



*# Perspektive Europa:  
miteinander voneinander lernen.*

Bild mit KI erstellt über Copilot, promptet by vhs RPK



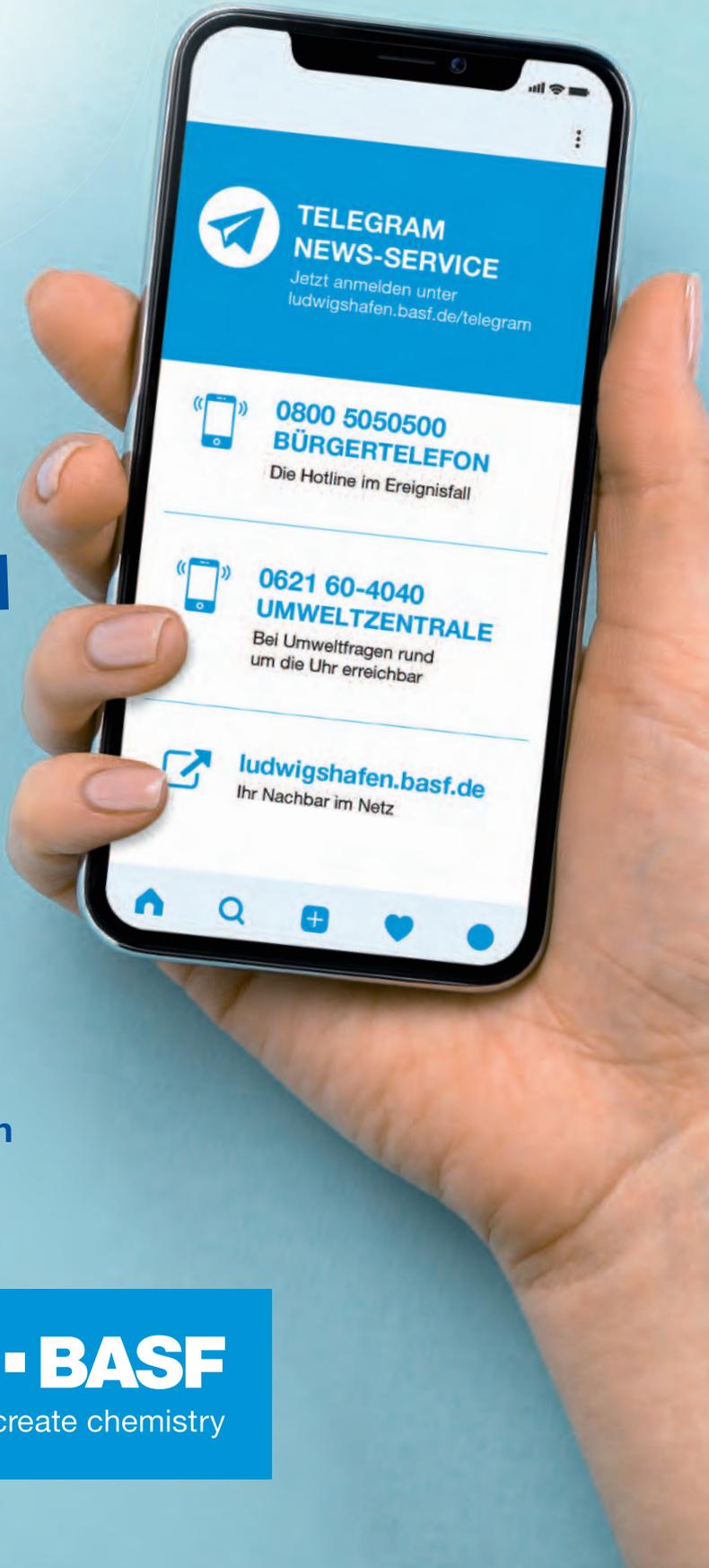
[www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

**2024** Herbst

Winter **2**

# AUF GUTE NACHBARSCHAFT!

Immer auf dem Laufenden sein, was sich rund um den Standort Ludwigshafen tut!



Folgen Sie uns auch auf unseren Social Media Kanälen



Übersicht zu aktuellen & voraussichtlichen **Fackeltätigkeiten**

## Liebe Mitbürgerinnen und liebe Mitbürger,

wenn dieses Heft erscheint, haben wir ein neu gewähltes Europäisches Parlament, das durch seine Besetzung hoffentlich dazu beiträgt, die aktuellen Herausforderungen in Europa und darüber hinaus gut zu bewältigen – entsprechend des Jahresthemas der Deutschen Volkshochschulen „**Perspektive Europa: miteinander voneinander lernen**“.

Wir bemühen uns immer um ein Titelbild, das die jeweiligen Jahresthemen angemessen visualisiert. Das jetzige Thema hat uns vor viele Herausforderungen gestellt. Die Bilderdatenbanken waren mit dem Motto überfordert. So haben wir uns entschieden, es einmal mit dem zu versuchen, was derzeit überall in den Medien besprochen wird – mit künstlicher Intelligenz (KI). Wir haben bei unserem Versuch einen spannenden Lernprozess durchgemacht. Wir haben erfahren, welche Worte zu einem brauchbaren Ergebnis führen und welche nicht: Mit dem Begriff „Europa“ entstanden schöne Bilder mit europäischen Bauwerken und – der Freiheitsstatue... Die uns verfügbare KI ignorierte die Worte „ohne“, „keine“ und „nicht“. Also mussten neue Worte her. Wir waren fasziniert von manchem Ergebnis, manchmal schockiert, weil kubistische Gesichter entstanden, Hände mit vier oder sechs Fingern oder Hände, die „aus dem Nichts“ auf dem Bild erschienen. Das vorliegende Titelbild ist ein Resultat des Eingabeprozesses, der immer wirklich einmalige Bilder erzeugt(e). Entstanden ist ein buntes Europa, das bewegt ist und viele neue Impulse aufwirbelt, die durch das Miteinander entstehen.

Wer genau hinschaut, findet auf der Karte noch kleinere Fehler: Aber die „Intelligenz“ der KI wächst derzeit rasend schnell, und es ist erschreckend, wie wir mittels KI durch echt wirkende Bilder, Videos und Texte beeinflusst werden können. Es ist bekannt, dass seit Jahren aus dem Ausland versucht wird, Wahlen nicht nur in Deutschland zu beeinflussen, sowie Stimmungen und Meinungen über Social Media zu manipulieren. Hinzu kommen die Brandstifter aus dem eigenen Land, die durch Desinformationskampagnen und Verunglimpfungen einzelner oder Gruppen Unruhe, Unsicherheit und Instabilität erzeugen (wollen). Umso wichtiger ist es, sich durch Wissen zu

wappnen und zu erfahren, wie KI funktioniert, wo Gefahren und Möglichkeiten stecken. Daher bietet die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis etliche Vorträge zur KI an wie Einführungsveranstaltungen in die „Künstliche Intelligenz“ ab dem 31.08.24 in Schifferstadt, Mutterstadt und Bobenheim-Roxheim sowie einen Vortrag zur Frage „Wie gut können Computer denken?“ Hinzu kommen mehrere Online-Vorträge der Reihe vhs.wissen live ab dem 17.10.24 mit den Themen „Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen“, „KI im Unternehmen - wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?“ oder „Der elektronische Spiegel: Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz“.



Manfred Gräf

Wenn das Programmheft erscheint, findet die Fußball-Europameisterschaft statt. Hier kommen Teams aus verschiedenen Ländern zusammen, um miteinander zu spielen, aber auch voneinander z.B. Spieltechniken zu lernen. Vielleicht bleiben ein paar Worte einer anderen Sprache hängen und machen Lust auf mehr Austausch oder gar auf Sprachenlernen bei der vhs. Wer offen ist für neue Impulse, kann viel von anderen profitieren. Denn nur durch Verständnis und Zusammenarbeit können wir die Vielfalt Europas schätzen und gemeinsam an einer besseren Zukunft arbeiten.

Ich wünsche Ihnen viel Inspiration bei der Durchsicht des neuen Semesterprogramms und gute neue Erkenntnisse beim gemeinsamen Lernen in unseren Kursen.

Manfred Gräf  
Kreisbeigeordneter

## Impressum

Programm: Juli bis Dezember 2024  
Anmeldung: Schriftlich bei den Außenstellen (s. Seite 4) oder online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)  
Herausgeber: Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis  
Geschäftsstelle: Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen  
Telefon: 0621 5909 3500  
Telefax: 0621 5909 6480  
E-Mail: [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de)  
[www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)  
Leitung: Dr. Juliane Kerzel-Kohn  
Geschäftsführung: Marlena Keller  
Satz & Layout: Mediengestaltung Anja Klein, Westheim  
Druck: Bonifatius GmbH



Programme sind kostenlos im Kreishaus, in den Gemeindeverwaltungen im Rhein-Pfalz-Kreis, in der Stadtverwaltung und im Bildungszentrum Schifferstadt, den öffentlichen Büchereien und Buchhandlungen im Kreis und in den Städten Ludwigshafen, Frankenthal, Speyer erhältlich.

Interessierten außerhalb der genannten Städte und Gemeinden schicken wir ein Programm auf Anfrage zu.

Außerdem können Firmen die benötigte Anzahl von Programmen bei der Geschäftsstelle anfordern.

Beachten Sie bitte unsere Infobroschüren zu Lehrgängen der beruflichen Aus- und Weiterbildung 2024.

Das Zukunftsprogramm der Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz – die vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist dabei!



### Dieses Pogram wurde klimaneutral gedruckt.

Der Schutz des Klimas ist uns ein wichtiges Anliegen. Deshalb wurden alle CO2-Emissionen, die beim Druck dieses Programmes und im Zusammenhang mit den vor- und nachgelagerten Arbeiten entstanden sind (z. B. Papier, Farbe, Energiebedarf) berechnet und durch zusätzliche Klimaschutzmaßnahmen ausgeglichen.

Wir drucken unsere Programme ausschließlich auf Papier mit dem FSC® (Forest Stewardship Council®) - Zertifikat.

Das FSC®-Zertifikat bestätigt, dass das Papier, auf dem dieses Programm gedruckt ist, Fasern aus korrekt organisiertem und kontrolliertem Anbau enthält. Es ist und bleibt unser Ziel, die Zerstörung von natürlichen Lebensräumen, die Wasserverschmutzung und die Umsiedlung von Naturvölkern zu vermeiden.



MIX

Papier aus verantwortungsvollen Quellen

FSC® C011558

## Selbstverständnis und Auftrag

Wir sind die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis, eine Bildungseinrichtung für alle Menschen. Zu uns gehören die örtlichen Volkshochschulen Altrip, Bobenheim-Roxheim, Böhl-Iggelheim, Dannstadt-Schauernheim, Dudenhofen, Lamsheim-Heßheim, Limburgerhof, Maxdorf, Mutterstadt, Neuhofen, Römerberg, Schifferstadt und Waldsee/Otterstadt.

