

**Kurs Nr. 202-40880**

**Dienstags, 10.45 - 12.15 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**107,- 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. 202-40881**

**Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**17.09. bis 25.02., 18 Termine;**

**nicht am 24.09.20**

**Domfreihof, R. 5**

**107,- EUR**

**Hans-Georg Müller**

**Kurs Nr. 202-40882**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B119**

**107,- EUR**

**France de Chaignon**



Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung



# Italienisch



© Foto: pexels.com

**Italienisch:  
Beratung und Einstufung**

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

**Donnerstag, 03.09.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 005  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstudieren:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

## A1 Italienisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Nuovo Espresso 1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 202-40902**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**14.09. bis 01.02., 16 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**95,- EUR**

**Maria Sartori**

## A1 Italienisch

**Azzurro A1/A2 digital, ab Lekt. 1**

Aktualisierte Ausgabe

DVD-ROM

ISBN 978-3-12-525523-4

**Kurs Nr. 202-40903**

**Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Online (von zuhause aus)**

**107,- EUR**

**Glauco Trebbi**

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

## A1 Italienisch

**Nuovo Espresso 1, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 202-40905**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9**

**107,- EUR**

**Maria Bremm**

## A1 Italienisch

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 202-40910**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**14.09. bis 01.02., 16 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**95,- EUR**

**Maria Sartori**

## A1 Italienisch

**Nuovo Espresso 1, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 202-40911**

**Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**107,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

## A2 Italienisch

**Nuovo Espresso 2, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-205439-6

**Kurs Nr. 202-40912**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B118**

**107,- EUR**

**Petra Bauer**

## B1 Italienisch

**Nuovo Espresso 3, ab Lekt. 2**

ISBN 978-3-19-205440-2

**Kurs Nr. 202-40921**

**Donnerstags, 8.45 - 10.15 Uhr**

**17.09. bis 04.02., 17 Termine**

**Domfreihof, Sternstraße**

**101,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

## B1 Italienisch

**Wiederholung und Vertiefung**

Questo corso si fonda sulle competenze linguistiche acquisite nei corsi antecedenti, rivolgendosi agli alunni del livello B1. Cerchiamo di coltivare le vostre conoscenze della lingua italiana, ampliando il vocabolario e perfezionando lo stile e l'espressione. Senza manuale, il nostro corso sarà adattabile ai vostri desideri tematici!

**Kurs Nr. 202-40930**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B110**

**107,- EUR**

**Anne Gehlen**

**Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelgebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.**



Italienisch

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

**B2 Italienisch**

**Su e giù per lo Stivale**

Lehrwerk: *Qua e là per l'Italia*. ISBN 978-3-19-005412-1

Intraprenderemo insieme un viaggio attraverso l'Italia alla scoperta di peculiarità, cultura, tradizioni e gastronomia delle diverse regioni italiane. Converseremo e condivideremo le esperienze di viaggio e di incontri vissuti nel Bel Paese. Attraverso il manuale e i materiali integrativi, scritti e audiovisivi, ripeteremo e approfondiremo strutture grammaticali ed arricchiremo il lessico.

**Kurs Nr. 202-40940**

**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 17 Termine;**

**nicht am 11.11.20**

**Domfreihof, Sternstraße**

**101,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

**B2 Italienisch**

**Parliamo Italiano!**

Ci incontreremo per parlare insieme in un'atmosfera rilassata ... come si fa in Italia. Parleremo e discuteremo dei temi che più ci interessano e ci stanno a cuore. Ci serviremo anche di articoli di giornali. Cercate di scoprire quanto si può effettivamente fare con il vostro italiano ed espandere la vostra capacità di esprimersi in lingua italiana.

**Kurs Nr. 202-40942**

**Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**17.09. bis 28.01., 16 Termine**

**Domfreihof, Sternstraße**

**95,- EUR**

**Giuseppe Calidoni**

**B2 Italienisch**

**L'italiano attraverso il cinema**

La visione di sequenze filmiche sarà un piacevole punto di partenza per l'approfondimento e il consolidamento di strutture linguistiche, l'ampliamento del lessico e l'analisi di aspetti culturali. Offrirà, inoltre, lo spunto per conversare e discutere sui temi che sono rappresentati nei film proposti.

**Kurs Nr. 202-40945**

**Mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 17 Termine;**

**nicht am 11.11.20**

**Domfreihof, Sternstraße**

**101,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

**C1 Italienisch**

Italiano da parlare: colpito e affondato! È un corso di conversazione libera in lingua italiana. L'obiettivo è „rompere il ghiaccio“ della lingua italiana, divertendosi con simpatia. Saranno proposti utilizzando diverse risorse online (VHS cloud, Skype, Whatsapp, Zoom, Jitzi, ecc.) temi di discussione attraverso articoli e suggestioni culturali. Potrete usare la vostra conoscenza dell'italiano per passare allegri incontri online che vi condurranno a padroneggiare la lingua e il costume italiano. Obiettivi: livello C1 e una vacanza in Italia.

**Kurs Nr. 202-40950**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**

**107,- EUR**

**Glauco Trebbi**

**Japanisch**

**B1 Japanisch**

**Minna no Nihongo: Syokyu 1**

Second Edition, Hauptlehrbuch Kanji-kana Version.

ISBN 978-4883196036

**Kurs Nr. 202-41002**

**Dienstags, 18.00 - 20.15 Uhr**

**15.09. bis 19.01., 15 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**119,- EUR**

**Elena Werner**

**KUNST ETAGEN**

**WECHSELNDE AUSSTELLUNGEN IM 1. UND 2. OG**



**ARTOTHEK**



**LEIH DIR EIN BILD**

**ORIGINALE KUNST ZUM AUSLEIHEN**

**10 € PRO MONAT / BILD**



**ÖFFNUNGSZEITEN**  
DI-MI-FR 14.00-17.00 UHR |  
DO 17.00-20.00 UHR | SA-SO  
U. FEIERTAGS 11.00-17.00 UHR

TUFABRIK TRIER e.V. | WECHSELSTRASSE 4-6 | 54290 TRIER | FON 0 651 718 24 12 | WWW.TUFA-TRIER.DE | INFO@TUFA-TRIER.DE



# Luxemburgisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

## A1 Luxemburgisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Alles an der Rei - Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 1

ISBN 978-2-87963-993-2

Kurs Nr. 202-42601

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

14.09. bis 08.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

Kurs Nr. 202-42602

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

16.09. bis 10.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

Kurs Nr. 202-42603

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

## A2 Luxemburgisch

Alles an der Rei - Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 7

Kurs Nr. 202-42611

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

16.09. bis 10.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

Kurs Nr. 202-42612

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

Für Fortgeschrittene

## B1/ B2 Luxemburgisch für Fortgeschrittene

### Lëtzebuergesch fir Fortgeschratt

Mat der Hëllef vun authentesch Texter aus der Lëtzebuurger Pressa literareschen Texter soll de Vokabulär ausgebaut ginn an d'Fäegkeet ze kommunizéieren soll trainéiert ginn.

Kurs Nr. 202-42620

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

14.09. bis 08.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

107,- EUR

Henri Muller

# Neugriechisch

## A1 Neugriechisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Jassu!, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-528890-4

Lernen Sie, sich in vielen Urlaubssituationen zu verständigen, und üben Sie durch Rollenspiele. Zudem sprechen wir über Gebräuche, Kultur, Land und Leute.

Kurs Nr. 202-41201

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

14.09. bis 01.02., 16 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122

95,- EUR

Angeliki Kalogeraki

## A2 Neugriechisch

Jassu!, - Wiederholung und Vertiefung

Wiederholung und Vertiefung mit dem Lehrwerk.

Zusätzlich Lektüre: xenodohio atlantis. ISBN 9789607914149

Kurs Nr. 202-41221

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

16.09. bis 03.02., 16 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122

95,- EUR

Angeliki Kalogeraki

## B2 Neugriechisch

Epikoinoniste Ellinika 2 -

Wiederholung und Vertiefung

ISBN: 978-3889750747

Wiederholung und Vertiefung anhand des Lehrwerks

Leseverstehen, Hörverstehen, mündlicher Ausdruck / Rollenspiele/ Redemittel

Kurs Nr. 202-41241

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

14.09. bis 01.02., 16 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122

95,- EUR

Angeliki Kalogeraki

## B1 Neugriechisch

Epikoinoniste Ellinika 2

Wiederholung und Vertiefung mit dem Lehrwerk.

Zusätzlich Lektüre: xenodohio atlantis. ISBN 9789607914149

Kurs Nr. 202-41231

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

16.09. bis 03.02., 16 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122

95,- EUR

Angeliki Kalogeraki

Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelgebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.



## 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

**Norsk for deg neu A1-A2, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-12-528925-3

Kurs Nr. 202-41501

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

16.09. bis 10.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17

107,- EUR

Marit Kjølrsrud

### B1 Norwegisch

**Norsk for deg neu, ab Lekt. 15**

ISBN 978-3-12-528925-3

Kurs Nr. 202-41520

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

15.09. bis 09.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft,

B121

107,- EUR

Marit Kjølrsrud

## Polnisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Polnisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Witam! aktuell, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-105369-7

Dieser Kurs vermittelt lebendige Alltagssprache durch spielerische Übungen, trainiert Aussprache und berücksichtigt die aktuelle Situation des heutigen Polen.

Kurs Nr. 202-41710

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

29.09. bis 02.03., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft,

B122

107,- 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, 03.09.,

17.00 - 19.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

kostenfrei

### A1 Russisch

**Otlitschno! aktuell A1, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-204477-9

Kurs Nr. 202-41901

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

14.09. bis 08.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B107

107,- EUR

Antonina Doskovski

### A1 Russisch

**Otlitschno! aktuell A1, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-204477-9

Kurs Nr. 202-41910

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft,

B118

107,- EUR

Antonina Doskovski

### A2 Russisch

**Otlitschno! aktuell A2, ab Lekt. 2**

ISBN 978-3-19-204478-6

Kurs Nr. 202-41911

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

14.09. bis 08.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft,

B107

107,- EUR

Antonina Doskovski

### A2 Russisch

**Otlitschno! A2, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-004478-8

Kurs Nr. 202-41920

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

17.09. bis 18.02., 18 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B118

107,- EUR

Antonina Doskovski

### A2 Russisch

**Einführung in die Konversation**

Wir wollen über Reisen, Lyrik und Musik sprechen. Dabei erarbeiten und vertiefen wir unseren Wortschatz und üben Hörverstehen und freies Sprechen.

Meldefrist 30.10.20;

nach Meldefrist kein Kursrücktritt!