Wir handeln im Sinne des Weiterbildungsgesetzes des Landes Rheinland-Pfalz. Im Rahmen unseres Bildungsauftrags ermöglichen wir ein vielfältiges, bedarfsgerechtes, qualitativ hochwertiges, wohnortnahes Angebot für die persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Bedürfnisse.

Wir tragen dazu bei, Wissen zu erwerben und Kenntnisse zu vertiefen oder zu erweitern. Unsere Aufgabe sehen wir auch darin, Bildungsinteresse zu wecken und möglichst viele Menschen an Weiterbildung heranzuführen.

## Werte und Ziele

Wir orientieren uns in unserer Arbeit am Gemeinwohl, frei von parteilichen, politischen oder religiösen Interessen und fühlen uns den demokratischen Werten verpflichtet. Toleranz, Achtung der Meinungsvielfalt, Integration und Chancengleichheit sind uns wichtig.

Wir gestalten ein konstantes Bildungsangebot und halten dies stets zeitgemäß und bedarfsgerecht.

Wir unterstützen den Wunsch der Menschen nach Sozialkontakten, Gemeinsamkeit, sinnvoller Beschäftigung, Erfolg, Freude, Genuss, erfüllter Lebensgestaltung und Aktivierung der eigenen geistigen, seelischen und körperlichen Potentiale.

Wir sehen uns als transparente, regional und überregional vernetzte und lernende Organisation.

Unsere Arbeitsweise ist von Flexibilität, guter Kommunikation und von wertschätzendem Auftreten bestimmt. Für unser gesamtes Handeln definieren wir Qualitätsstandards und achten auf deren Einhaltung und Weiterentwicklung. Die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden ist uns besonders wichtig. Wir reflektieren unsere Angebote ständig auf Verbesserungsmöglichkeiten. Die Nutzung innovativer Methoden ist uns ebenso selbstverständlich wie der Einsatz vielfältiger Lernmöglichkeiten, wie sie uns u.a. Digitalisierung und Medien eröffnen.

Wir möchten in der Öffentlichkeit als zentrales Forum für Weiterbildung wahrgenommen werden, indem wir attraktive und praxisorientierte Veranstaltungen anbieten.

## Teilnehmende und Kund\*innen

Wir wenden uns an alle Bildungsinteressierten - unabhängig von Alter, Geschlecht und Nationalität. Vielen Zielgruppen bieten wir speziell zugeschnittene Angebote an.

Als bedeutender regionaler Bildungsträger kooperieren wir mit Partnern aus unterschiedlichen Bereichen z. B. Vereinen, Kirchengemeinden, Verbänden, öffentlichen Einrichtungen, Organisationen und Unternehmen.

## Fähigkeiten und Leistungen

Qualifizierte und engagierte Mitarbeiter\*innen in der Geschäftsstelle und in den Außenstellen sichern die Voraussetzungen für gelungenes Lernen.

Die Kursleitungen tragen wesentlich zur pädagogischen Qualität innerhalb der Volkshochschule bei.

Neben der Vermittlung von Wissen gewährleisten wir eine fachlich qualifizierte pädagogische Begleitung und Beratung.

## Ressourcen

Als Bildungsträger in kommunaler Trägerschaft des Rhein-Pfalz-Kreises arbeiten wir effektiv durch zentrale Planung der einzelnen Angebote mit Unterstützung der Gemeinden.

Die zur Verfügung stehenden finanziellen, personellen und materiellen Ressourcen setzen wir nachhaltig und effizient ein. Die Förderungen durch das Land, den Kreis und die Kommunen ermöglichen bürgerfreundliche Gebühren.

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist Mitglied im Landesverband der Volkshochschulen und eingebunden in den Deutschen Volkshochschulverband. Damit gehören wir zu einer bundesweiten Dachmarke, die uns ein anerkanntes Qualitätsniveau sichert. So haben wir beispielsweise Zugriff auf fachliche Weiterbildungsmöglichkeiten, überregionale Projekte und kollegialen Austausch.

## Unser Verständnis von – gelungenem – Lernen

Das „Lernen“ begleitet uns von Geburt an. Seither nehmen wir ständig Informationen auf und setzen uns damit auseinander - bewusst und unbewusst. Wir verknüpfen Informationen und Eindrücke mit vorhandenem Wissen und Erfahrungen. Aus diesen Prozessen resultieren neues Wissen, veränderte Denkmuster und Einschätzungen, die schließlich das eigene Handeln beeinflussen. Das Gelernte drückt sich z.B. darin aus, wie eine Arbeitsaufgabe gelöst wird oder im Alltag Aufgaben bewältigt werden.

Lernen ist für uns folglich ein ganzheitlicher, lebenslanger und individueller Prozess. Er ist wesentlich für die gesellschaftliche Teilhabe. Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer kommen mit unterschiedlichen Lernbedürfnissen und Lernvoraussetzungen zu uns. Unsere Angebote verfolgen daher auch unterschiedliche Lernziele.

Der „Lernerfolg“ lässt sich demnach vor allem individuell definieren - von der eigenen Zufriedenheit mit dem Erlernten bis hin zu einem nachweislich zertifizierten Lernerfolg (Abschlusszeugnis/Prüfung).

Darauf basierend bedeutet „gelungenes Lernen“ für uns als Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis der Erwerb oder Zuwachs von Wissen, Fertigkeiten und Kompetenzen zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit, Handlungskompetenzen zur Mitwirkung in der Gesellschaft und/oder Verbesserung beruflicher Chancen.

Wir wissen, dass „Lernen“ je nach Lerntyp und Inhalten eine Herausforderung sein kann. Daher möchten wir für die individuellen Lernprozesse die bestmögliche Unterstützung bieten, indem wir angemessene Lernsituationen schaffen und gleichermaßen eine adäquate Methodik und inhaltliche Vielfalt berücksichtigen. Dazu gehört, dass Lernatmosphäre und Lernumgebung als angenehm wahrgenommen werden, sowie das Lernumfeld von Toleranz und Respekt geprägt ist. Gelungenes Lernen hat für uns eine wichtige soziale Komponente, die sich in der Freude am miteinander Lernen, am gemeinsamen Lernziel und an der Motivation zum Weiterlernen mit Neugier und Zuversicht manifestiert.

Entscheidend für das gelungene Lernen sind letztlich die Erfüllung der Erwartungen der Teilnehmenden, das Erreichen des Kurszieles, die individuelle Kundenzufriedenheit sowie der Einfluss des vermittelten Wissens auf eine positive und aktive Lebensgestaltung der Teilnehmenden.

## Beratung

### Ihre Ansprechpartnerinnen sind:

#### Jugendkunstschule

Dr. Juliane Kerzel-Kohn | Tel. 0621 5909 3511 | dr.juliane.kerzel-kohn@rheinpfalzkreis.de

#### Kultur und Gestalten | Gesundheit und Ernährung

Katharina Müller | Tel. 06235 6021 | katharina.mueller@rheinpfalzkreis.de

#### Sprachförderung Deutsch | Grundbildung

Volha Baschnagel | Tel. 0621 5909 3490 | volha.baschnagel@rheinpfalzkreis.de | Kreishaus, Zimmer B349 | Beratung nach Terminvereinbarung

#### Fremdsprachen

Sabine Weber | Tel. 0621 5909 3470 | sabine.weber@rheinpfalzkreis.de | Montag bis Donnerstag, jeweils vormittags

#### Gesellschaft und Umwelt | Schulabschlüsse | Beruf und Qualifizierung

Tina Müller | Tel. 06235 6022 | tina.mueller@rheinpfalzkreis.de

#### EDV und Medienkompetenz

Sibylle Rösner | Tel. 06235 9573 345 | sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de | Dienstag bis Donnerstag



Volkshochschule  
Rhein-Pfalz-Kreis

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
bietet Ihnen Beratung durch  
qualifizierte Mitarbeiterinnen  
und Mitarbeiter. Sprechen Sie  
uns an, wenn Sie Fragen haben.

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Gesellschaft und Umwelt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15. Europäisches Filmfestival der Generationen ..... 10</li> <li>Recherche &amp; Information ..... 10</li> <li>Geschichte &amp; Zeitgeschehen ..... 10</li> <li>vhs.wissen live – das digitale Wissenschaftsprogramm ..... 12</li> <li>vhs-Ratgeber ..... 16</li> <li>Umweltbewusst leben &amp; Verbraucherfragen ..... 17</li> <li>Erziehung &amp; Familie ..... 22</li> <li>Persönlichkeitsbildung &amp; Psychologie ..... 23</li> <li>Region entdecken - Deutschland, Europa und ferne Länder ..... 24</li> <li>Mensch &amp; Tier ..... 26</li> </ul>	<b>9-26</b>	 <b>1</b>
<b>2</b>	<b>Kultur und Gestalten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Musik (Theorie) ..... 28</li> <li>Bildung mit Biss ..... 28</li> <li>Literatur (Theorie und Praxis) ..... 29</li> <li>Kultur ..... 29</li> <li>Theaterpraxis/Kleinkunst ..... 30</li> <li>Malen / Zeichnen / Drucktechniken ..... 30</li> <li>Plastisches Gestalten / Schmuck ..... 34</li> <li>Textiles Gestalten ..... 34</li> <li>Plastisches Gestalten / Ton ..... 36</li> <li>Handwerk / Kunsthandwerk ..... 38</li> <li>Fotografieren/Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis ..... 39</li> <li>Musik ..... 40</li> <li>Jugendkunstschule ..... 41</li> </ul>	<b>27-42</b>	 <b>2</b>
<b>3</b>	<b>Gesundheit und Ernährung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheitsvorträge ..... 44</li> <li>Entspannung ..... 45</li> <li>Bewegung ..... 51</li> <li>Bewegung für Seniorinnen und Senioren ..... 54</li> <li>Tanz ..... 55</li> <li>Bewegung im Wasser ..... 55</li> <li>Ernährung/Küchen-Wissen ..... 58</li> <li>Trinkgenuss ..... 60</li> </ul>	<b>43-62</b>	 <b>3</b>
<b>4</b>	<b>Sprachen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sprache und Film ..... 66</li> <li>Englisch ..... 66</li> <li>Sprache und Spielen ..... 69</li> <li>Sprache und Kochen ..... 70</li> <li>Buch-Clubs ..... 70</li> <li>Improtheater auf Englisch ..... 71</li> <li>Französisch ..... 72</li> <li>Italienisch ..... 74</li> <li>Spanisch ..... 77</li> <li>Sprachen der Welt ..... 80</li> <li>Deutsch als Zweitsprache ..... 82</li> <li>Integration ..... 83</li> </ul>	<b>63-84</b>	 <b>4</b>
<b>5</b>	<b>Beruf und Qualifizierung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kommunikation   Persönlichkeitsentwicklung   Arbeitstechniken ..... 86</li> <li>Rechnungswesen ..... 89</li> <li>EDV für den Beruf ..... 90</li> <li>Qualifizierung und Fortbildung Kindertagespflege ..... 91</li> <li>Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten ..... 93</li> <li>Branchenspezifische Fachlehrgänge und Fortbildungen (Pädagogik und Hauswirtschaft) ..... 97</li> <li><b>Weiterbildung für Betriebe</b> ..... 98</li> </ul>	<b>85-98</b>	 <b>5</b>
<b>6 / 7</b>	<b>Grundbildung und Schulabschlüsse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lesen und Schreiben ..... 100</li> <li>Lernen mit Spaß für Schüler*innen ..... 102</li> </ul>	<b>99-102</b>	 <b>6/7</b>
<b>8</b>	<b>EDV und Medien</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PC-Grundlagenkurse ..... 104</li> <li>MS Office (Word, Excel, Outlook, PowerPoint) ..... 104</li> <li>Android Smartphone und Tablet ..... 106</li> <li>PC Sprechstunde und PC-Treffs ..... 106</li> <li>Internet und Multimedia ..... 108</li> <li>Kreativ am PC ..... 110</li> </ul>	<b>103-112</b>	 <b>8</b>
<b>9</b>	<b>Sonderprogramme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Junge vhs</b></li> <li>TalentCAMPus ..... 114</li> <li>In der Gesellschaft leben ..... 114</li> <li>Sprachen lernen mit Spaß ..... 115</li> <li>Lernen mit Spaß ..... 115</li> <li><b>Jugendkunstschule des Rhein-Pfalz-Kreises</b></li> <li>Fantasievoll Gestalten mit LEGO ..... 116</li> <li>Malen/Zeichnen/Drucktechnik ..... 116</li> <li>Plastisches Gestalten/Schmuck ..... 117</li> <li>Textiles Gestalten ..... 118</li> <li>Handwerk / Kunsthandwerk ..... 118</li> <li><b>Studienreisen / Tagesfahrten / Exkursionen</b> ..... 119</li> </ul>	<b>113-118</b>	 <b>9</b>
<b>Allgemeine Informationen / Anmeldeformular</b>		..... 1-10 und 119-130		