Kurs Nr. 202-41921

Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr

04.11. bis 16.12., 4 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B118

24,- EUR

Anmeldeschluß: 26.10.2020

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. 202-42001**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**

**23.09. bis 03.02., 16 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**

**95,- EUR**

**Christina Rydner**

## A1 Schwedisch

**Javisst! aktuell, ab Lekt. 8**

ISBN 978-3-19-105405-2

**Kurs Nr. 202-42010**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**24.09. bis 04.02., 16 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**95,- EUR**

**Christina Rydner**

## A2 Schwedisch

**Jaså!, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-005448-0

**Kurs Nr. 202-42011**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**24.09. bis 04.02., 16 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**95,- EUR**

**Christina Rydner**

## B1 Schwedisch

**Jaså!, ab Lekt. 7**

Och lättlästa böcker!

**Kurs Nr. 202-42022**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**23.09. bis 03.02., 16 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**

**95,- EUR**

**Christina Rydner**

## C1 Schwedisch

### Konversation

Vitalarsvenska, läser artiklar och normala böcker.

Parallellt övar vi också grammatik.

Kursens mål är att utveckla språket och fördjupa sina kunskaper så att man kan uttrycka ideer och åsikter någorlunda säkert och korrekt på svenska.

**Kurs Nr. 202-42030**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**06.10. bis 23.02., 9 Termine; 14-tägl.**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**53,- EUR**

**Christina Rydner**

## C1 Schwedisch

**Kurs Nr. 202-42031**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**29.09. bis 02.03., 9 Termine; 14-tägl.**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**53,- EUR**

**Christina Rydner**

## Staffelgebühren bei Sprachkursen

Die vhs bietet für die Sprachkursangebote ab 5 voll zahlenden Teilnehmenden eine Durchführungszusage. Um diese für die unter der kalkulierten Mindestteilnehmendenzahl von 8 Personen liegenden Kurse gewährleisten zu können, ist es erforderlich dazu eine teilnehmendenabhängige Preisstaffelung einzuführen, die Sie bitte der folgenden Tabelle entnehmen.

8 und mehr Teilnehmende: angegebene Kursgebühr

7 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 10%

6 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 20%

5 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 30%

4 Teilnehmende: angegebene Kursgebühr plus 40%

Es wird auf ganze Euro-Beträge gerundet.

Bitte beachten Sie: Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, bei Kursen bis einschließlich des ersten Kursabends ohne Kosten von der Kursbuchung zurückzutreten. Ermäßigungen können in Kursen, die nur unter Aufzahlung stattfinden können, nicht gewährt werden. Barzahlung ist bei Staffelgebühren nicht möglich.

Beispiel:

Die Standard-Kursgebühr beträgt 107 €

bei 8 und mehr Teilnehmende: 107 €

bei 7 Teilnehmenden: 118 € (107 € + 10,70 € = (gerundet) 118 €)

bei 6 Teilnehmenden: 128 €

bei 5 Teilnehmenden: 140 €

bei 4 Teilnehmenden: 150 €



# Spanisch



© Foto: BMZ/Rudolf Fries

## Ferienkurs

### A1 Spanisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Ferienkurs Entrada al español**

ISBN 978-3-464-20567-9

Ein ganzheitlicher und spielerischer Einstieg in die spanische Sprache für Lerner/innen ohne Vorkenntnisse.

Meldefrist Freitag, 02.10.20;  
nach Meldefrist kein Kursrücktritt!

**Kurs Nr. 202-42201**

**Montag - Freitag, 12. - 16.10.20**  
9:00 - 12:15 Uhr (15 min Pause),  
5 Termine

**Domfreihof, R. 5**

**59,- EUR**

**Antonio Moreno Cano**

## Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Spanisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 202-42206**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
14.09. bis 08.02., 18 Termine

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**  
107,- EUR

**Antonio Moreno Cano**

### Spanisch: Beratung und Einstufung

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

**Donnerstag, 03.09.,**  
**17.00 - 19.00 Uhr**  
**Domfreihof, Raum 5**  
**kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstudieren:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

## Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 3**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 202-42220**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**  
107,- EUR

**Ricardo Bueno**

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 5**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 202-42223**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**  
107,- EUR

**Ricardo Bueno**

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 202-42224**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**  
107,- EUR

**Ricardo Bueno**

## Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### A2 Spanisch

**Con gusto nuevo A2, ab Lekt. 3**

ISBN 978-3-12-514990-8

**Kurs Nr. 202-42225**

**Dienstags, 8.45 - 10.15 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**107,- EUR**

**Fernando Santos**

### A2 Spanisch

**Con gusto A2, ab Lekt. 6**

ISBN 978-3-12-514990-8

**Kurs Nr. 202-42236**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12**  
107,- EUR

**Ricardo Bueno**

### A2 Spanisch

**Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-464-20489-4

**Kurs Nr. 202-42237**

**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**107,- EUR**

**Doveli Gutierrez Hernandez**

### A2 Spanisch

**Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 12**

ISBN 978-3-464-20489-4

**Kurs Nr. 202-42238**

**Mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**107,- EUR**

**Doveli Gutierrez Hernandez**

### B1 Spanisch

**Con gusto B1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-515010-2

Aprende el idioma con situaciones reales y videos explicativos. Disfruta aprendiendo español!

**Kurs Nr. 202-42242**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**24.09. bis 25.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B117**

**107,- EUR**

**Maria Magdalena Perez Ortega**



## Spanisch

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### B1 Spanisch

**Con gusto B1, ab Lekt. 3**

ISBN 978-3-12-515010-2

**Kurs Nr. 202-42243**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B12  
107,- EUR**

**Ricardo Bueno**

### B1 Spanisch

Wiederholung und Vertiefung

En este curso estudiaremos gramática. Trabajaremos con artículos de actualidad y hablaremos sobre temas de interés para todos. Hablaremos de la selección de un nuevo libro de texto en la primera fecha del curso.

**Kurs Nr. 202-42250**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**15.09. bis 09.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108  
107,- EUR**

**Elena Alonso Nieto**

### B1 Spanisch

Revisión y consolidación de la lengua española en el nivel B1

¡A practicar!

En este curso vamos a leer, ver y escuchar diferentes textos y a hablar sobre temas actuales y culturales del mundo hispano-hablante. Se trabajará la conversación natural y se invitará a los alumnos a decidir qué contenidos y tipos de texto quieren tratar a lo largo del curso.

También repasaremos la gramática y vocabulario del nivel B1 y anteriores.

**Kurs Nr. 202-42253**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122  
107,- EUR**

**Raquel Julio Eleno**

**Bitte beachten Sie unsere Hinweise zu den Staffelngebühren bei Sprachkursen auf Seite 46.**

Für Fortgeschrittene

### B2 Spanisch

**Conversación en español**

En este curso de nivel medio hablamos y leemos textos cortos sobre temas actuales, y cuando es necesario repasamos algún aspecto de gramática. El objetivo principal es hablar y entender cada vez mejor, pasándolo bien.

**Kurs Nr. 202-42254**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**16.09. bis 10.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16  
107,- EUR**

**Fernando Santos**

### B2 Spanisch

**El cine en español**

Este curso es para personas que quieren conocer la mentalidad y la perspectiva que muestra el cine en español, al tiempo que aprenden y repasan vocabulario y gramática, comentando películas, secuencias y capítulos de series.

**Kurs Nr. 202-42255**

**Montags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**14.09. bis 14.12., 12 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**71,- EUR**

**Fernando Santos**

## Swahili

### A1 Swahili

für Anfänger/innen mit ersten Kenntnissen

**Karibu sana!**

*Lehrbuch des Swahili für Anfänger. ISBN 978-3-87548-749-7, ab Lekt. 6*

Neben der Vermittlung einfacher Konversation im Alltag, die man schnell auf Reisen oder mit Swahilisprecher/innen in der Umgebung anwenden kann, wird der Kurs Einblicke in die vielfältigen Kulturen, die (Kolonial-)Geschichte und Politik der ostafrikanischen Länder geben.

### B2 Spanisch

**Abanico - Nueva Edición, ab Lekt. 5**

ISBN 978-3-12-514871-0

**Kurs Nr. 202-42261**

**Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**107,- EUR**

**Doveli Gutierrez Hernandez**

### C1 Spanisch

**Tema a tema C1/C2, ab Lekt. 3**

ISBN 978-84-9081-321-8

**Kurs Nr. 202-42262**

**Donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr**

**17.09. bis 18.02., 18 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**107,- EUR**

**Doveli Gutierrez Hernandez**

### C1 Spanisch

**Conversación**

Este curso es para personas con buenos conocimientos de español y ganas de hablar. Leemos y comentamos textos literarios cortos, artículos de periódicos y otros textos de interés general y vemos las noticias habladas del día en Internet, repasando al mismo tiempo la gramática.

**Kurs Nr. 202-42263**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**14.09. bis 08.02., 18 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15  
107,- EUR**

**Fernando Santos**

Wer also neugierig geworden ist 'Karibu sana!' (Herzlich Willkommen)

**Kurs Nr. 202-42701**

**Donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr**

**Dr. Claudia Böhme**

*Leider können wir erst kurzfristig Bescheid geben, wann und in welchem Umfang der Kurs fortgesetzt wird. Immer aktuell siehe [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)*

## Integration fängt bei Sprache an

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‘ 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 - Beratung

### Nur für Selbstzahler/innen!

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

**Donnerstag, 27.08.2020,  
15.30 - 17.30 Uhr, Domfreihof, R. 108**

**Donnerstag, 10.09.2020,  
15.30 - 17.30 Uhr, Domfreihof, R. 108**

**Einstufungstermine während des  
Semesters nach Vereinbarung**



Deutsch als Fremdsprache  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

0651-718-1437

manuela.zeilinger@trier.de

**BAMF-geförderte Teilnehmer/innen erhalten vom BAMF eine Einladung zu einer zentralen Einstufung!**

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

## Intensivkurse - Deutsch als Fremdsprache

### Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler/innen

Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Kurse für Selbstzahler/innen

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

Teilnehmer/innen können in diesem Kurs vollständig oder z.T. vom BAMF gefördert werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Kursbeginn und legen bei der persönlichen Anmeldung vor Kursantritt Ihren Berechtigungsschein sowie den Nachweis über die erfolgte zentrale Einstufung vor.

Kursgebühr pro Modul:

300,- EUR für Selbstzahler/innen, 195 EUR für BAMF-Teilnehmer/innen mit Kostenbeitrag

### A1.1 Deutsch als Fremdsprache

#### Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

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

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

**montags - freitags,**

**8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock**

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

**Kurs Nr. 201-404011**

**17.08. - 11.09.2020**

**Kurs Nr. 202-404041**

**26.10. - 20.11.2020**

**Kurs Nr. 202-404051**

**04.01. - 29.01.2021**

### A1.2 Deutsch als Fremdsprache

#### Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

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

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

**montags - freitags,**

**8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock**

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

**Kurs Nr. 201-404012**

**14.09. - 09.10.2020**

**Kurs Nr. 202-404042**

**23.11. - 18.12.2020**

**Kurs Nr. 202-404052**

**01.02. - 04.03.2021**

### A2.1 Deutsch als Fremdsprache

#### Teilnehmer/innen, die Niveau A1 abgeschlossen haben

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

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

**montags - freitags,**

**8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock**

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

**Kurs Nr. 192-404033**

**17.08.- 11.09.20**

**Kurs Nr. 201-404013**

**26.10.-20.11.20**

**Kurs Nr. 202-404043**

**04.01. - 29.01.2021**

**Kurs Nr. 202-404053**

**08.03. - 16.04.2021**

# Intensivkurse - Deutsch als Fremdsprache

Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler/innen

## A2.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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

*Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 4 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 601083-1)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 192-404034  
14.09.- 09.10.20**

**Kurs Nr. 201-404014  
23.11. - 18.12.2020**

**Kurs Nr. 202-404044  
01.02. - 04.03.2021**

**Kurs Nr. 202-404054  
19.04. - 18.05.2021**

## B1.1 Deutsch als Fremdsprache

**Teilnehmer/innen, die das Niveau A2 abgeschlossen haben**

Für das komplette Level B1 buchen Sie bitte direkt B1.1 sowie B1.2!

*Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 5 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 301085-8)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 192-404055  
17.08.-11.09.20**

**Kurs Nr. 192-404035  
26.10. - 20.11.2020**

**Kurs Nr. 201-404015  
04.01. - 29.01.2021**

**Kurs Nr. 202-404045  
08.03. - 16.04.2021**

**Kurs Nr. 202-404055  
07.06. - 02.07.2021**

## B1.2 Deutsch als Fremdsprache

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

Für das komplette Level B1 buchen Sie bitte direkt B1.1 sowie B1.2!

*Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 6 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 601085-5)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 192-404056  
14.09. – 09.10.2020**

**Kurs Nr. 192-404036  
23.11. – 18.12.2020**

**Kurs Nr. 201-404016  
01.02. – 04.03.2021**

**Kurs Nr. 202-404046  
19.04. – 18.05.2021**

Integration:

### Orientierungskurs

**für BAMF-Teilnehmer/innen**

Deutschland - Geschichte, Rechtsordnung, Kultur

*ACHTUNG: Gesonderte Anmeldung für die Prüfung!*

**montags - freitags  
8.30 - 12.45 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 192-404027  
07.09.-07.10.20**

**Kurs Nr. 192-404057  
26.10.-20.11.2020**

**Kurs Nr. 192-404037  
04.01. - 29.01.2021**

**Kurs Nr. 201-404017  
08.03. - 16.04.2021**

**Kurs Nr. 202-404047  
07.06. - 02.07.2021**

Integration:

### „Leben in Deutschland“

**Test für BAMF-Teilnehmer/innen nur mit Orientierungskurs buchbar**

**25,- EUR für Selbstzahler**

**Kurs Nr. 192-404028  
07.10., 17.30 - 18.30 Uhr  
Anmeldeschluss 04.09.2020**

**Kurs Nr. 192-404058  
20.11., 13.00 - 14.00 Uhr  
Anmeldeschluss 26.10.2020**

**Kurs Nr. 192-404038  
29.01., 13.00 - 14.00 Uhr  
Anmeldeschluss 04.01.2021**

**Kurs Nr. 201-404018  
16.04., 13.00 - 14.00 Uhr  
Anmeldeschluss 18.03.2021**

**Kurs Nr. 202-404048  
02.07., 13.00 - 14.00 Uhr  
Anmeldefrist 07.06.2021**

## 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 - 12.45 Uhr, 40 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.208  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
625,- EUR**

**Kurs Nr. 201-40416  
17.08.-09.10.20**

**Kurs Nr. 202-40415  
26.10.-18.12.20**

**Kurs Nr. 202-40416  
04.01. - 04.03.21**



## Berufsbezogene Sprachförderung (DeuFöv)

DeuFöv ist ein Regelinstrument der Sprachförderung des Bundes, umgesetzt vom BAMF. DeuFöv baut unmittelbar auf den Integrationskursen auf: In berufsbezogenen Sprach- und Weiterqualifizierungsmodulen werden arbeitssuchende Migranten und Flüchtlinge kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet. Diese Kursform setzt sich aus verschiedenen Modulen zusammen, die sich kombinieren lassen und den Deutschunterricht mit Maßnahmen der Bundesagentur für Arbeit verbinden.

Jedes Modul schließt mit einer Zertifikatsprüfung ab.

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

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

1. Zugewanderte, einschließlich der Geflüchteten, die sich im Anerkennungsverfahren befinden und eine gute Bleibeperspektive haben (letzteres gilt zur Zeit für die Herkunftsländer Syrien und Eritrea). Ausgeschlossen sind Flüchtlinge aus sicheren Herkunftsländern.
2. Bürgerinnen und Bürger der EU,
3. Deutsche mit Migrationshintergrund.

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

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

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

### B2 Basismodul

montags – freitags  
13:15 - 17:30 Uhr, 100 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.205  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

Kurs Nr. 202-40490  
14.01. – 18.06.2021

### C1 Basiskurs

montags – freitags  
8:30 - 12:45 Uhr, 80 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

Kurs Nr. 201-40495  
19.08. bis 15.12.2020  
Kurs Nr. 202-40495  
11.01. – 12.05.2021

### C1 Akademische Heilberufe

montags – freitags  
13:15 - 17:30 Uhr, 120 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

Kurs Nr. 201-40494  
19.08.2020 - 22.02.2021  
Kurs Nr. 202-40494  
01.03. – 17.08.2021

## Feriersprachkurs

Feriersprachkurs „Deutsch als Fremdsprache“ für schulpflichtige Kinder, 1. - 4. 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 weniger als einem Jahr eingereist sind. Kinder, die schon länger in Deutschland leben oder bereits einen Ferienkurs besucht haben, können teilnehmen, wenn noch Plätze frei sind.

Im Kurs liegt der Schwerpunkt auf der Vermittlung mündlicher Sprachkompetenz. Eine Vermittlung der Schriftsprache steht nicht im Vordergrund. Die Gruppengröße beträgt 6 bis 10 Teilnehmende.

*Anmeldung nur über die Schule des Kindes. Fahrtkosten für die Schüler/innen werden nicht übernommen.*

montags - freitags,  
12.10 - 23.10.2020  
9.00 - 12.00 Uhr, 10 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
Kurs ist kostenfrei!

## Alphabetisierung für Migranten/innen

Sie erlernen die Schrift und die Grundlagen der Schriftsprache des Deutschen. Egal, ob Sie schon etwas Deutsch können oder nicht, oder ob Sie noch kein anderes Schriftsystem beherrschen, wir leiten jede/n Einzelne/n zum Schreiben an. Der Unterricht findet in sehr kleinen Gruppen statt.

*Teilnehmer/innen können in diesem Kurs vollständig oder z.T. vom BAMF gefördert werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Kursbeginn und legen bei der persönlichen Anmeldung vor Kursantritt Ihren Berechtigungsschein vor. Antragsformulare finden Sie unter <http://www.integration-in-deutschland.de>*

*Sprechen Sie mit den Mitarbeiter/innen der vhs-Geschäftsstelle.*

Kurs Nr. 202-607110  
17.08.2020 - 31.07.2021  
montags bis freitags, 08.30 - 12.45 Uhr  
Karl-Berg-Musikschule  
Verwaltungsgebäude, Raum V3

# Deutsch als Fremdsprache am Abend

## A1.1 Deutsch als Fremdsprache

### Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

*Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.1 (Hueber, ISBN 361901-3 und 311901-8)*

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die noch keinen Kontakt mit der deutschen Sprache hatten. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

**Kurs Nr. 202-40460**  
**montags u. mittwochs,**  
**14.09.2020 - 03.02.2021**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**185,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**

## A1.2 Deutsch als Fremdsprache

### Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*Lehrbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.2 (Hueber, ISBN 561901-1 und 511901-6)*

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die schon über erste Kenntnisse des Deutschen verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

**Kurs Nr. 202-40461**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**185,- 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. 202-40462**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**185,- EUR**  
**Olena Müller**

## A2.2 Deutsch als Fremdsprache

### Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A2.2 (Hueber, ISBN 501902-6 und 511902-3)*

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die einen A2.1-Kurs besucht haben oder schon über Kompetenzen auf Niveau A2.1 verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

**Kurs Nr. 202-40463**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**185,- EUR**  
**Abdel Hamid Abou Elnaga**

## B1.1 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**Kurs Nr. 202-40464**  
**montags u. mittwochs,**  
**14.09.2020 - 03.02.2021**  
**18.15 - 20.30 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**275,- 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. 202-40465**  
**montags u. mittwochs,**  
**14.09.2020 - 03.02.2021**  
**18.00 - 20.15 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**275,- EUR**  
**Michael Müller**

## B2.1 Deutsch als Fremdsprache

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

Dieser Kurs eignet sich nur für fortgeschrittene Teilnehmer/innen mit Sprachkenntnissen entsprechend einer abgeschlossenen Grundstufe (B1).