# Anmeldung

Melden Sie sich bei der Außenstelle an,  
in der die Veranstaltung stattfindet.

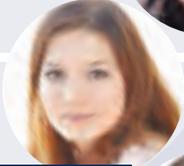


Elke Rohn

Elke Rohn

**67240 Bobenheim-Roxheim**  
Rathausplatz 1  
E-Mail: [elke.rohn@bobenheim-roxheim.de](mailto:elke.rohn@bobenheim-roxheim.de)

Tel. 06239 939 1115  
Fax 06239 939 258



Patricia Ihlenfeldt

Patricia Ihlenfeldt

**67459 Böhl-Iggelheim**  
Am Schwarzweiher 7  
E-Mail: [patricia.ihlenfeldt@boehl-iggelheim.de](mailto:patricia.ihlenfeldt@boehl-iggelheim.de)

Tel. 06324 963 217  
Fax 06324 963 170



Uwe Schmelz

Uwe Schmelz  
Carmen Argus

**Verbandsgemeinde Dannstadt-Schauernheim | 67125 Dannstadt-Schauernheim**  
Dannstadt-Schauernheim, Hochdorf-Assenheim  
Rödersheim-Gronau  
Am Rathausplatz 1  
E-Mail: [kvhs-dannstadt-schauernheim@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-dannstadt-schauernheim@vhs-rpk.de)

Tel. 06231 401 148 (Schmelz)  
Tel. 06231 401 147 (Argus)  
Fax 06231 401 115



Carmen Argus



Sabrina Ott

Sabrina Ott

**Verbandsgemeinde Lamsheim-Heßheim | 67258 Heßheim**  
Heßheim, Klein- und Großniedesheim,  
Beindersheim, Heuchelheim  
Hauptstraße 14  
E-Mail: [s.ott@lamsheim-hessheim.de](mailto:s.ott@lamsheim-hessheim.de)

Tel. 06233 3791 323



Monique Curca

Monique Curca

**67117 Limburgerhof**  
Burgunderplatz 2  
E-Mail: [curca@limburgerhof.de](mailto:curca@limburgerhof.de)

Tel. 06236 691 166  
Fax 06236 691 170



Grit Uhlemann-Bohn

Grit  
Uhlemann-Bohn

**Verbandsgemeinde Maxdorf | 67133 Maxdorf**  
Maxdorf, Birkenheide, Fußgönheim  
Hauptstraße 79  
E-Mail: [vhs@vg-maxdorf.de](mailto:vhs@vg-maxdorf.de)

Tel. 06237 401 140  
Fax 06237 401 222



Ramona Grätz

Ramona Grätz

**67112 Mutterstadt**  
Oggersheimer Straße 10  
E-Mail: [ramona.graetz@mutterstadt.de](mailto:ramona.graetz@mutterstadt.de)

Tel. 06234 9464 64 (vormittags)  
(Do. 14.30-18.00 Uhr)  
Fax 06234 9464 764



Brigitte Domke

Brigitte Domke  
Fabienne Lorenz  
Simone Schmitt

**Verbandsgemeinde Rheinauen | 67165 Waldsee**  
Altrip, Neuhofen, Otterstadt, Waldsee  
Ludwigstraße 99  
E-Mail: [kvhs-rheinauen@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-rheinauen@vhs-rpk.de)

Tel. 06236 4182 103 (Domke), Waldsee, Altrip  
Tel. 06236 4182 101 (Lorenz, Schmitt), Neuhofen  
Fax 06236 4182 999



Fabienne Lorenz



Jasmin Münzer

Jasmin Münzer

**Verbandsgemeinde Römerberg-Dudenhofen | 67354 Römerberg - Dudenhofen**  
Berghausen, Dudenhofen, Hanhofen, Harthausen,  
Heiligenstein, Mechttersheim, Römerberg  
Konrad-Adenauer-Platz 6, 67373 Dudenhofen  
E-Mail: [vhs@vgrd.de](mailto:vhs@vgrd.de)

Tel. 06232 656 142  
Fax 06232 656 201



Alexander Christ



Katrin Fischer

Alexander Christ  
Katrin Fischer

**67105 Schifferstadt**  
Am Marktplatz 2  
E-Mail: [kvhs-schifferstadt@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-schifferstadt@vhs-rpk.de)

Tel. 06235 44 593 (vormittags)  
Fax 06235 44 195

# Informieren | Anmelden | Teilnehmen

## Termine

Die Termine können Sie der Ausschreibung entnehmen. Im Internet finden Sie immer die aktuellen Daten. Änderungen bzgl. des Beginns werden Ihnen bei der Anmeldung per Mail oder telefonisch mitgeteilt. Evtl. ausfallende einzelne Termine werden möglichst nachgeholt. Dadurch kann sich das Veranstaltungsende verschieben.

## Fragen zu bestimmten Angeboten/Beratung

Wenn Sie Fragen zu bestimmten Veranstaltungen haben, beraten wir Sie gern. Die Telefonnummern der zuständigen Mitarbeiter\*innen finden Sie im Heft auf Seite 121.

## Dozentinnen und Dozenten

In unseren Kursen unterrichten durch Aus- und Weiterbildung und z. T. langjährige Erfahrung qualifizierte Dozentinnen und Dozenten. Bei Interesse können Sie die Qualifikation bei der zuständigen Fachbereichsleitung erfragen. Alle unsere Dozentinnen und Dozenten haben die Möglichkeit, am umfangreichen Fortbildungsangebot des Landesverbandes der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz teilzunehmen.

## Unterrichtsorte

Der Unterricht der vhs Rhein-Pfalz-Kreis findet in den örtlichen Volkshochschulen statt.

## Anmeldung

Online ist eine Anmeldung unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) möglich. Sie können sich zudem mit unserem Anmeldeformular persönlich, schriftlich per Post, per Fax oder E-Mail bei der örtlichen Volkshochschule (Seite 4) anmelden. Eine telefonische Anmeldung ist nur für Veranstaltungen mit einer Gebühr unter 10,00 € möglich. Unsere Datenschutzbestimmungen finden Sie auf Seite 120. Ab einer Gebühr von 10,00 € erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung.

## Zusage | Absage

Sie erhalten grundsätzlich keine weitere Zusage, dass ein Kurs stattfindet. Nur bei einem Kursausfall oder wenn sich Änderungen ergeben, würden Sie rechtzeitig informiert. **Wenn Sie keine Absage erhalten, gehen Sie immer davon aus, dass die Veranstaltung wie geplant durchgeführt wird.**

## Der Kurs ist ausgebucht

Fragen Sie nach Alternativangeboten oder lassen Sie sich auf die Warteliste setzen! Wenn es organisatorisch möglich ist, richten wir Zusatzkurse ein.

## Später Einstieg

Der Kurs hat schon begonnen und Sie möchten trotzdem noch "einsteigen"? Das ist möglich. Sonderkonditionen können aber nicht gewährt werden.

## Rücktritt

Ein Rücktritt ist bis zu 5 Tage vor dem Kurstermin kostenfrei möglich. Für eine Abmeldung danach bis zu einem Arbeitstag (Montag bis Freitag außer Feiertag) 11:00 Uhr vor dem Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu zahlen, ggf. zzgl. Materialkosten und Umlagen. Danach ist im Falle eines Rücktritts die volle Kursgebühr zu zahlen. Der Rücktritt erfordert die Textform (E-Mail, Fax, Brief).

Für besonders gekennzeichnete Angebote und Studienreisen sowie bei Fortbildungen für Erzieher\*innen und Angeboten der beruflichen Bildung gelten gesonderte Regelungen und Fristen. **Bitte beachten Sie, dass eine Abmeldung bei der Kursleitung grundsätzlich nicht möglich ist.**

## Gutscheine

Gerne stellen wir Ihnen Gutscheine für unsere Angebote aus. Setzen Sie sich bitte mit der örtlichen Volkshochschule in Verbindung.



## Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch stellt Ihnen die örtliche Volkshochschule gegen eine Gebühr von 4,00 € eine Teilnahmebescheinigung aus.

## Hausordnung

Die Hausordnung der einzelnen Unterrichtsstätten ist für alle Teilnehmer\*innen bindend. In den Schulräumen besteht ein generelles Rauchverbot. Halten Sie die Unterrichtsräume bitte sauber!

## Haftung

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen und sonstigen Unregelmäßigkeiten.

## Anregungen oder Beschwerden

Wenn Sie Anregungen oder Beschwerden haben, wenden Sie sich bitte an uns: Telefon 0621 5909-3500.

## Mindestteilnahmezahl | Zahlweise

Bei etlichen Angeboten finden Sie **gestaffelte Gebührenangebote**: Die Standardgebühr gilt in der Regel ab 8 Teilnehmenden. Sie ist relativ niedrig, weil die vhs ab dieser Gruppengröße einen Landeszuschuss erhält. Weitere Gebühren werden für 6 bis 7 Teilnehmende und manchmal für 4 bis 5 Personen erhoben. Die Gebührenhöhe richtet sich nach der Zahl der Anmeldungen beim ersten Veranstaltungstermin.

**Die Abbuchung der Kursgebühr bzw. der Versand der Gebührenbescheide erfolgt frühestens ab dem 10. Werktag nach dem ersten Veranstaltungstermin.** Für Veranstaltungen über mehrere Semester, insbesondere im Bereich der schulischen und beruflichen Weiterbildung sowie für Studienreisen und Freiluftangebote kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden.

Wir weisen darauf hin, dass Sie mit Ihrem Einverständnis zum Lastschriftinzug der Kreisverwaltung Rhein-Pfalz-Kreis ein **SEPA-Basis-Lastschriftmandat** entsprechend den für den europäischen Zahlungsverkehrsraum geltenden Regeln erteilen.

**Sie ermächtigen damit die Kreiskasse als Zahlungsempfänger, Zahlungen von Ihrem Konto mittels Lastschrift einzuziehen und weisen gleichzeitig Ihr Kreditinstitut an, die von der Kreiskasse von Ihrem Konto eingezogenen Lastschriften einzulösen.**

**Widerspruchsrecht:** Das Lastschriftmandat ist jederzeit widerrufbar. Darüber hinaus haben Sie das Recht, jedem Lastschriftinzug innerhalb von 8 Wochen ab dem Zeitpunkt der Belastungsbuchung zu widersprechen und die Erstattung des belasteten Betrages zu verlangen.

**Bei Fragen zur Zahlungsweise wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter\*innen der Geschäftsstelle (Seite 121).**



Volkshochschule  
Rhein-Pfalz-Kreis

Tag/Datum	Uhrzeit	Kurztitel	Ort	Referent*in	Gebühr	Nummer
<b>Juli</b>						
Do 11.07.24	18:30	Mit Hochsensibilität achtsam leben	Online	Daniela Heil	12,00	I106001Z01
<b>August</b>						
Mi 28.08.24	17:00	Diagnose Demenz - was tun?	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 2	Anette Krumhaar	0,00	I103109S02
Sa 31.08.24	10:00	Künstliche Intelligenz - Eine Einführung	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 5	Yvonne Klemmer	0,00	I803052S01
<b>September</b>						
Mo 02.09.24	19:00	Ernährungsberatung für Pferde: Überraschendes Basiswissen	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20	Monika Hoffmann	12,00	I110201W01
Fr 06.09.24	15:00	Künstliche Intelligenz - Eine Einführung	Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff u.d. Arkaden	Yvonne Klemmer	0,00	I803052B01
Di 10.09.24	18:00	Immobilienverkauf privat - was sollte aktuell unbedingt beachtet werden?	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus	Markus Popp	5,00	I103001K01
Di 10.09.24	19:00	Wirbelsäulenerkrankungen - Ursachen und Behandlungsmethoden	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus	Johannes Stöve	0,00	I304221C03
Mi 11.09.24	19:00	Ernährungsberatung für Pferde: Überraschendes Basiswissen	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus	Monika Hoffmann	12,00	I110201B01
Di 17.09.24	18:30	Wahre Kriminalfälle - Enthüllt und analysiert von Andreas Stenger	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus, Mensa	Andreas Stenger	0,00	I100080C01
Di 17.09.24	19:00	Europas bestbehütetes Geheimnis: Minderheiten und Regionalsprachen	Online	Nele Feuring	0,00	I102007Z01
Mi 18.09.24	19:00	Flächeninanspruchnahmen in RLP und die Situation im Rhein-Pfalz-Kreis	Limburgerhof, Rathaus oder online	Dr. Rolf Götz, Natascha Steinbacher	0,00	I104450KP1 I104450KO1
Do 19.09.24	18:30	Klimawandel 1 - Folgen von Klimawandel, Fluten und Trockenheit	Hanhofen, Kulturscheune	Dr. Anton Safer	0,00	I104420E01
Fr 20.09.24	18:30	Hochsensible Kinder begleiten	Online	Daniela Heil	12,00	I105019Z01
Fr 20.09.24	15:00	Künstliche Intelligenz - Eine Einführung	Mutterstadt, Seniorentreff	Yvonne Klemmer	0,00	I803052M01
So 22.09.24	17:00	Sex & Crime in der Oper und andere Trivialitäten (Puccini zum 100. Todestag)	Schifferstadt, Salischer Hof	Anja Pohsner	59,00	I200108S04
Mo 23.09.24	19:30	Deals mit Diktaturen: Eine andere Geschichte der Bundesrepublik	Online	Prof. Dr. Frank Bösch	0,00	I102109Z01
Di 24.09.24	19:00	Arthrose Hüfte-Knie-Schulter	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 2	Johannes Stöve	0,00	I304221S02
Mi 25.09.24	19:30	Stonehenge: Archäologie, Geschichte, Mythos	Online	Prof. Dr. Bernhard Maier	0,00	I101508Z01
Mi 25.09.24	19:00	Die Metropolregion Rhein-Neckar	Schifferstadt, Stadtbücherei	Ulrich Leist	5,00	I109414S01
Do 26.09.24	18:30	Klimawandel 2 - Der Treibhauseffekt, seine Verstärkung und erkennbare Folgen	Harthausen, Historischer Tabakschuppen	Dr. Harald Schwentker	0,00	I104421E01
Do 26.09.24	19:00	"ANDERS ESSEN - das Experiment" - Filmvorführung mit anschließendem Austausch"	Mutterstadt, Seniorentreff		0,00	I104460M01
Fr 27.09.24	20:00	Die 7 Fallen in der Erziehung - und wie man sie vermeidet	Online	Ulrike Strubel	15,00	I105004Z01
Fr 27.09.24	19:00	Stoffwindel-Infoabend	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 2	Cornelia Solisch	10,00	I105050S01
<b>Oktober</b>						
Di 01.10.24	19:30	Wie die Energiewende gelingen kann, ohne den Industriestandort Deutschland zu gefährden	Online	Prof. Dr. Dr. Christoph M. Schmidt	0,00	I104505Z01
Di 01.10.24	19:00	Namenschwestern in der Oper - (Puccini und Busoni zum 100. T(Kultursummer 2024))	Waldsee, Kath. Pfarrzentrum	Anja Pohsner	5,00	I200107W04
Mi 02.10.24	18:30	Schenken und vererben	Neuhofen, Sitzungszimmer über d. VfL-Gaststätte	Ulrike Sauerstein	0,00	I103025N02
Mo 07.10.24	18:30	Wie kommt die Sonne in Tank und Heizung?	Online	Elisabeth Foit	0,00	I104200Z01
Mo 07.10.24	19:00	Burgunder Spitzen	Limburgerhof, Gemeindebücherei: Raum 1. OG	Ulrich Leist	5,00	I109412K01
Di 08.10.24	18:30	Welche Heizung passt zu mir?	Online	Harms Geißler	0,00	I104201Z01
Di 08.10.24	19:30	Medizinethik - Ethische Fragen in Krankenhaus, Forschung und Politik	Online	Prof. Dr. Alena Buyx	0,00	I108050Z01
Mi 09.10.24	18:30	Europäische Öffentlichkeit und demokratische Kommunikation	Online	Prof. Dr. Hélène Miard-Delacroix	0,00	I102101Z01
Mi 09.10.24	18:30	Mobilität der Zukunft	Online	Prof. Dr. Maximilian Fichtner	0,00	I104202Z01
Mi 09.10.24	18:30	Klimawandel 3 - Wie wird sich das Klima entwickeln?	Dudenhofen, Festhalle	Dr. Harald Schwentker	0,00	I104422E01
Mi 09.10.24	19:00	Die Pfalz in der Kunst und der Literatur	Historisches Rathaus, Assenheim	Michael Landgraf	0,00	I202101D02
Mi 09.10.24	19:30	Jütland - ein Stück Dänemark zwischen Nordsee u. Ostsee	Waldsee, Altes Rathaus	Ulrich Leist	5,00	I109410W01
Do 10.10.24	18:30	China, Indien - und wir?	Limburgerhof, Rathaus	Prof. Dr. Manuel Vermeer	5,00	I102020K01
Do 10.10.24	18:00	Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und das Ehegattenvertretungsrecht	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus, Mensa	Julia Recherlik	0,00	I103101C02
Do 10.10.24	18:30	Grün statt Grau - Dach, Fassade und Balkon klimagerecht begrünen	Online	Bettina Niestrath	0,00	I104203Z01
Do 10.10.24	18:30	Kinder im Autismus-Spektrum	Online	Daniela Heil	12,00	I105020Z02
Fr 11.10.24	17:30	Tod in Venedig (Vortrag mit venezianischem Menü)	Mutterstadt, Speyerer Straße 97	Anja Pohsner	45,00	I200111M02
So 13.10.24	19:30	Israel ein Jahr nach dem Terrorangriff der Hamas	Online	Richard C. Schneider	0,00	I102110Z01
Di 15.10.24	19:00	Europäische Identitäten - Wer oder was bin ich eigentlich?	Online	Christopher Cohrs	0,00	I102008Z01
Do 17.10.24	19:30	Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen	Online	Prof. Dr. Jochen Schiller	0,00	I110502Z01
Do 17.10.24	18:30	Tinnitus - Umgang mit Ohrgeräuschen	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 2	Jürgen Gläßgen	5,00	I300232S01

Tag/Datum	Uhrzeit	Kurztitel	Ort	Referent/in	Gebühr	Nummer
Fr 18.10.24	19:00	Oben Energie, darunter die Lebensmittel: Agri-PV nutzt Fläche multifunktional	Limburgerhof, Rathaus oder online	Dr. Christian Sponagel	0,00	I104451KP1 I104451KO1
Di 22.10.24	18:00	Künstliche Intelligenz - Wie gut können Computer denken?	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 5	Oliver Hummel	12,00	I803052S02
Mi 23.10.24	19:00	Vor unserer Haustür: der Naturpark Nordvogesen	Altrip, Max-Schule, Saal 3	Ulrich Leist	5,00	I109413A01
Mo 28.10.24	19:30	Der Aufstieg Chinas	Online	Prof. Dr. Klaus Mühlhahn	0,00	I102111Z01
Mo 28.10.24	18:30	Die Garcias - eine musikalische Dynastie (Kultursommer 2024)	Waldsee, Kath. Pfarrzentrum	Anja Pohsner	5,00	I200107W03
Di 29.10.24	18:00	Immobilienverkauf privat - was sollte aktuell unbedingt beachtet werden?	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum	Markus Popp	5,00	I103001S01
Di 29.10.24	18:30	Wassersparend und klimafreundlich: Der (Vor-)Garten als Schwamm	Online	Elke Blänsdorf	0,00	I104210Z01
Mi 30.10.24	18:00	Energieeinsparung und Energieversorgung in Bestandsgebäuden	Römerberg, Zehnhaus	Dr. Thomas Hauff	0,00	I104405R01
Mi 30.10.24	19:00	Ernährungsberatung für Pferde: Mein Pferd, das Moppelchen - gesund abnehmen	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus	Monika Hoffmann	15,00	I110203B01