**Kurs Nr. 202-40466**  
**dienstags und donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**18.00 - 20.15 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**275,- EUR**  
**Friederike Paudtke**

## B2.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**Kurs Nr. 202-40467**  
**dienstags und donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**18.00 - 20.15 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.205**  
**275,- EUR**  
**Jana Simon**

## C1 Deutsch als Fremdsprache

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

**Kurs Nr. 202-40468**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**15.09.2020 - 04.02.2021**  
**19:30 - 21.00 Uhr, 34 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**204,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**



## Prüfungsvorbereitung

### Vorbereitung auf den DTZ und das Zertifikat Deutsch B1

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

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**Samstags, 8.30 - 13.30 Uhr**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.205**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**35,50 EUR**

**Kurs Nr. 201-404282**  
**29.08. und 05.09.2020, 2 Termine**  
**Kurs Nr. 202-404282**  
**19.09. und 26.09.2020, 2 Termine**  
**Kurs Nr. 202-404284**  
**12.12. und 19.12.2020, 2 Termine**  
**Kurs Nr. 202-404286**  
**20.02. und 27.02.2021, 2 Termine**

### Vorbereitung auf die Prüfung B2

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Zertifikat Deutsch B2 vor: Teilnehmer/innen mit Sprachkenntnissen auf Niveau B2 lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**Samstags 08:30 bis 13:30 Uhr**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**45,- EUR**

**Kurs Nr. 202-404290**  
**26.09. und 10.10.2020, 2 Termine**  
**Kurs Nr. 202-404291**  
**19.12. und 19.01.2021, 2 Termine**  
**Kurs Nr. 202-404292**  
**20.02. und 27.02.2021, 2 Termine**

## Einbürgerung

### Einbürgerungstest

*Testteilnehmende melden sich mit dem Formblatt 'Teilnehmermeldebogen' bei der vhs zu einem Prüfungstermin an.*

*Die vhs nimmt von Testteilnehmenden die Kostenpauschale von 25,- Euro bei der Anmeldung entgegen.*

*ACHTUNG - WICHTIG: Alle Teilnehmende müssen zum Prüfungstermin (vor Beginn der Prüfung) ein geeignetes Dokument zur Identitätsfeststellung vorlegen. Das sind ausschließlich amtliche Ausweisdokumente mit Lichtbild.*

**Samstag, 07.11.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 08.10.2020*

**Samstag, 23.01.2021**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 17.12.2020*

**Samstag, 13.03.2021**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 18.02.2021*

## 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 114,00 EUR*

**Samstag, 16.01.2021**  
*Anmeldeschluss: Mittwoch 17.12.2020*

**Freitag, 05.03.2021**  
*Anmeldeschluss: Mittwoch 10.02.2021*

### A2/B1 DTZ

#### Deutsch Test für Zuwanderer

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

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

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

*Für Selbstzahler/innen beträgt die Prüfungsgebühr 144 EUR.*

*Für BAMF-Teilnehmer/innen ist die Prüfung kostenlos.*

**Samstag 10.10.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 10.09.2020*

**Samstag 09.01.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 10.12.2020*

**Samstag 06.03.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 04.02.2021*

### B1 Zertifikat Deutsch

*Die Prüfungsgebühr beträgt 144 EUR*

**Samstag, 31.10.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 24.09.2020*

**Freitag, 05.03.2021**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 28.01.2021*

### B2 Zertifikat Deutsch

*Die Prüfungsgebühr beträgt 154 EUR*

**Samstag, 31.10.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 24.09.2020*

**Samstag, 16.01.2021**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 10.12.2020*

**Freitag, 05.03.2021**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 28.01.2021*

### C1 Prüfung Hochschule

#### Nachweis für den Hochschulzugang

*Die Prüfungsgebühr beträgt 194 EUR*

**Freitag, 18.12.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 12.11.20*

### C1 telc Deutsch

*Die Prüfungsgebühr beträgt 194 EUR*

**Freitag, 18.12.2020**  
*Anmeldeschluss: Donnerstag 12.11.20*



# Grundbildung im Bildungs- und Medienzentrum

Im Bildungs- und Medienzentrum (BMZ) finden Sie insgesamt ein vielfältiges Angebot für Grundbildung: Neben den Kursangeboten der vhs, können PC-Lernprogramme, Bücher in einfacher und leichter Sprache in der **Stadtbibliothek Palais Walderdorff** genutzt sowie Lernbegleiter angefragt werden. Dabei bleibt der Lerntreff in der Stadtbibliothek eine erste Anlauf- und Beratungsstelle für Grundbildung. Das Grundbildungsregal im Lerntreff (neben dem Kubus) informiert fortlaufend über Materialien und Konzepte.

Persönliche Beratungstermine sowie Führungen durch das breite Angebot des Lerntreffs können auch über E-Mail an [lerntreff@trier.de](mailto:lerntreff@trier.de) angefragt werden oder telefonisch unter 0651/718 3430.

Austausch und gegenseitige Unterstützung finden Muttersprachler, die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben, bei der **Selbsthilfegruppe „Wortsalat“**. Diese trifft sich regelmäßig am ersten Montag im Monat um 18:00 Uhr im Lesecafé der Bibliothek. Kontakt kann auch über Telefon 0651-718 2443 oder E-Mail [wortsalat@trier.de](mailto:wortsalat@trier.de) aufgenommen werden.

Wir freuen uns!



## Zusätzliche Angebote für Fachkräfte, Lernbegleiter/innen und Lernende

Im Rahmen des Projekts Knotenpunkte für Grundbildung bieten wir ganzjährig kostenlose Schulungen, Workshops und Trainings zu unterschiedlichen Teilthemen im Bereich der Grundbildungsarbeit an. Aktuelle Informationen dazu finden sich auf der Projekthomepage

[www.grundbildung.trier.de](http://www.grundbildung.trier.de)

oder können telefonisch unter 0651/718-2441 angefragt werden.

Ab sofort bietet das Projekt eine offene, kostenlose Lernberatung für Erwachsene mit Deutsch als Erst- oder Zweitsprache an.

Wo: Domfreihof 1c (Eingang RPR/BIG FM), Erdgeschoss

Wann: **An jedem Dienstag von 11.30 bis 14.30 Uhr.**

Mögliche Themen der Beratung sind:

- Unterstützung auf der Suche nach dem richtigen Lernangebot,
- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen,
- Hilfe beim Verstehen und beantworten von Briefen oder E-Mails,
- weitere Themen gerne nach Bedarf.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommen Sie gerne einfach vorbei!

Ab Herbst 2020 bieten wir Materialworkshops für Fachkräfte zu den Themen Alltagsrechnen und Family Literacy an. Termine und weitere Informationen werden auf [www.grundbildung.trier.de](http://www.grundbildung.trier.de) veröffentlicht.



# EDV, Arbeit & Beruf

## Beschäftigungsfähigkeit erhalten und ausbauen

Berufliche Qualifizierung und Vorbereitung auf anerkannte Abschlüsse sind integraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Millionen von Berufstätigen haben in den letzten Jahren die Volkshochschulangebote beim Erwerb von IT-Kompetenzen genutzt – ein eindrucksvolles Wirtschaftsförderungsprogramm.

Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz verfügen über jahrzehntelange Erfahrung in der beruflichen Weiterbildung. Allein in den Bereichen Informationstechnik und kaufmännische Praxis haben sie in Rheinland-Pfalz im Jahr 2010 mit 3.300 Lehrgängen ca. 30.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erreicht. Die Volkshochschulen fördern aber auch systematisches Lernen in Kurs- und Lehrgangsangeboten zum Erwerb berufsübergreifender oder fachspezifischer Kompetenzen, etwa für kaufmännische Dienstleistungsberufe. Das Kernangebot der Volkshochschulen in der beruflichen Bildung wird ergänzt durch Bildungsangebote für öffentliche Auftraggeber, durch zielgerichtete Weiterbildung für Firmen und Einrichtungen und Angebote für spezielle Zielgruppen.

Die Volkshochschulen verfügen dabei über verschiedene Zertifikatssysteme in den Bereichen berufliche Bildung und Sprachen.



Fachbereichsleitung:  
**Rita Brockhaus**

0651-718-1431  
rita.brockhaus@trier.de

## Erste Schritte - Computer und Smartphone 50+

### Schnupperstunde EDV 50+

Sie haben einen Computer oder ein Smartphone geschenkt bekommen oder möchten sich einen/eines anschaffen? Neugierig sind Sie schon, trauen sich aber noch nicht so recht? Dann sind Sie hier genau richtig.

Sie erhalten einen ersten Einblick in die Arbeit mit dem PC. Mit einfachen Beispielen und spielerischen Übungen lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für die Arbeit mit Tastatur und Maus und den Unterschied von Betriebssystem und Anwendungsprogrammen kennen.

Auch reißen wir kurz das Thema Smartphone an, die vielfältigen Möglichkeiten der mobilen Kommunikation wie Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Navigation beim Wandern und vieles mehr und selbstverständlich kann

man mit Smartphones auch telefonieren oder Nachrichten verschicken.

Diese Veranstaltung richtet sich an Teilnehmende, die noch keine Erfahrung mit dem PC und wenige mit dem Smartphone haben.

Bevor Sie sich für einen Kurs entscheiden, sollten Sie an diesem Schnupperkurs teilnehmen, und können unseren Dozenten kennenlernen.

*Das Smartphone kann gerne mitgebracht werden. Bitte vorab anmelden!*

**1. Kurs Nr. 202-50003**  
**Montag, 31.08., 12.45 - 13.45 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**8,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 202-50004**  
**Montag, 31.08., 14.00 - 15.00 Uhr**

### Smartphone Kaufberatung 50+

Samsung, HTC, Huawei, LG, Sony, Apples Iphone ..... Wo ist der Unterschied? Wer braucht welches?

Smartphones sind wahre Multifunktionsgeräte geworden und nicht mehr mit dem „alten Handy“ zu vergleichen.

Mobiles Internet, Mailen, Adressenspeichern, Fotografieren & Filmen. Wetterbericht. Bus- und Bahnverbindungen abfragen und noch vieles mehr.

Mit oder lieber ohne Vertrag? Wenn Vertrag welcher?

Was sind Apps? Schutz vor Viren auch auf dem Smartphone? Wie bediene ich mein Gerät? Was kannes eigentlich (noch) nicht? Dieser Kurs richtet sich an alle, die beabsichtigen ein neues Gerät zu kaufen, und noch ein paar Fragen haben.

*Unbedingt vorab anmelden!*

**Kurs Nr. 202-50005**  
**Donnerstag, 17.09., 9.00 - 10.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 106**  
**8,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**Kurs Nr. 202-50006**  
**Donnerstag, 17.09., 10.15 - 11.15 Uhr**  
**Domfreihof, R. 106**  
**8,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

### Beratungstunde 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.

Eine Voranmeldung ist auch für diese Veranstaltung unbedingt erforderlich. Bitte vorab anmelden!

**Montag, 31.08.,**  
**09.45 - 10.45 Uhr und**  
**11.00 - 12.00 Uhr**

jeweils am Domfreihof, Raum 107  
kostenfrei  
Alexander Lindemann

### Einführung Internet 50+

#### Wochenkurs vormittags

Im Kurs üben Sie in Ruhe viele Möglichkeiten, es zu nutzen. Eine Vielzahl von Informationen und Auskünften lässt sich über das Internet abrufen.

Inhalte:

- Wie kann ein Zugang zum Internet hergestellt werden?
- Was ist ein Browser und wie gehe ich damit um?
- Wie finde ich Informationen im Internet
- Suchmaschinen?
- Ebay & Jobdoo usw.

*Vorausgesetzt werden Basiskenntnisse im Umgang mit dem PC.*

**Kurs Nr. 202-50010**  
**Montag - Donnerstag, 23. - 26.11.**  
**09:00 - 12:15 Uhr (15 min. Pause),**  
**4 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Alexander Lindemann**



# Erste Schritte - Computer und Smartphone 50+

## PC-Einsteigerkurs 50+

In dem Einführungskurs lernen Sie die wichtigsten Handgriffe mit Maus und Tastatur, um Ihren Computer bedienen zu können. Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder in den Grundlagen erst einmal Sicherheit gewinnen möchten, ist dieser Kurs für Sie richtig. In entspannter Atmosphäre werden Sie Schritt für Schritt lernen, Programme zu starten und zu beenden, Dateien zu speichern und Texte zu drucken. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über wichtige Anwendungsgebiete.