## November

So 03.11.24	19:30	Der elektronische Spiegel: Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz	Online	Dr. Manuela Lenzen	0,00	I110503Z01
Di 05.11.24	19:00	Vorsorgevollmacht, Betreuungs- u. Patientenverfügung	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus	Ulrike Sauerstein	0,00	I103027B01
Di 05.11.24	19:00	Arthrose Hüfte-Knie-Schulter	Mutterstadt, IGS, V18	Johannes Stöve	0,00	I304221M02
Mi 06.11.24	19:30	Die kurze Stunde der Frauen - Wie Frauen nach dem 2. Weltkrieg die Emanzipation wagten und alte Machtstrukturen bekamen	Online	Prof. Dr. Miriam Gebhardt	0,00	I101509Z01
Mi 06.11.24	19:30	Trotzalter - ein Infoabend für Eltern	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus	Carina Haindl Strnad	10,00	I105007B01
Mi 06.11.24	19:30	Ile-de-France Teil II: der Kulturraum nördlich von Paris	Waldsee, Altes Rathaus	Ulrich Leist	5,00	I109411W01
So 10.11.24	17:00	Cocktail für eine Leiche: Alfred Hitchcock und seine Filmkomponisten	Schifferstadt, Salischer Hof	Anja Pohsner	59,00	I200108S05
Mo 11.11.24	19:00	Ernährungsberatung für Pferde: Fütterung alter Pferde	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20	Monika Hoffmann	15,00	I110204W01
Di 12.11.24	18:30	Indien - das neue China?	Mutterstadt, IGS, V18	Prof. Dr. Manuel Vermeer	5,00	I102021M01
Di 12.11.24	18:00	Wie Bitcoins aus dem Nichts erschaffen werden	Online	Oliver Hummel	12,00	I803050Z01
Mi 13.11.24	19:30	Die Hirsche von Lascaux und die Wiedergeburtsmythologie der Höhlenmalerei	Online	Constantin Rauer	0,00	I101513Z01
Do 14.11.24	19:30	Kant: Die Revolution des Denkens	Online	Prof. Dr. Marcus Willaschek	0,00	I108051Z01
Fr 15.11.24	20:00	Wenn Eltern getrennte Wege gehen - Was brauchen die Kinder?	Online	Ulrike Strubel	15,00	I105005Z01
Di 19.11.24	18:00	Pflegebedürftig - Was nun?!?	Mutterstadt, IGS, V18	Britta Schwarz, Christine Traxel	0,00	I103102M01
Mi 20.11.24	19:00	Der Pflichtteilsanspruch im Erbrecht	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum, Raum 2	Ulrike Sauerstein	0,00	I103026S01
Do 21.11.24	19:30	Der Architekt des Islamismus: Hasan al-Banna und die Muslimbrüder	Online	Prof. Dr. Gudrun Krämer	0,00	I101510Z01
Fr 22.11.24	19:00	Europäisches Filmfestival der Generationen: IM TAXI MIT MADELEINE	Dannstadt-Schauernheim, Zentrum Alte Schule		0,00	I100053D01
Mo 25.11.24	19:30	Das Internet der Tiere	Online	Prof. Dr. Martin Wikelski	0,00	I110505Z01
Di 26.11.24	19:00	Europäisches Filmfestival der Generationen: IN VÖLLER BLÜTE	Dannstadt-Schauernheim, Zentrum Alte Schule		0,00	I100053D02
Fr 29.11.24	19:00	Europäisches Filmfestival der Generationen: ROMYS SALON	Dannstadt-Schauernheim, Zentrum Alte Schule		0,00	I100053D03

## Dezember

Mo 02.12.24	19:30	Babygesänge: Wie aus Weinen Sprache wird	Online	Prof. Dr. Kathleen Wermke	0,00	I110506Z01
Di 03.12.24	18:00	Immobilienverkauf privat - was sollte aktuell unbedingt beachtet werden?	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus	Markus Popp	5,00	I103001C01
Di 03.12.24	19:30	KI im Unternehmen - wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?	Online	Andrea Martin	0,00	I110504Z01
Mi 04.12.24	19:30	Kolonisierung und imperiale Politik: Nordamerika und Russland im Vergleich	Online	Prof. Dr. Michael Hochgeschwender	0,00	I101511Z01
Do 12.12.24	19:30	Im Detail die ganze Welt: Werke von Jan Brueghel der Ältere in der Alten Pinakothek	Online	Dr. Mirjam Neumeister	0,00	I101512Z01

Details hinten im Heft unter der Kursnummer oder online unter [vhs-rpk.de](https://vhs-rpk.de)!

Bitte melden Sie sich auch zu gebührenfreien Vorträgen unbedingt an!

Mit Rücksicht auf den Referenten bzw. die Referentin sagen wir die Veranstaltung 5 Tage vorher ab, sofern sich anhand der Anmeldungen kein ausreichendes Interesse erkennen lässt.

# Der richtige Kurs

mit öffentlichen Verkehrsmitteln zur vhs-Veranstaltung

Der Weg zum Veranstaltungsort in einer anderen Gemeinde ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln oft einfacher, als Sie denken. Im Kreisgebiet verkehren Nahverkehrszüge, Busse und Ruftaxen für Sie. Unter der Telefonnummer 0621 10 770 77 oder im Internet unter [www.vrn.de](http://www.vrn.de) bekommen Sie rund um die Uhr Auskunft über Fahrplan und Preis.

## Verbindungen

Nahverkehrszüge und Busse verkehren in der Regel jede Stunde zur gleichen Minute. Dieses gilt auch für das Ruftaxi, welches jedoch nur nach vorheriger Bestellung fährt. Die Telefonnummer, unter der Sie - ganz einfach - Ihre Fahrt bestellen können, finden Sie in allen o. g. Medien neben dem Fahrplan.

## Tarif

Der Fahrpreis richtet sich nach der Entfernung. Das Kreisgebiet (so wie das gesamte Verbundgebiet) ist in Entfernungszonen (Waben) eingeteilt. Berühren Sie bei Ihrer Fahrt beispielsweise 2 Waben (womit Sie in der Regel die Strecke bis zu Ihrem Kurs zurückgelegt haben dürften), kostet ein Einzelfahrschein 3,60 € (für BahnCard-Inhaber günstiger). Sind Sie häufiger unterwegs, empfiehlt sich eine Zeitkarte: Diese kostet als „Deutschlandticket“ derzeit monatlich 49,- €. Sie ist bundesweit in allen Verkehrsmitteln des öffentlichen Nahverkehrs gültig.

Wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!

**vhs** Volkshochschule  
Rhein-Pfalz-Kreis

**Wir sind  
vor Ort**



  
**Rhein-Pfalz-Kreis**  
Da spricht die Vorderpfalz



## Gesellschaft und Umwelt



Egal ob in der Familie,  
im Beruf oder im Verein:  
Mit Kompetenz geht vieles besser  
und einfacher. Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
vermittelt Ihnen Wissen für viele Lebenslagen.

Sie erfahren Interessantes über Geschichte, Politik,  
Ihre Region, den „Rest der Welt“ und den Schutz  
unserer natürlichen Grundlagen, aber auch  
Hilfreiches für das Miteinander in der  
Gesellschaft und in der Familie sowie  
für die Alltagspraxis.

- 15. Europäisches Filmfestival der Generationen
- Recherche & Information
- Geschichte & Zeitgeschehen
- vhs.wissen live – das digitale Wissenschaftsprogramm
- vhs-Ratgeber
- Umweltbewusst leben & Verbraucherfragen
- Erziehung & Familie
- Persönlichkeitsbildung & Psychologie
- Region entdecken - Deutschland, Europa und ferne Länder
- Mensch & Tier

*Aktuelle Programmergänzungen  
der vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!  
Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)*



## 15. Europäisches Filmfestival der Generationen

Die Verbandsgemeinde Dannstadt-Schauernheim nimmt in Kooperation mit der vhs Rhein-Pfalz-Kreis zum zehnten Mal am Europäischen Filmfestival der Generationen teil. Das Zentrum Alte Schule in Dannstadt verwandelt sich am Freitag, 22. November, am Dienstag, 26. November, und am Freitag, 29. November 2024, in einen „Filmpalast“ mit besonderem Flair.

Beginn ist jeweils um 19 Uhr, Saalöffnung um 18:30 Uhr.  
Wir freuen uns auf interessante Filme und gute Gespräche.

### ● IM TAXI MIT MADELEINE

#### Eine tiefgründige Begegnung zwischen Alt und Jung

Filmvorführung mit anschließender Diskussion

	Ort:	Dannstadt-Schauernh., Zentrum Alte Schule
	Gebühr:	frei (Anmeldung nicht erforderlich)
<b>I100053D01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 22.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr

### ● IN VOLLER BLÜTE

#### Eine Reise zu sich selbst im hohen Alter

Filmvorführung mit anschließender Diskussion

	Ort:	Dannstadt-Schauernh., Zentrum Alte Schule
	Gebühr:	frei (Anmeldung nicht erforderlich)
<b>I100053D02</b>	Termin(e):	1 x am Di. 26.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr

### ● ROMYS SALON

#### Eine Oma-Enkelin-Geschichte um Sorge & Mitverantwortung

Filmvorführung mit anschließender Diskussion

	Ort:	Dannstadt-Schauernh., Zentrum Alte Schule
	Gebühr:	frei (Anmeldung nicht erforderlich)
<b>I100053D03</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 29.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr

## Recherche & Information

### ● „Wo sind denn hier die Bücher?“ - Führung durch das Landesbibliothekszentrum Speyer

In Zusammenarbeit mit dem Landesbibliothekszentrum (LBZ) Speyer

Die Pfälzische Landesbibliothek ist mit über einer Million Medien die größte Einrichtung im Landesbibliothekszentrum Rheinland-Pfalz. Der überwiegende Teil dieses Medienangebots befindet sich allerdings in geschlossenen Magazinen. Mit dieser Führung bietet Ihnen das Landesbibliothekszentrum die Möglichkeit, auch hinter die Kulissen zu schauen. Teilnehmende können sich über das breit gefächerte Angebot von gedruckten und elektronischen Medien zu allen Fachgebieten informieren: von Büchern über CDs und DVDs bis zu Online-Datenbanken.

	Ort:	Speyer, LBZ, Otto-Mayer-Straße 9
	Referent/in:	Monika Kloos
	Gebühr:	frei
<b>I100103Z02</b>	Termin(e):	1 x am Do. 28.11.24, 17.00 - 18.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt und eine Anmeldung unter Telefon 06232 9006 224 oder per E-Mail (info.plb@lbz-rlp.de) erforderlich.

### ● Die Pfalz im Netz - Personen, Themen, Literaturrecherche

In Zusammenarbeit mit dem Landesbibliothekszentrum (LBZ) Speyer

Die Pfälzische Landesbibliothek in Speyer sammelt nicht nur Literatur aus und über die Pfalz, sondern stellt auch zahlreiche Informationen über die Region im Internet zur Verfügung.

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wo Sie Online-Biographien pfälzischer Personen finden, wie Sie Zugang zu digitalisierten Büchern und Zeitschriften erhalten und wo wir Webseiten über die Pfalz für Sie zusammengestellt haben. Außerdem werfen wir einen Blick in die Rheinland-Pfälzische Bibliographie, in der Sie nach Literatur über die Pfalz und die Pfälzer\*innen recherchieren können.

	Ort:	Speyer, LBZ-Schulungsraum, Otto-Mayer-Str. 9
	Referent/in:	Dr. Daniel Fromme
	Gebühr:	frei
<b>I100107Z01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 19.11.24, 17.00 - 18.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt, eine Anmeldung unter der Telefonnummer 06232 9006 224 oder E-Mail info.plb@lbz-rlp.de ist erwünscht.

### ● Familienforschung mit und ohne Computer

Der Dozent gibt Ihnen Hilfestellung bei der Erstellung eines Familienbuches oder einer Familientafel und bei der Familienforschung. Er betreut ehrenamtlich das Schifferstadter Stadtarchiv und hat eine Menge Erfahrung auf diesem Gebiet, auch im Entziffern von Dokumenten in „altmodischer“ Schrift. Ein derartiger Termin findet regelmäßig am vierten Montag im Monat statt.

Anfragen oder individuelle Terminvereinbarung bitte per E-Mail an stadtar-chiv@schifferstadt.de

Bitte mitbringen: Stift und Papier für Notizen

	Ort:	Schifferstadt, Stadtarchiv (Kirchenstraße 20)
	Referent/in:	Johann Benedom
	Gebühr:	5,00 €
<b>I101108S06</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 22.07.24, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>I101108S07</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 26.08.24, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>I101108S08</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 23.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>I101108S09</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 28.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr
<b>I101108S10</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 25.11.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## Geschichte & Zeitgeschehen

### ● Wahre Kriminalfälle - Enthüllt und analysiert von Andreas Stenger, Präsident des Landeskriminalamts Baden-Württemberg

**Neu**

Vortrag

Das True-Crime-Genre hat Konjunktur. Offensichtlich besteht ein schon fast unstillbares Interesse an der Polizeiarbeit, an Opfern, Tätern und Verbrechen. Was aber unterscheidet nun die Fiktion in Film und Literatur von der Realität und dem Alltag der „echten“ Ermittlerinnen und Ermittler? Der Präsident des Landeskriminalamtes Baden-Württemberg, Andreas Stenger, beschäftigt sich in seinem Vortrag mit exakt dieser Fragestellung. Er erläutert anhand von praktischen Fällen, wie in der modernen Kriminalitätsbekämpfung die innovativen Methoden der Kriminalistik und Kriminaltechnik Ermittlungserfolge möglich machen.

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus, Mensa
	Referent/in:	Andreas Stenger
	Gebühr:	frei
<b>I100080C01</b>	Termin(e):	1 x am 17.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr



Bild von Stefan Schweitzer auf Pixabay

**Aktuelle  
Programmergänzungen  
der vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!**

Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter vhs-rpk.de



● **China, Indien - und wir? Der Beginn einer neuen Weltordnung und was das für Europa bedeutet.**



Vortrag

China ist die neue wirtschaftliche und militärische Weltmacht, Indien ist auf dem Sprung. Die USA kommen ihrer Rolle als Weltpolizist nicht mehr nach, gelten in vielen Bereichen für den Globalen Süden nicht als Vorbild. Und Europa? Wirtschaftlich immer schwächer, technologisch von den USA und China abgehängt, zerstritten wie immer. Was passiert gerade, wie geht es weiter? Und was sollten wir hier tun? Eine geopolitische Bestandsaufnahme und der Versuch eines Ausblicks!

Prof. Dr. Manuel Vermeer studierte Sinologie in Heidelberg und Shanghai und promovierte zur chinesischen Wirtschaftspolitik. Seit 1988 ist er am von ihm mitgegründeten Ostasieninstitut der Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft in Ludwigshafen Lehrkraft für besondere Aufgaben für chinesische Sprache, Kultur und Wirtschaft sowie International HR Management, International and Intercultural Management, Int. Cultural Environment und mehr.

Er berät seit 30 Jahren europäische und asiatische Unternehmen und Politiker strategisch im China-, Indien-, Asien- und Europageschäft, arbeitet als Trainer und Seminarleiter für Interkulturelles Management und Leadership und gibt Sprachkurse Chinesisch für Manager. Er hat Fachbücher zu China und Indien publiziert sowie zahlreiche Fachartikel, Interviews etc. Spiegel TV hat ihn einen Tag lang begleitet. Er ist Sohn einer indischen Mutter und eines deutschen Vaters und außerdem Autor mehrerer Kriminalromane.

	Ort:	Limburgerhof, Rathaus
	Referent/in:	Prof. Dr. Manuel Vermeer
	Gebühr:	5,00 €
<b>I102020K01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

● **Indien - das neue China? Die nächste Weltmacht in Asien und was wir über sie wissen sollten**



Vortrag

Indien hat mehr Einwohner als China, ist noch immer mehr oder weniger demokratisch, ein Viertel der Bevölkerung immerhin spricht Englisch. Wird dies nun die nächste Werkbank der Welt? Sollten wir uns von China abwenden und Indien zuwenden? Wie sieht Indien sich und uns? Wie kann eine sinnvolle Integration in eine neue Weltordnung aussehen? Wir müssen weg von den Klischees von Armut, Chaos und Bollywood und das neue Indien sehen: Startups, Aufbruchstimmung - und auch Fachkräftelieferant für Deutschland? Was wir über Indien wissen sollten und wie wir damit umgehen können.

Prof. Dr. Manuel Vermeer studierte Sinologie in Heidelberg und Shanghai und promovierte zur chinesischen Wirtschaftspolitik. Seit 1988 ist er am von ihm mitgegründeten Ostasieninstitut der Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft in Ludwigshafen Lehrkraft für besondere Aufgaben für chinesische Sprache, Kultur und Wirtschaft sowie International HR Management, International and Intercultural Management, Int. Cultural Environment und mehr.

Er berät seit 30 Jahren europäische und asiatische Unternehmen und Politiker strategisch im China-, Indien-, Asien- und Europageschäft, arbeitet als Trainer und Seminarleiter für Interkulturelles Management und Leadership und gibt Sprachkurse Chinesisch für Manager. Er hat Fachbücher zu China und Indien publiziert sowie zahlreiche Fachartikel, Interviews etc. Spiegel TV hat ihn einen Tag lang begleitet. Er ist Sohn einer indischen Mutter und eines deutschen Vaters und außerdem Autor mehrerer Kriminalromane.

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Prof. Dr. Manuel Vermeer
	Gebühr:	5,00 €
<b>I102021M01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 12.11.24, 18.30 - 20.00 Uhr



● **Europas bestbehütetes Geheimnis: Erhalt von Minderheiten und Regionalsprachen in Europa (online)**



Vortrag

In der Europäischen Union leben etwa 50 Millionen Menschen, die einer nationalen Minderheit oder Sprachminderheit angehören. Neben den 24 Amtssprachen gibt es hier über 60 Regional- oder Minderheitensprachen: Europas bestgeschütztes Geheimnis!

Diese Minderheiten leisten einen wertvollen Beitrag zur sprachlichen und kulturellen Vielfalt Europas. Gemeinsam mit anderen Europäer\*innen wollen sie die Zukunft der Europäischen Union mitgestalten.

In Deutschland sind heute vier autochthone nationale Minderheiten und Volksgruppen anerkannt; die dänische Minderheit, friesische Volksgruppe, die Lausitzer Sorben und die deutschen Sinti und Roma. Niederdeutsch (Platt) wird darüber hinaus als Regionalsprache geschützt.

Nele Feuring (Referentin für Wissensvermittlung im Minderheitensekretariat) wird die europäischen Maßnahmen zum Schutz und dem Erhalt von Minderheiten- und Regionalsprachen vorstellen und wie diese in Deutschland zur Anwendung kommen.

Christiane Ehlers (Leiterin des Niederdeutschsekretariats) wird die Situation der Regionalsprache Niederdeutsch in Deutschland beleuchten.

Diese Veranstaltung ist Teil der Online-Diskussionsreihe „Perspektive Europa“ des Bundesarbeitskreises Politik - Gesellschaft - Umwelt im Deutschen Volkshochschulverband.

Der Vortrag findet über Slido statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

	Ort:	Online
	Referent/in:	Nele Feuring, Christiane Ehlers
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I102007Z01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 17.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr



● **Europäische Identitäten - Wer oder was bin ich eigentlich? (online)**



Vortrag

In der Europäischen Union leben etwa 50 Millionen Menschen, die einer nationalen Minderheit oder Sprachminderheit angehören. Neben den 24 Amtssprachen gibt es hier über 60 Regional- oder Minderheitensprachen: Europas bestgeschütztes Geheimnis!

Diese Minderheiten leisten einen wertvollen Beitrag zur sprachlichen und kulturellen Vielfalt Europas. Gemeinsam mit anderen Europäer\*innen wollen sie die Zukunft der Europäischen Union mitgestalten.

In Deutschland sind heute vier autochthone nationale Minderheiten und Volksgruppen anerkannt; die dänische Minderheit, friesische Volksgruppe, die Lausitzer Sorben und die deutschen Sinti und Roma. Niederdeutsch (Platt) wird darüber hinaus als Regionalsprache geschützt.

Nele Feuring (Referentin für Wissensvermittlung im Minderheitensekretariat) wird die europäischen Maßnahmen zum Schutz und dem Erhalt von Minderheiten- und Regionalsprachen vorstellen und wie diese in Deutschland zur Anwendung kommen.

Christiane Ehlers (Leiterin des Niederdeutschsekretariats) wird die Situation der Regionalsprache Niederdeutsch in Deutschland beleuchten.

Diese Veranstaltung ist Teil der Online-Diskussionsreihe „Perspektive Europa“ des Bundesarbeitskreises Politik - Gesellschaft - Umwelt im Deutschen Volkshochschulverband.

Der Vortrag findet über Slido statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

	Ort:	Online
	Referent/in:	Christopher Cohrs
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I102008Z01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 15.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr



Bild von fcs516 auf Pixabay

Mit dem Jahresmotto „Perspektive Europa: Miteinander voneinander lernen“ des Deutschen Volkshochschulverbandes werfen wir in dieser Reihe verschiedene Sichtweisen auf Europa und das Miteinander in Europa.

Diktieren Sie gerne mit!