Inhalte:

- Wie benutze ich den PC?
- Laptop, Notebook, Netbook oder PC was passt zu mir ?
- Welche Arten von Programmen gibt es und was macht man damit?
- Welche Begriffe sollte ich kennen und verstehen, wenn ich mir einen PC kaufen möchte?

Als solide Grundlage für alle weiterführenden 50+ Kurse empfehlen wir diesen Kurs.

Anmeldeschluss 30.09.2020; nach Meldefrist kein Kursrücktritt möglich

**Kurs Nr. 202-50007**

**Montag - Donnerstag, 05. - 08.10.**

**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause),**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Alexander Lindemann**



*Aktiv im Alter*

## Grafik- und Bildbearbeitung 50+ Wochenkurs vormittags

Sie möchten Ihre Dias oder Fotos digitalisieren oder Ihre Bilder aus der Digitalkamera bearbeiten, selbst Einladungen, Flyer oder Grußkarten erstellen?

Inhalte:

- effektive Bearbeitung von digitalen Fotos
- Scannen von Dias, Negativen und Papierbildern
- Layouten am Computer
- Fotomontagen

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

**Kurs Nr. 202-50015**

**Montag - Freitag, 14. - 18.12.**

**09:00 - 12:00 Uhr, 5 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Werner Hardt**

## Android-Smartphone und Tablet 50+

### Teil I - Grundlagen

Lernen Sie die Möglichkeiten Ihres Smartphones kennen. Wie kann ich über WLAN ins Internet gehen, die mobilen Daten aktivieren oder eine kostenlose Antiviren App installieren? Wie empfangen und sende ich Emails? Welche nützlichen Programme gibt es und wie kann man sie kostenlos einrichten? Welche Einstellungen sind ratsam - und welche nicht? In diesem Workshop erfahren Sie, was es mit Android, Apps und Co auf sich hat, nehmen wichtige Grundeinstellungen vor, erlernen die Gestensteuerung und verstehen Kostenfallen zu vermeiden. Den Homescreen einrichten, überflüssige Apps löschen und evtl. auf externe Speicherkarten verschieben. Sie erfahren wie Sie Emails versenden bzw. empfangen und Anhänge öffnen können. Des weiteren verstehen Sie, warum ein Android Gerät ein Google Konto braucht. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones und Android-Versionen der Teilnehmenden baut der Workshop darauf, dass die Teilnehmer sich nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.

Bitte eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC) mitbringen.

**Kurs Nr. 202-50008**

**Montag - Donnerstag, 28.09. - 01.10.**

**09:00 - 12:15 Uhr (15 min. Pause),**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Alexander Lindemann**

Hinweis: Diese Kurse eignen sich nicht für iPhone-Nutzer!

## Themenvormittag Android 50+

Sie haben noch Fragen nach dem Besuch des Kurses „Android Smartphone /Tablet - erste Schritte“?

Anmeldeschluss 04.01.2021; nach Meldefrist kein Kursrücktritt möglich

**Kurs Nr. 202-50011**

**Donnerstag, 07.01., 9.00 - 12.15 Uhr**

**Domfreihof, R. 106**

**23,- EUR**

**Alexander Lindemann**

## Android-Smartphone und Tablet 50+

### Teil II

Mit Ihrem Android Mobil-Gerät lässt sich sehr viel mehr machen als nur surfen, mailen oder telefonieren. Mehr als eine halbe Million Apps, viele davon gratis oder für wenige Euro, eröffnen eine ganze „Wundertüte“ voller Möglichkeiten. Sie werden staunen, was Iles in Ihrem Gerät steckt. Schwerpunkt dieses Kurses sind Anwendungen für den Freizeitbereich: Bücher zum Ausleihen und Kaufen, Musik und Videos, Fotografieren und die Bilder auf den eigenen PC übertragen, und kostenlose Nachrichtenmagazine installieren.

Bitte bringen Sie Ihr Android Smartphone oder Tablet mit. Sie wollen gern Ihr Android Smartphone als Navigationsgerät nutzen? Wir behandeln im Kurs eine kostenlose NaviApp die anderen kostenpflichtigen Geräten bzw. Apps in nichts nachsteht. Fernsehen unterwegs über die mobilen Daten oder über das WLAN eines Hotels oder Campingplatzes. Wir verkaufen mit Hilfe unseres Smartphones bzw. Tablet! (vom Bild zur fertigen Anzeige im WWW), Tethering nutzen... usw.

Hier werden Accounts eingerichtet, Anmeldungen vorgenommen und alles installiert was im digitalen Zeitalter so gebraucht wird.

Bitte eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC) mitbringen.

**Kurs Nr. 202-50009**

**Montag - Donnerstag, 02. - 05.11.**

**09:00 - 12:15 Uhr (15 min. Pause),**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Alexander Lindemann**

Hinweis: Diese Kurse sind nicht für iPhone-Nutzer!

## Digital-Kompass Standort Trier eröffnet

Das Seniorenbüro Trier e.V. ist Standort des „Digital-Kompass“. Ziel des Projekts ist es, ältere Menschen darin zu unterstützen, einen leichten Einstieg ins Internet und in die digitale Welt zu finden.

**Haben Sie Probleme mit dem Handy oder Tablet?**

Im Seniorenbüro helfen mehrere Internetkosten täglich älteren Menschen in Beratungsstunden beim Umgang mit Tablet und Smartphone. Neu ist auch ein Angebot im Bürgerhaus in Trier-Nord.

**Anmeldung zu den Beratungsstunden im Telefonnummer: 0651/ 75566**





# EDV - (Wieder-)Einsteiger/innen

## 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.

Eine Voranmeldung ist auch für diese Veranstaltung unbedingt erforderlich. Bitte vorab anmelden!

**Donnerstag, 10.09.,**

**17.00 - 18.00 Uhr**

**18.00 - 19.00 Uhr**

**19.00 - 20.00 Uhr**

jeweils am Domfreihof, Raum 106  
kostenfrei  
Werner Hardt

## Fit am PC Computer Grundlagen

Der Kurs richtet sich an alle PC-Anfänger und Interessenten, die sich auf kompakte und leicht verständliche Weise Grundwissen über Computer (Hardware und Software) aneignen möchten. Der Kurs kann auch als Grundlage für weitere VHS-Kurse genutzt werden. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt.

Inhalte:

- Aufbau und Funktionsweise eines Computers
- PC-Bedienung, Maus und Tastatur;
- Arbeiten mit dem Betriebssystem WINDOWS
- Dateiverwaltung (Dateien, Ordner und Programme)
- Dateien in Ordnern speichern und öffnen, kopieren, verschieben und löschen;
- Einfache Texte schreiben mit Word & Schnuppern im Internet

Voraussetzungen: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Kurs Nr. 202-50112**

**Montag - Donnerstag, 11.01. - 14.01.21**

**09:00 - 12:00 Uhr, 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Werner Hardt**

## PC Auffrischung für Wieder-Einsteiger/innen

Sie möchten nach einer Auszeit gut vorbereitet wieder in die Arbeitswelt einsteigen, sich vielleicht beruflich verändern und Ihre 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.

- Word: Erstellen, speichern und drucken, Formatierungen, Einfügen/Kopieren bzw. Suchen und Ersetzen, Kopf- und Fußzeilen, Rechtschreibhilfe, Tabellenfunktion und Tabulatoren, Textbausteine
- Excel: Erstellen, speichern und drucken, Formatierungen, Formeln, Funktionen
- Powerpoint: Präsentation vorbereiten und umsetzen.
- Windows: Dokumentenverwaltung mit Windows

Anmeldeschluss 28.10.2020; nach Meldefrist kein Kursrücktritt möglich

**Kurs Nr. 202-50119**

**Samstags, 8.30 - 12.30 Uhr**

**31.10. bis 21.11., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Alexander Lindemann**

## MS Windows

### 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.

Inhalte:

- Anforderungen an die Hardware
- neue Eigenschaften und Anpassungsmöglichkeiten der grafischen Oberfläche
- Dateimanagement mit dem Explorer
- Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen uvm.

**Kurs Nr. 202-50110**

**Samstag, 12.09.,**

**09:00 - 16:00 Uhr (1 Std. Pause)**

**Sonntag, 13.09.,**

**09:00 - 12:00 Uhr,**

**2 Termine, Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

## MS Office

### MS Office - Fit fürs Büro

Kursinhalte:

- Allgemeines zur Office-2016-Benutzeroberfläche
- 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. 202-50122**

**Montag - Freitag, 22. - 26.02.21**

**09:00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause),**

**5 Termine, Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Werner Hardt**

## MS Outlook

### MS Outlook Einführung

Lernziele

- Outlook kennenlernen und Grundlegende Techniken
- E-Mails gestalten, Signatur, senden, empfangen; E-Mail-Erstellung automatisieren; E-Mails verwalten;
- Ordnung im Postfach
- Drucken
- Kontakte verwalten und Adressbuch nutzen
- Termine eintragen und bearbeiten, Kalender drucken, anpassen und senden, Besprechungen organisieren, Aufgaben verwalten
- Ordner und Elemente verwalten
- Zugriff und Berechtigungen erteilen
- Outlook anpassen und unterwegs nutzen
- Datenschutz

**Kurs Nr. 202-50121**

**Samstag, 09.01.21,**

**09:00 - 16:00 Uhr (1Std. Pause)**

**Sonntag, 10.01.21,**

**09:00 - 12:00 Uhr,**

**2 Termine, Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**



# Excel

## MS Excel I - Grundlagen

Sie erlernen das Erstellen und Gestalten von Tabellen sowie grundlegende Dateneingabe und einfache Berechnungen.

Kursinhalte:

- Erstellen, Bearbeiten und Ausdruck von Tabellen
- Eingaben von Zahlen-, Daten- und Zeitangaben
- Grundlegende Formatierung von Daten und Tabellen
- Einfache Berechnungen mit Hilfe von Formeln
- Praktische Übungen anhand von Beispielen sind fester Bestandteil des Kurses.

*Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows.*

**Kurs Nr. 202-50131**

**Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**17.09. bis 08.10., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

**Kurs Nr. 202-50135**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**06.01. bis 27.01., 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. 202-50132**

**Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**29.10. bis 19.11., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

**Kurs Nr. 202-50133**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**03.02. bis 24.02., 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 SVerweis, 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. 202-50134**

**Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**26.11. bis 17.12., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

# PowerPoint

## MS PowerPoint

### Grundkurs

Themen:

Die Programmoberfläche

- Grundlagen der Präsentationserstellung und -bearbeitung
- Erstellen von Präsentationsfolien
- Zeichenobjekte erzeugen und gestalten
- Präsentationen und Begleitmaterial drucken (Handzettel, Notizen, etc...)
- Einfügen und Bearbeiten von Grafiken, Fotos, etc.
- Bildschirmpräsentationen erzeugen
- Die Planung einer Präsentation: Gliederung, Gestaltung der Master-Folie.