## ● Stonehenge: Archäologie, Geschichte, Mythos - vhs.wissen live (online) Neu

Livestream

Stonehenge gehört zu den bekanntesten und zugleich rätselhaftesten Denkmälern der europäischen Vorgeschichte. Seine Anfänge reichen ins 3. Jahrtausend v. Chr. zurück.

Ähnlich wie die großen Pyramiden von Gizeh ist Stonehenge zum Sinnbild einer Kultur und einer Epoche geworden, und ähnlich wie die Pyramiden von Gizeh gab und gibt auch Stonehenge Anlass zu zahllosen Mutmaßungen, Theorien und Spekulationen. In seinem Vortrag wird Bernhard Maier über Stonehenge, seine Erbauer, seine Geheimnisse und seine Rezeption sprechen.

Bernhard Maier lehrt Allgemeine Religionswissenschaft und Europäische Religionsgeschichte an der Universität Tübingen.

Ort:	Online
Referent/in:	Prof. Dr. Bernhard Maier
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Mi. 25.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

I101508Z01



Bild von Sally Wilson auf Pixabay



## ● Die kurze Stunde der Frauen. Wie Frauen nach dem 2. Weltkrieg die Emanzipation wagten und alte Machtstrukturen bekamen - vhs.wissen live (online) Neu

Livestream

In der Phase der Nachkriegszeit wurden Frauen nachträglich mehr bewundert als in jeder anderen Epoche. Bis heute hält sich hartnäckig die Legende der Trümmerfrauen.

Wie die Frauen selbst aber die damalige Zeit erlebten, ist kaum bekannt. Welche Hoffnungen hegten sie? Wie erfuhren sie die belastenden Lebensumstände? Und was dachten sie, als die neu empfundene Freiheit bald wieder den alten Machtverhältnissen weichen musste?

Miriam Gebhardt ist Journalistin und außerplanmäßige Professorin für Geschichte an der Universität Konstanz.

Neben ihrer journalistischen Arbeit ist sie Autorin mehrerer Bücher, darunter der Bestseller „Als die Soldaten kamen. Die Vergewaltigung deutscher Frauen am Ende des Zweiten Weltkriegs“ (2015) und „Unsere Nachkriegseltern. Wie die Erfahrungen unserer Väter und Mütter uns bis heute prägen“ (2022).

Ort:	Online
Referent/in:	Prof. Dr. Miriam Gebhardt
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Mi. 06.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr

I101509Z01



## ● Der Architekt des Islamismus: Hasan al-Banna und die Muslimbrüder - vhs.wissen live (online) Neu

Livestream

Die Muslimbrüder gehören seit ihrer Gründung im Jahr 1928 zu den einflussreichsten islamischen Bewegungen der Gegenwart, auf die sich islamische Aktivisten von der palästinensischen Hamas bis zur türkischen AKP beziehen.

Auf der Grundlage vielfältiger, bislang kaum ausgeschöpfter arabischer Quellen zeigt Gudrun Krämer, wie der Gründer der Muslimbruderschaft, Hasan al-Banna, aus einem sufisch inspirierten Bildungs- und Wohltätigkeitsverein eine Massenorganisation mit Hunderttausenden von Anhängern schuf, die unter Berufung auf die Religion Politik machte.

Neben einem eigenen Zweig der Muslimschwestern entstand im Schatten des Zweiten Weltkriegs auch ein Geheimapparat. Ende 1948 wurde die Muslimbruderschaft verboten, wenig später fiel al-Banna einem Attentat zum Opfer.

Noch heute dient er nicht-jihadistischen Islamisten als Referenz.

Gudrun Krämer erhellt die ideengeschichtlichen Grundlagen, das soziale Umfeld und den politischen Kontext der Bewegung, porträtiert Mitstreiter und Gegner und erschließt anhand der Biographie Hasan al-Bannas eindrucksvoll ein Schlüsselkapitel in der Geschichte des modernen Islam.

Gudrun Krämer war bis zu ihrem Ruhestand Professorin für Islamwissenschaft an der Freien Universität Berlin und Direktorin der Berlin Graduate School Muslim Cultures and Societies. Sie ist Mitglied der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften, des Wissenschaftsrats und Mitherausgeberin der Encyclopaedia of Islam Three. 2010 wurde sie mit dem Gerda Henkel Preis ausgezeichnet. Bei C.H.Beck erschienen von ihr u.a. die Standardwerke „Geschichte Palästinas“ (2015) und „Geschichte des Islam“.

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Gudrun Krämer

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

I101510Z01

Termin(e): 1 x am Do. 21.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr



## ● Kolonisierung und imperiale Politik: Nordamerika und Russland im Vergleich - vhs.wissen live (online) Neu

Livestream

Im 17. und 18. Jahrhundert wurden große Teile Nordamerikas und Russlands kolonisiert.

In dieser Veranstaltung sollen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen der amerikanischen und russischen Kolonisierung diskutiert und herausgearbeitet werden.

Michael Hochgeschwender ist Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der Ludwig-Maximilian-Universität München (LMU) und einer der besten Kenner der amerikanischen Geschichte in Deutschland.

Jörg Baberowski ist Professor für Geschichte Osteuropas an der Humboldt-Universität zu Berlin. Für sein Buch „Verbrannte Erde: Stalins Herrschaft der Gewalt“ erhielt er den Preis der Leipziger Buchmesse.

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Michael Hochgeschwender,  
Prof. Dr. Jörg Baberowski

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

I101511Z01

Termin(e): 1 x am Mi. 04.12.24, 19.30 - 21.00 Uhr

vhs.wissen live: Livestreams von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft!  
Im Chat besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Die Livestreams finden über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.





**Im Detail die ganze Welt: Werke von Jan Brueghel der Ältere in der Alten Pinakothek - vhs.wissen live (online)**



Livestream

Weite Landschaften, opulente Blumenarrangements, Tiere, Menschen, Stadt und Land – es gibt kaum ein Thema, das Jan Brueghel nicht aufgegriffen hätte. 1568 als Sohn von Pieter Bruegel dem Älteren (d. Ä.), dem berühmten Bauern-Bruegel, geboren, folgte er diesem früh in die künstlerische Laufbahn und reiste wie dieser zunächst nach Italien. Nach seiner Rückkehr ließ er sich in Antwerpen nieder. Mit Nachschöpfungen nach den Vorlagen seines Vaters knüpfte er an die Familientradition an, löste sich jedoch sehr bald von seinem Vorbild und setzte eigene Akzente: Er entwickelte einen charakteristischen Bildtypus mit einem hoch angesetzten Horizont, und die so entstandene Fläche füllte er mit einer Vielzahl von lebensecht wiedergegebenen Details, die zur genauen Betrachtung einladen.

Nur wenige, zum Teil mikroskopisch kleine Pinselstriche genügen ihm, das Motiv zu erfassen und festzuhalten: Sei es einen Bauern, der sein störrisches Pferd mit aller Kraft aus dem Stall ziehen muss, sei es ein frierender Hund, der hungrig auf ein paar Fische starrt, die gerade auf das Feuer gelegt wurden. Mit solchen kleinen Szenen verlebendigte Brueghel das Geschehen. Er war jedoch auch im großen Maßstab erfolgreich: Für die „Madonna im Blumenkranz“, der ab Sommer mit „All Eyes On“ eine Fokusausstellung in der Alten Pinakothek gewidmet ist, arbeitete er mit Peter Paul Rubens zusammen - eine Kooperation auf Augenhöhe, wie die Präsentation zeigt.

Die Bayerischen Staatsgemäldesammlungen verfügen über den umfassendsten Bestand von Werken Jan Brueghels d. Ä. weltweit. In der Führung werden einige ausgewählte Werke in der Alten Pinakothek vorgestellt.

Mirjam Neumeister ist Sammlungsleiterin für Flämische Barockmalerei an den Bayerischen Staatsgemäldesammlungen München.

Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

	Ort: Online
	Referent/in: Dr. Mirjam Neumeister
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1101512Z01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 12.12.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**Deals mit Diktaturen: Eine andere Geschichte der Bundesrepublik - vhs.wissen live (online)**



Livestream

Der Umgang mit Diktatoren hat die bundesdeutsche Demokratie von Anfang an herausgefordert.

Frank Bösch zeigt auf der Grundlage umfassender Archivrecherchen, welche Interessen dabei aufeinandertrafen und was in den Hinterzimmern besprochen und angebahnt wurde.

Mit den Regierungen wandelte sich der Austausch mit Autokratie in Südamerika, Ostasien oder im Ostblock. Durch gesellschaftlichen Protest gewannen Werte und Sanktionen allmählich an Bedeutung. Doch der wirtschaftsorientierte Pragmatismus blieb das vorherrschende Muster, das die Geschichte der Bundesrepublik zutiefst prägte.

Frank Bösch lehrt Europäische Geschichte des 20. Jahrhunderts an der Universität Potsdam und ist Direktor des Leibniz-Zentrums für Zeithistorische Forschung Potsdam (ZZF).

	Ort: Online
	Referent/in: Prof. Dr. Frank Bösch
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1102109Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 23.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr



Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet!

Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



**Israel ein Jahr nach dem Terrorangriff der Hamas - vhs.wissen live (online)**



Livestream

Am 7. Oktober 2023 verübte die Hamas einen Terrorangriff auf Israel von ungeheurer und beispielloser Brutalität. Israel mobilisierte daraufhin Truppen für eine Offensive in Gaza. Doch konnte das militärische Ziel, die Hamas erheblich zu schwächen, erreicht werden? Und wie hat der Terrorangriff Politik und Gesellschaft in Israel verändert?

Richard C. Schneider wird ein Jahr später diese Fragen diskutieren und die neuesten Entwicklungen analysieren und historisch einordnen.

Der langjährige Israel-Korrespondent der ARD und SPIEGEL-Autor lebt seit fast 20 Jahren in Tel Aviv.

	Ort: Online
	Referent/in: Richard C. Schneider
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1102110Z01</b>	Termin(e): 1 x am So. 13.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**Wie die Energiewende gelingen kann, ohne den Industriestandort Deutschland zu gefährden - vhs.wissen live (online)**



Livestream

In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech)

Die deutsche Wirtschaft steht aktuell vor großen Herausforderungen. Eine davon ist das Ziel, unsere Volkswirtschaft klimaneutral zu gestalten. Zwar konnten die Emissionen in Deutschland in den zurückliegenden 30 Jahren bereits stark gesenkt werden. Um das Ziel der Klimaneutralität bis zum Jahr 2045 zu erreichen, muss aber unter anderem sowohl die installierte Leistung erneuerbarer Energien als auch die heimische Erzeugung von Wasserstoff deutlich ansteigen. Um entsprechende Anreize zu setzen, sollte die Attraktivität für unternehmerisches Handeln steigen und staatliches Handeln selbst effizienter und lösungsorientierter werden. Gleichzeitig gilt es, die Interessen des Industriestandorts Deutschland zu berücksichtigen.