Auf Wunsch werden die Programme Prezi und Impress kurz vorgestellt.

*Voraussetzungen:*

*Grundkenntnisse Windows und Word*

**Kurs Nr. 202-50140**

**Freitags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**30.10. bis 20.11., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

# Word

## MS Word I

### Einführung

Der Kurs vermittelt praxisrelevante Kenntnisse über Einsatzmöglichkeiten, Aufbau, Arbeitsweise und Leistungsmerkmale von MS Word.

Lerninhalte:

- Programmstart, Grundeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten: Dateien erstellen, öffnen und speichern
- Texteingabe und -bearbeitung: Text eingeben, korrigieren und löschen; Text verschieben und kopieren; suchen und ersetzen von Text
- Einfache und spezielle Formatierung
- Textüberarbeitung, Rechtschreibkontrolle und Ausdruck

Praktische Übungen auf modernen Personalcomputern vertiefen die erworbenen Kenntnisse.

*Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse*

**Kurs Nr. 202-50150**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**26.10. bis 16.11., 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: Anfänger/innenkurs/entsprechende Vorkenntnisse*

**Kurs Nr. 202-50151**

**Dienstags, 18.30 - 21.30 Uhr**

**17.11. bis 08.12., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**



## Webseiten

### WordPress für Einsteiger

WordPress ist weltweit gesehen das am meisten genutzte CMS (Content-Management-System) zur Erstellung von Websites. In dem Kurs für absolute Anfänger im Bereich WordPress erstellen wir Schritt für Schritt eine Homepage.

Der Kurs beinhaltet:

- Registrierung von Domain und Webspaces
- Ersteinrichtung eines CMS
- Kategorien erstellen
- Beiträge erstellen
- Designs und Layout

*Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows, Office und Internet. Es werden keine Programmierkenntnisse benötigt.*

**Kurs Nr. 202-50173**

**Samstag/Sonntag, 23./24.01.21,  
9:00 - 12:00 u. 13:00 - 16:00 Uhr,  
2 Termine, Domfreihof, R. 106  
92,- EUR**

**Werner Hardt**

**Kurs Nr. 202-50174**

**Montags, 18.30 - 21.30 Uhr  
14.09. bis 05.10., 4 Termine  
Domfreihof, R. 106  
92,- EUR**

**Werner Hardt**

## Microcontroller

### 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.

*Verfügen Sie bereits über das Material, ist die Anmeldung ohne Lernmittel-Gebühr möglich.*

*Umlage von 31,- EUR für Material ARDUINO Microcontroller in der Gebühr enthalten  
Meldefrist (wg. Material-Bestellung) am 04.12.2020*

**Kurs Nr. 202-50180**

**Dienstags, 18.30 - 21.00 Uhr  
05.01. bis 09.02., 6 Termine  
Domfreihof, R. 106  
112,- EUR**

**Falko Jahn**

## 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!

Lernen Sie ganzheitlich und spielerisch mit interessanten Hörgeschichten, einprägsamen Bildern und beruhigender Musik. Kein stures Einhämmern auf die Tasten - im Gegenteil: Mit dieser Methode macht es einfach Spaß, Tippen zu lernen!

Begleitend zum Unterricht erhält jede/r ein Kurs-Heft und einen Zugang zu einem sehr guten Online-Tipptrainer zum Trainieren von Tempo und Genauigkeit.

**Für alle Kurse:**

**2 Termine, Domfreihof, R. 106**

**Kursgebühr 87,- EUR**

**Annette Lang**

**1. Kurs Nr. 202-50701**

**Mittwochs, 18.30 - 20.30 Uhr  
30.09. bis 07.10.**

**2. Kurs Nr. 202-50703**

**Dienstags, 16.00 - 18.00 Uhr  
24.11. bis 01.12.**

**3. Kurs Nr. 202-50705**

**Donnerstags, 18.00 - 20.00 Uhr  
21.01. bis 28.01.2021**

**4. Kurs Nr. 202-50707**

**Freitags, 16.00 - 18.00 Uhr  
19.02. bis 26.02.2021**

### Test Maschinenschreiben am PC

Ein Schreibtest dauert 10 Minuten, woraus die Anschläge pro Minute berechnet werden.

Nach der Auswertung des Tests erhalten Sie das Zertifikat per Post zugestellt.

Wer vorab den Kurs „Computerschreiben in 2x2 Stunden“ belegt hat, erhält 25% Rabatt auf den Preis des Schreibtests.

**Preis pro Schreibtest incl. Zertifikat:**

**30 Euro, Domfreihof, R. 106**

**1. Kurs Nr. 202-50702**

**Mittwoch, 07.10., 20.30 - 21.00 Uhr**

**2. Kurs Nr. 202-50704**

**Dienstag, 01.12., 18.00 - 18.30 Uhr**

**3. Kurs Nr. 202-50706**

**Donnerstag, 28.01.21, 20.30 - 21.00 Uhr**

**4. Kurs Nr. 202-50708**

**Freitag, 26.02.21, 18.00 - 18.30 Uhr**

### Hinweise zum Test

Da viele Firmen einen Nachweis bezüglich der Fähigkeiten im 10-Finger-Schreibsystem benötigen, bieten wir einen Test an.

Die meisten Teilnehmenden sollten nach dem Computerschreiben-in-4-Stunden-Kurs noch trainieren, um ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die vhs stellt das Zertifikat mit Anschlagsgeschwindigkeit aus und schickt es zu. Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben im 10-Finger-System bewertet wird und nicht die Fähigkeit, schnell zu schreiben.

## Kreativ am Computer

### 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. 202-50203**

**Samstag/Sonntag, 12./ 13.12.  
09:00 - 16:00 Uhr (1Std. Pause),  
2 Termine, Domfreihof, R. 106  
92,- EUR**

**Werner Hardt**



# Bildbearbeitung

## Adobe Photoshop CS6 Grundkurs

Photoshop ist das Referenzprogramm für digitale Bildbearbeitung. Der Kurs zeigt, wie Sie Ihren PC in ein „Fotolabor“ verwandeln.

Inhalte:

- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate
- Bildimport, Bildoptimierung
- Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
- Licht und Sättigung anpassen
- Beschneiden und Ausrichten
- Ebenentechnik
- Zeichen- und Textwerkzeuge
- Filter und Effekte, Retusche
- 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. 202-50191**  
**Mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr**  
**28.10. bis 18.11., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Adobe Photoshop CS6 Aufbaukurs

Im Kurs werden die Kenntnisse zur professionellen Foto/Bild-Montage und Retusche spezialisiert und ausgebaut.

Inhalte:

- Werkzeugpalette und Auswahltechniken
- Fotoretusche, -montage und Ebenentechnik
- Farbkorrekturen
- Freistellen und Beschneiden
- Schrifteffekte
- Tricks für das perfekte Profifoto (Verlaufsfilter, etc.)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse des Programms Photoshop (Elements) oder vorherige Teilnahme am Grundkurs.

Im Kurs wird mit Adobe Photoshop CS6 gearbeitet. Auch für Macintosh-Anwender und Anwendern von älteren Photoshop Versionen geeignet.

**Kurs Nr. 202-50193**  
**Mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr**  
**25.11. bis 16.12., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- 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
- 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. 202-50195**  
**Freitag, 04.12., 18:30 - 21:30 Uhr,**  
**Samstag, 05.12., 09:00 - 16:00 Uhr**  
**(1Std. Pause),**  
**2 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**69,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Affinity Photo Einführung

Affinity Photo ist ein kostengünstiges professionelles Bildbearbeitungsprogramm und eine ernstzunehmende Konkurrenz zu Adobe Photoshop und Elements.

Im Kurs lernen Sie die Oberfläche von Affinity Photo und die Grundlagen professioneller Bildbearbeitung kennen:

- Programmoberfläche
- Auswahl-/Mal- und Retusche-Werkzeuge
- Bildauflösung, Farbmodi
- Filter
- Perspektiv- und Verzerrungen korrigieren
- Farbkorrektur und Qualitätsverbesserung
- Speicherformate und RAW-Entwicklung
- Arbeiten mit Ebenen
- Verwendung von Text
- Filter

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

**Kurs Nr. 202-50194**  
**Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr**  
**04.02. bis 04.03., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Adobe Photoshop Lightroom Grundlagen

Fotos sichten, sortieren, bearbeiten und entwickeln- diese Tätigkeiten werden nicht mehr in der klassischen Dunkelkammer, sondern am PC durchgeführt.

Adobe Photoshop Lightroom ist die ideale digitale Dunkelkammer und bietet umfangreiche Werkzeuge für die Verwaltung großer Bildbestände, für die Bild-Bearbeitung (speziell auch Entwicklung von RAW Daten) und für die Präsentation auf Bildschirm, Drucker und im Internet.

Inhalte:

- Vorstellung der Programmoberfläche und des Bedienkonzeptes
- Bilder importieren, verwalten und organisieren
- Grundlagen der Bildbearbeitung in Lightroom
- optimaler Workflow der Bildentwicklung
- Fotopräsentation in Diashows
- Fotobücher erstellen
- GPS-Daten verarbeiten

Im Kurs wird mit Adobe Photoshop Lightroom 5.7 gearbeitet.

**Kurs Nr. 202-50196**  
**Freitags, 18.30 - 21.30 Uhr**  
**08.01. bis 22.01., 3 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**69,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Adobe Photoshop Lightroom Grundlagen - Wochenendkurs

**Kurs Nr. 202-50197**  
**Freitag 18.09., 18:30 - 21:30 Uhr,**  
**Samstag, 19.09., 09:00 - 16:00 Uhr**  
**(1 Std. Pause),**  
**2 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**69,- EUR**  
**Werner Hardt**

**Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung**





# Weiterbildung - MINT - Themenworkshops

## Forschen zu Strom und Energie

Das Thema „Strom und Energie“ begegnet uns im Alltag überall und bietet deshalb eine Vielzahl von Anknüpfungspunkten zum Forschen und Entdecken. Neben verschiedenen Phänomenen aus diesem Themenkomplex wird der Frage nachgegangen, wie hierbei Familien als Bildungspartner eingebunden werden können.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 202-51001**

**Montag, 05.10., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, Sternstraße**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Patrick Rittel**

## Forschen zu Technik - von hier nach da

Kann ich mein Fahrzeug mit einem Luftballon antreiben? Welche Fortbewegungsmittel kann ich für meine Spielzeugfiguren bauen?“

In dieser Fortbildung erfahren Sie, wie Sie die Kinder bei technischen Fragestellungen zu dem Themenbereich „Fortbewegung und Transport“ begleiten und dabei technische Denk- und Handlungsweisen fördern. Sie lernen unterschiedliche Methoden der technischen Bildung kennen und überlegen, wie technische Lernangebote im pädagogischen Alltag mit den Kindern und im Zusammenhang mit anderen Disziplinen der MINT-Bildung sowie der Bildung für nachhaltige Entwicklung umgesetzt werden können.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 202-51002**

**Montag, 09.11., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Patrick Rittel**

## Informatik entdecken - mit und ohne Computer

Sortieren, strukturieren, analysieren, Lösungen für Probleme finden - in der Fortbildung erfahren Sie, dass informatische Bildung viel mit diesen Fähigkeiten zu tun hat und auch ohne Computer möglich ist. Sie erforschen Pixelbilder, Geheimbotschaften und entdecken regelmäßige Abfolgen im Alltag. Bei bestimmten Fortbildungselementen erfahren Sie den Einsatz elektronischer Geräte und reflektieren über das Für und Wider dieses Einsatzes. Die Fortbildung sensibilisiert Sie dafür, Informatik in Alltagssituationen wahrzunehmen.

men. Sie bietet Ihnen viele Anregungen, um die Kinder für informatische Bildung zu begeistern und ihre informatischen Fähigkeiten zu stärken - auch ganz ohne elektronische Geräte.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!*

**Kurs Nr. 202-51003**

**Montag, 11.01., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Patrick Rittel**

## Haus der kleinen Forscher

### Der pädagogische Ansatz

Hier erfahren Sie die Entwicklungsgrundlagen des Lernens und setzen sich mit Ihrem Bild vom Kind auseinander. Sie vertiefen Ihr Wissen über die Begleitung der Kinder beim „Denkenlernen“ in gemeinsamen Entdeckungs- und Forschungssituationen. Auch für pädagogische Fach- und Lehrkräfte, die bereits mit dem pädagogischen Konzept der Stiftung in Berührung gekommen sind, bietet das Seminar neue Anregungen, Möglichkeiten zur Selbstreflexion und viele Anlässe zum Austausch.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen!*

**Kurs Nr. 202-51005**

**Dienstag, 08.09., 9.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Claudia Meurer**

## Forschen rund um den Körper

Hier geht es um den menschlichen Körper, was wir von außen über ihn erfahren und wie wir mit Hilfe von Modellen das Innere begreifbar machen können.

Welche äußeren Merkmale machen uns besonders? Und wie können wir gemeinsam mit Kindern eine Vorstellung entwickeln, was in unserem Körper vor sich geht? In der Fortbildung werden Sie Anregungen bekommen, wie Sie aus einer Vielzahl möglicher Körpererfahrungen, gemeinsam mit Kindern eine Vorstellung von Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers entwickeln können.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 202-51004**

**Montag, 16.11., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Claudia Meurer**

## MINT ist überall

Das Bildungsangebot „MINT ist überall“ setzt im Alltag der Kinder an: Wo steckt hier überall Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik? Welche MINT-Lerngelegenheiten bieten sich im pädagogischen Alltag? Wie können daraus MINT-Lernsituationen entstehen? Wie können Kinder dabei begleitet werden? Das Bildungsangebot besteht aus einer Präsenzfortbildung, vielfältigen Online-Angeboten und pädagogischen Materialien.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 202-51006**

**Montag, 23.11., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Annette Hoefl**

## 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*

**Kurs Nr. 202-51007**

**Montag, 25.01., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**35,- EUR (inkl. 5 € Materialpauschale)**

**Annette Hoefl**

Wir fördern „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ und „Naturwissenschaftliche Bildung“ (MINT) im Bildungs- und Medienzentrums:





# Grundbildung

## Eine zweite Chance wahrnehmen

Analphabetismus ist im Land der Dichter und Denker immer noch ein Tabuthema. Circa 12,1% der erwerbsfähigen Bevölkerung in Deutschland (18-64 Jahre) gelten als gering literalisierte Menschen. Das entspricht einer Größenordnung von 6,2 Millionen. Diese Menschen können zwar einzelne Sätze lesen oder schreiben, nicht jedoch zusammenhängende - auch kürzere - Texte. Betroffene Personen sind aufgrund ihrer begrenzten schriftsprachlichen Kompetenzen nicht in der Lage, am gesellschaftlichen Leben in angemessener Form teilzuhaben.

Deshalb bieten die Volkshochschulen Alphabetisierungskurse an. In Rheinland-Pfalz fördert das Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur (MBWWK) Maßnahmen der Alphabetisierung bereits seit Ende der 1980er Jahre.

Vor nunmehr 30 Jahren wurden vom Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V. die ersten Alphabetisierungskurse initiiert.



Fachbereichsleitung  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

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

## Brückenkurse/Alphabetisierung

### Wiederholung Deutsch und Mathematik

Dieser kostenlose Kurs ist offen für alle, die sich im Schreiben und Textverstehen verbessern und nochmals ihre Mathematik- und Geometrie-Kenntnisse auffrischen möchten.

Der Kurs eignet sich auch für die, die vor dem Beginn einer Ausbildung noch ein bisschen Wiederholung und Unterstützung v.a. in Deutsch und Mathe benötigen.

Themen:

Deutsch - Rechtschreibung und Grammatik; Texte lesen, verstehen und schreiben  
Grundlagen in Mathematik - Grundrechenarten, Bruchrechnen, Dreisatz, Prozentrechnung, Maße, Geometrie (Flächen und Räume) u.a. nach Absprache im Kurs  
Lernen lernen - selbstgesteuert lernen und sich auf eine Prüfung vorbereiten

Formlose Anmeldung per E-Mail an [vhs@trier.de](mailto:vhs@trier.de)

**Kurs Nr. 202-60105**

**Samstags, 22.08. bis 19.12.,**

**8.30 - 12.30 Uhr, 14 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**

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

**kostenfrei**

**Fred Frankfurt / Claudia Barzen**

### Deutsch für Deutsche Deutsch lesen und schreiben verbessern

Auch Erwachsene mit deutscher Muttersprache können zum Teil nicht so gut lesen und schreiben, wie es im beruflichen und sonstigen Alltag eigentlich nötig ist. Manche haben lesen und schreiben nicht oder nur teilweise gelernt, manche sind aus der Übung gekommen. Wir bieten Kurse an, in denen das Lesen und Schreiben (noch einmal) gelernt und trainiert wird. In kleinen Gruppen. Mit Beratung und Betreuung für jeden Einzelnen.

*Teilnehmer/innen der Kurse erhalten bei regelmäßiger Teilnahme einen kostenlosen Nutzerpass für die Stadtbücherei am Domfreihof.*

**1. Kurs Nr. 201-60701**

**montags u. mittwochs,**

**17.08. - 16.12.2020**

**17.45 - 19.15 Uhr, 32 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b**

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

**kostenfrei**

**Hildegard Settinger-Kirchen**

**2. Kurs Nr. 201-60702**

**montags u. mittwochs,**

**17.08. - 16.12.2020**

**17.45 - 19.15 Uhr, 32 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**

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

**kostenfrei**

**Johannes Schölch-Mundorf**

### Unsere Bitte:

Viele Betroffene scheuen sich möglicherweise aus Angst vor der Öffentlichkeit, diesem Problem ins Auge zu sehen.

Wir möchten Sie deshalb bitten, auf unser Angebot aufmerksam zu machen.

Infos erhalten Sie unter Tel. 0651/718 - 1437.

Der Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich.

Alphabetisierungskurse für Migranten/innen siehe im Heftteil „Deutsch als Fremdsprache“ (Seite 65).

Die kostenfreien Alpha-Kurse werden in Rheinland-Pfalz von verschiedenen Seiten unterstützt:



# Ihre Ansprechpartner/innen in der vhs Trier



**Rudolf Fries**  
Leiter  
FB Politik & Gesellschaft  
rudolf.fries@trier.de



**Rita Brockhaus**  
Stellvertretende Leiterin  
FB Gesundheit/Sprache/  
Beruf  
rita.brockhaus@trier.de



**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**  
FB Integration/Kultur  
Grundbildung  
manuela.zeilinger@trier.de



**Heinz Schwarz**  
Verwaltungsleiter  
heinz.schwarz@trier.de



**Ulrike Esch**  
Geschäftsstelle  
ulrike.esch@trier.de



**Petra Resch**  
Geschäftsstelle  
petra.resch@trier.de



**Ute Berens**  
Geschäftsstelle  
ute.berens@trier.de



**Markus Schmitt**  
EDV  
markus.schmitt@trier.de



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



**Achim Schoßau**  
Technik/Organisation  
achim.schossau@trier.de



**Hans-Joachim Pfeiffer**  
Technik/Organisation  
hans-joachim.pfeiffer@trier.de

## Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Wochentag	Vormittag	Nachmittag
Montag	08.45 - 12.15 Uhr	
Dienstag	08.45 - 12.15 Uhr	14.30 - 16.00 Uhr
Mittwoch	08.45 - 12.15 Uhr	
Donnerstag		12.15 - 18.00 Uhr
Freitag	08.45 - 12.15 Uhr	

**In den Schulferien bitte gesonderte  
Öffnungszeiten beachten!**

**Tel: 0651 - 718 0**

# Teilnahmeinformationen & Geschäftsbedingungen

## 1. Anmeldung

Eine schriftliche Anmeldung ist unabdingbare Voraussetzung für die Kursteilnahme. Benutzen Sie hierfür unser Anmeldeformular. Sie können sich natürlich nach Auswahl Ihres Kurses auch über unserem Internetauftritt online anmelden. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Für Einzelveranstaltungen mit Abendkasse ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.

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.

## 2. Mindestteilnehmerzahl

Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn mindestens acht Personen daran teilnehmen. Auf Wunsch der Teilnehmer/innen kann ein Kurs auch mit weniger Personen durchgeführt werden, wenn die Angemeldeten mit einem anteiligen Aufpreis einverstanden sind oder wenn im Einvernehmen mit den Teilnehmer/innen, bei gleicher Gebühr, die Laufzeit verkürzt wird. Kommt es zu keiner solchen Regelung, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten.

## 3. Kurswechsel

Ein Kurswechsel ist nur nach persönlicher Rücksprache mit der Geschäftsstelle unter Vorlage der Originalanmeldebescheinigung möglich.

## 4. 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.

Sprachkurse können in Ausnahmefällen auch mit einer geringeren Teilnehmerzahl als acht Personen durchgeführt werden. Um dies zu ermöglichen, wird die Kursgebühr nach der Teilnehmerzahl gestaffelt berechnet (Staffelgebühr). Die am zweiten Unterrichtstag im Kurs festgestellte Teilnehmerzahl ist für die Festsetzung der Staffelgebühr verbindlich. Eine nachträgliche Änderung der Teilnehmerzahl hat keine Auswirkung mehr auf die Höhe der Kursgebühr. Die Kursgebührenstaffelung wird im Programm/Aushang/Internet

veröffentlicht. Barzahlung ist bei Kursen mit Staffelgebühr nicht möglich.

## 5. 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 %
- Teilnehmende mit der SolidarKarte Trier (pro Person und Kurs) 20 %

Die Ermäßigung muss bei Anmeldung beantragt werden, nachträgliche Ermäßigungen werden grundsätzlich nicht gewährt. Ermäßigungen können in Kursen, die nur unter Aufzahlung stattfinden können, nicht gewährt werden.

## 6. Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch werden nach Beendigung des Kurses Teilnahmebescheinigungen über den Kursbesuch ausgestellt, für die eine Gebühr von 2,50 EUR erhoben wird. Werden auf Wunsch des/der Teilnehmenden Bescheinigungen mit Leistungsbeschreibung ausgestellt, werden hierfür 5,- EUR Gebühr erhoben. Für Teilnahmebescheinigungen zurückliegender Semester und sonstige Bescheinigungen werden Gebühren je nach Aufwand berechnet (Mindestgebühr 10,- EUR). Die Gebühr entsteht auch bei Versand per email. Für den Versand per Brief berechnen wir den aktuellen Preis der Post (z.Zt. 0,70 EUR).

## 7. Ratenzahlungen

In begründeten Einzelfällen ist eine Ratenzahlung nach einer persönlichen Vereinbarung in der Geschäftsstelle möglich. Bitte Personalausweis oder eine Meldebestätigung mitbringen.

## 8. Abmeldung/Widerruf

Die vhs behält sich die Verlegung und die Absage von Kursen vor. Für Kurse, die nicht zustande kommen, werden die bereits entrichteten Gebühren zurückgezahlt. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Die Abmeldung/der Widerruf muss schriftlich an die vhs gerichtet werden. Bis 14 Tage nach Anmeldung ist diese/r kostenfrei. Danach werden bei Abmeldung/Widerruf vor dem Veranstaltungsbeginn Verwaltungskosten in Höhe von 6,- EUR erhoben. Bei Abmeldungen von Kochkursen am Veranstaltungstag werden zusätzlich Lebensmittelkosten berechnet. Diese werden mit einer eventuellen Rückerstattung der bereits entrichteten Kursgebühren verrechnet. Ab Veranstaltungsbeginn ist auch innerhalb der 14tägigen Abmelde-

Widerrufsfrist ein kostenfreier Rücktritt nicht mehr möglich. Ist im Programmheft ein Anmeldeschluss angegeben, gilt dieser auch als letzter Abmeldetermin.

Erfolgt die/der Abmeldung/Widerruf nach Veranstaltungsbeginn oder nach Anmeldeschluss, ist die gesamte Gebühr fällig.

Im Falle einer begründeten Ausnahme wird nach Vorlage der Originalanmeldebescheinigung und einer Bescheinigung über die Gründe (Arbeitgeber, Arzt, Meldebehörde) die anteilige Kursgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,- EUR zurückzahlt. Die Rückzahlung erfolgt unbar.

## 9. Studienreisen/Studienfahrten

Den Veranstalter der Studienreise/-fahrt entnehmen Sie bitte der Beschreibung der jeweiligen Veranstaltung im Programmheft oder den Sonderprogrammen. Der Vertragspartner ist der in der Beschreibung angegebene Reiseveranstalter. Die Auftragsbestätigung und die Rechnungsstellung erfolgt durch den jeweiligen Reiseveranstalter. Voraussetzung für die Durchführung einer Studienreise/-fahrt ist eine Mindestteilnehmerzahl. Wird diese nicht erreicht, so können die vhs oder der Veranstalter von der Durchführung zurücktreten.

Den Teilnehmenden wird empfohlen, sich gegen Unfälle, Krankheit und den Verlust von Reisegepäck zu versichern bzw. den Umfang des Versicherungsschutzes vor Fahrtantritt bei ihrer Versicherung zu erfragen. Eine Haftung der vhs oder des Veranstalters in diesem Bereich wird ausgeschlossen.

## 10. Rücktritt von Studienreisen

Der Rücktritt von der Teilnahme an einer Studienreise/-fahrt ist der vhs/dem Veranstalter schriftlich zu erklären. Erfolgt der Rücktritt vor dem im Programmheft angegebenen Anmeldeschluss, sind der vhs Verwaltungsgebühren in Höhe von 6,- EUR zu zahlen. Wenn der Rücktritt nach dem im Programmheft angegebenen Anmeldeschluss erklärt wird, gelten die Stornobedingungen des jeweiligen Reiseveranstalters. Diese entnehmen Sie bitte der Beschreibung der jeweiligen Veranstaltung im Programmheft oder den Sonderprogrammen.

## 11. 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 eine behördliche Datenschutzbeauftragte bestellt, die die Dienststellen der Stadtverwaltung bei der Sicherstellung des Datenschutzes unterstützt.

Datenschutzbeauftragte der Stadtverwaltung Trier

Am Augustinerhof, 54290 Trier, Telefon: 0651/718-0

Auf der Internetseite der Stadt Trier (<https://www.trier.de>) ist ein Kontaktformular hinterlegt, mit dem Sie auch eine Nachricht an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Trier senden können.

Für die Datenerhebung und Datenverarbeitung ist das Bildungs- und Medienzentrum der Stadt Trier - Volkshochschule, Domfreihof 1b, 54290 Trier (nachfolgend „vhs“ genannt), verantwortlich.

## 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mailadresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der 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.

Bei von Ihnen gebuchten Kursen, die die vhs.cloud nutzen, werden Ihr Name, Vorname und Ihre E-Mail-Adresse an den Deutschen Volkshochschul-Verband e. V. (DVV) übermittelt, damit Sie sich für Ihren Kurs in die vhs.cloud einloggen können. Die Datenschutzerklärung des DVV zur vhs.cloud ist auf der Internetseite [www.vhs.cloud](http://www.vhs.cloud) veröffentlicht.

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 und 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)

**Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung**



## Anmeldung (bitte in Blockbuchstaben ausfüllen)

vhs Trier  
Domfreihof 1b  
54290 Trier

Tel.: 0651-7180  
Fax: 0651-7181438  
E-Mail: vhs@trier.de



Hiermit melde ich mich verbindlich an zu

_____	_____	_____
1. Kurs-Nr.*	Kurstitel*	Kursbeginn* (Datum)
_____	_____	_____
2. Kurs-Nr.*	Kurstitel*	Kursbeginn* (Datum)
_____	_____	_____
Name*	Vorname*	
_____	_____	_____
Straße*, Hausnummer*	PLZ*	Ort*
_____	_____	_____
Telefon	E-Mail	Geburtsdatum*

Ich erkenne die Geschäftsbedingungen der vhs Trier an. Die unter „Datenschutzbestimmungen“ gemachten Ausführungen habe ich gelesen. Ebenso habe ich die Ausführungen zum Widerrufsrecht zur Kenntnis genommen und stimme diesen zu.

Hinweis: Eine schriftliche Bestätigung dieser Anmeldung erfolgt nicht. Wenn Sie nichts anderes von der vhs hören, gilt diese Anmeldung als angenommen. Im Falle einer Änderung zu der gewählten Veranstaltung (z.B. Ausfall oder Terminänderung) werden Sie benachrichtigt.

_____	_____
Datum*	Unterschrift*

## SEPA-Lastschriftmandat (bitte in Blockbuchstaben ausfüllen)

vhs Trier  
Domfreihof 1b  
54290 Trier

**Die Angabe der IBAN und BIC-Nummer ist zwingend erforderlich. Eine Rückgabe des Lastschrift-Mandats ist nur im Original, nicht als Fax oder E-Mail zulässig. Bitte beachten Sie auch, dass Abbuchungen von einem Sparkonto nicht möglich sind.**

Ich ermächtige die Stadt Trier, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtverwaltung Trier auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Ermächtigung gilt als Rahmenmandat für alle Kurse der vhs (wiederkehrende Zahlungen). Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich erkläre mich mit einer Verkürzung der 14tägigen Frist für die Vorabinformation auf bis zu 1 Tag vor Fälligkeit einverstanden.

Die Lastschriften erfolgen jeweils am 5. des Folgemonats nach Beginn des jeweiligen Kurses bzw. der Veranstaltung in Höhe der jeweiligen Kursgebühr. Fällt das Fälligkeitsdatum auf ein Wochenende oder einen Feiertag, verschiebt sich diese auf den ersten folgenden Werktag.

**Gläubiger-Identifikationsnummer: DE22ZZZ00000004811**

Dieses SEPA-Lastschriftmandat gilt für die Kurse der vhs Trier.

\_\_\_\_\_

Mandatsreferenz: (wird von der vhs ausgefüllt)

_____	_____
Name*	Vorname*
_____	_____
Straße*, Hausnummer*	PLZ* Ort*
_____	_____
Kreditinstitut*	BIC (8/11 Stellen)* IBAN*

**Jetzt anmelden**

# SO VIEL AUTO WIE ICH WILL!

**Stadtmobil-CarSharing –  
clever Auto teilen und dabei sparen.**

*Günstig · Alles inklusive  
Flexibel · Komfortabel · Einfach*

**VRT-Bonus:**  
Rabatte für alle  
VRT-Jahreskarten-  
besitzer und  
Studierende!

[www.trier.stadtmobil.de](http://www.trier.stadtmobil.de)

**stadtmobil**  
carsharing

IN KOOPERATION MIT  
**SWT**

## 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 Weltdokumentenerbe 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



Lederfutter

Goretex



luftiger Goretex-Schuh

leichter Goretex Wanderschuh



Besonders toll für schmale Füße



leicht und stabil



Schuhe zum Leben

# Berg

City Trekking ...



prima für kräftige Füße



live und in Farbe - in einer der schönsten Straßen Triers: Neustraße 58



... auch in unserem Shop: Schuhe-zum-Leben.de



ONLINE



## UNSERE LIEBLINGE

Ein deutsches Unternehmen aus den Bergen mit jahrhundertealter Tradition und Innovationskraft.

### MEINDL

Bayerische Handwerkskunst mit hohem Anspruch an Langlebigkeit und technisches Know-how. „Made in Europe“



neu



Barfußschuhe

... auch von MEINDL

wunderbar komfortabel



zweigenäht



fivetingers®



... mit optimalem Grip und toller Dämpfung



Yak Leder Sehr geschmeidiges, strapazierfähiges Narbenleder mit natürlich grober Narbung