Der Vortrag befasst sich mit Handlungsoptionen, die aus der volkswirtschaftlichen Perspektive notwendige Rahmenbedingungen für eine effiziente Energiewende skizzieren - ohne unseren Wohlstand zu gefährden.

Prof. Dr. Dr. Christoph M. Schmidt ist Präsident des RWI - Leibniz-Institut für Wirtschaftsforschung, Vizepräsident der acatech - Deutsche Akademie der Technikwissenschaften und ehemaliger Vorsitzender des Sachverständigenrates zur Begutachtung der gesamtwirtschaftlichen Entwicklung.

	Ort: Online
	Referent/in: Prof. Dr. Dr. Christoph M. Schmidt
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1104505Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 01.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr





**Medizinethik - Ethische Fragen im Krankenhaus, in der Forschung und in der Politik - vhs.wissen live (online)**



Livestream

In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) Schwierige Entscheidungen am Krankenbett, die ethischen Implikationen neuester Forschungsergebnisse bis hin zur Beratung der großen Politik: Medizinethik - was ist das eigentlich? Im Vortrag werden verschiedene Handlungsbereiche und Themenfelder vorgestellt und anhand aktueller Fälle diskutiert.

Alena Buyx ist Professorin für Ethik der Medizin und Gesundheitstechnologien und Direktorin des Instituts für Geschichte und Ethik der Medizin (IGEM) an der Technischen Universität München (TUM).

Ihre Forschung umfasst den gesamten Bereich der biomedizinischen und öffentlichen Gesundheitsethik und Fragen der Solidarität und Gerechtigkeit.

Sie ist Mitglied mehrerer hochrangiger nationaler und internationalen Ethikgremien, sowie der acatech - Deutsche Akademie der Technikwissenschaften.

2016 wurde sie in den Deutschen Ethikrat berufen und war von 2020 bis Sommer 2024 dessen Vorsitzende.

	Ort: Online
	Referent/in: Prof. Dr. Alena Buyx
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1108050Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 08.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen - vhs.wissen live (online)**



Livestream

„Wir befinden uns schon lange im Krieg!“ - diese Formulierung hört man immer wieder im Zusammenhang mit dem Cyberraum.

Also dem virtuellen Raum, der durch weltweite Kommunikationsnetze aufgespannt wird und an dem wir alle über die unterschiedlichsten Systeme, von der Energieversorgung über Banken bis hin zu unserem Smartphone, hängen.

Angriffe auf unsere (kritische) Infrastruktur sind an der Tagesordnung und betreffen die verschiedensten Systeme von der produzierenden Industrie über Krankenhäuser bis hin zu Bildungseinrichtungen.

Der Vortrag wird vorrangig aus technischer Sicht darstellen, wo und warum wir verwundbar sind, welche Rolle große Konzerne spielen und welche Gegenmaßnahmen sowohl aus technischer wie gesetzgeberischer Sicht notwendig sind.

Prof. Dr. Jochen Schiller ist Professor für Technische Informatik an der Freien Universität Berlin. Er war dort Dekan des Fachbereichs Mathematik und Informatik und Vize-Präsident der Freien Universität (2007-2010).

Seit 2019 ist er Mitglied im Wissenschaftlichen Programmausschuss Sicherheitsforschung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.

	Ort: Online
	Referent/in: Prof. Dr. Jochen Schiller
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1110502Z01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 17.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**Der elektronische Spiegel: Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz - vhs.wissen live (online)**



Livestream

Während Künstliche Intelligenz (KI) landauf, landab diskutiert wird, ist kaum bekannt, dass die klugen Maschinen nie nur dazu da waren, uns langweilige oder gefährliche Arbeit abzunehmen. Sie waren von Beginn an Hypothesen über das Funktionieren des Geistes, elektronische Spiegel, in deren Zerrbild der Mensch nur umso besser erkennen kann, was Intelligenz ausmacht und was ganz offensichtlich nicht.

Am Beginn der Künstliche-Intelligenz-Forschung stand die Vorstellung, man müsse das menschliche Denken nur genau genug beschreiben, um intelligente Maschinen bauen zu können. 70 Jahre später hat sich Ernüchterung eingestellt: Die größten Herausforderungen bestehen nicht darin, im Schach zu gewinnen oder in Gedanken geometrische Figuren zu drehen, sondern in etwas so schwer Greifbarem wie Flexibilität, Kreativität und gesundem Menschenverstand; darin, eine Situation zu verstehen und angemessen zu reagieren.

Manuela Lenzen hat in Philosophie promoviert und schreibt als freie Wissenschaftsjournalistin über Digitalisierung, Künstliche Intelligenz und Kognitionsforschung.

	Ort: Online
	Referent/in: Dr. Manuela Lenzen
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1110503Z01</b>	Termin(e): 1 x am So. 03.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**KI im Unternehmen - wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz? - vhs.wissen live (online)**



Livestream

In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech)



Beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) fragen sich heute viele Unternehmen, wie sie ethische Leitlinien berücksichtigen können. Ob Transparenz, Erklärbarkeit, Fairness, Sicherheit oder Datenschutz: Es gibt konkrete Maßnahmen, die eine Implementierung von vertrauenswürdiger KI unterstützen.

Dieser Vortrag beleuchtet aus der Sicht eines IT-Unternehmens den Einsatz von KI und die notwendigen Voraussetzungen und Maßnahmen, um vertrauenswürdige KI-Lösungen zu finden.

Andrea Martin ist Leiterin des IBM Watson Center Munich und CTO Ökosysteme und Verbände bei IBM DACH. Sie ist außerdem Mitglied im acatech Senat, der Plattform Lernende Systeme, dem bayerischen KI-Rat und im Wissenschaftsrat.

	Ort: Online
	Referent/in: Andrea Martin
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1110504Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 03.12.24, 19.30 - 21.00 Uhr



**Kant: Die Revolution des Denkens - vhs.wissen live (online)**



Livestream

Kants „Kritik der reinen Vernunft“ ist ein Meilenstein der Geistesgeschichte, weil sie ein neues Verständnis unseres menschlichen Standpunkts in der Welt entwickelt.

Kant nennt das seine „Revolution der Denkart“. Sie besteht in der Einsicht, dass ein objektives Bild der Welt sich nicht allein aus den Eigenschaften der erkannten Dinge ergibt, sondern auch aus der Funktionsweise menschlicher Erkenntnis.

Manche Aspekte unseres Weltbildes, etwa Raum und Zeit, gehen Kant zufolge nicht auf Eigenschaften der Welt selbst zurück, sondern auf den menschlichen Geist. Trotzdem sind sie objektiv gültig, weil sie ein objektives, für alle Menschen gültiges Bild der Realität erst möglich machen. Dieser revolutionäre Gedanke einer „Objektivität des menschlichen Standpunktes“ ist nicht nur für Kants Erkenntnistheorie, sondern auch für seine Ethik und Ästhetik grundlegend.

Der Philosoph Marcus Willaschek erklärt in seinem Vortrag Kants Revolution des Denkens auf anschauliche und verständliche Weise und gibt so einen guten Einblick in die Grundlagen der kantischen Philosophie

Marcus Willaschek ist ein international führender Kant-Experte und Professor für Philosophie in Frankfurt am Main. Forschungsaufenthalte führten ihn unter anderem nach Harvard und Berkeley.

2023 erschien von ihm bei C.H. Beck eine vielbeachtete Publikation zu Kant.

	Ort: Online
	Referent/in: Prof. Dr. Marcus Willaschek
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1108051Z01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 14.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr

vhs.wissen live: Livestreams von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft!  
Im Chat besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Die Livestreams finden über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.





ONLINE-KURS

### ● Das Internet der Tiere - vhs.wissen live (online)

Livestream

Die kollektive Weisheit der Tiere der Erde stellt einen immensen Schatz an noch nie dagewesenen Informationen für die Menschheit dar. Das „Internet der Tiere“ kann uns dabei helfen, Naturkatastrophen vorherzusagen, die globale Ausbreitung von Zoonosen zu prognostizieren oder Nahrungsressourcen zu sichern.

Die entwickelten Sinne der Tiere sowie technische Sensoren an von Tieren getragenen Peilsendern ermöglichen lokale Erdbeobachtungen mit höchster räumlicher und zeitlicher Auflösung. Diese beispiellosen Daten über die Lebensgeschichte einzelner Wildtiere liefern tiefe, neue Einblicke in grundlegende biologische Prozesse.

Die ICARUS-Initiative, eine internationale, wissenschaftlich getriebene Bottom-up-Technologieentwicklung von kleinen, günstigen und autonomen IoT-Sensoren (Internet der Dinge) für die Bewegung und das Verhalten von Tieren, zielt darauf ab: Wearables für Wildtiere. Die daraus resultierenden Big Data helfen, das Leben auf unserem Planeten zu verstehen, zu überwachen, vorherzusagen und zu schützen.

Martin Wikelski ist Direktor des Max-Planck-Instituts für Verhaltensbiologie in Konstanz und Radolfzell und Professor an der Universität Konstanz. Er erforscht globale Tierwanderungen mit dem Ziel, das intelligente Sensornetzwerk der Tiere in das „Internet der Tiere“ zusammenzufassen und Tiere weltweit zu schützen. 2008 erhielt er von National Geographic eine Auszeichnung als „Emerging Explore“, 2010 als „Adventurer of the Year“ für seinen maßgeblichen Beitrag zur globalen Erforschung der Tierwanderungen.

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Martin Wikelski

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

110505Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 25.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr



und gezielt gesamteuropäische Fragen thematisieren, braucht es eine gemeinschaftlich-öffentliche Sphäre jenseits der Institutionen der Union? Über das spannungsvolle Verhältnis von Europäischer Öffentlichkeit und demokratischer Kommunikation diskutieren Hélène Miard-Delacroix, Bartosz Wielinski und Julian Müller.

Hélène Miard-Delacroix ist Professorin für Geschichte und Kultur des zeitgenössischen Deutschlands an der Sorbonne Universität.

Bartosz T. Wielinski ist stellvertretender Chefredakteur der polnischen Tageszeitung Gazeta Wyborcza.

Julian Müller ist Soziologe und derzeit Gastprofessor an der Leuphana Universität Lüneburg.

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Hélène Miard-Delacroix

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

102101Z01 Termin(e): 1 x am Mi. 09.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr



ONLINE-KURS

### ● Der Aufstieg Chinas (online)

Livestream

Beruhet Chinas unaufhörlicher globaler Aufstieg auf einer Wiederherstellung seiner früheren historischen Zentralstellung oder auf der Leistung der aktuellen politischen Führung des Landes? Im Vortrag wird Klaus Mühlhahn einen breiten Überblick über Chinas Aufstieg geben und die erstaunliche Widerstandsfähigkeit schildern, die das Land in den stürmischen Zeiten von Krieg, Rebellion, Krankheit und Hungersnot gezeigt hat. Darüber hinaus wird der Vortrag sich auf die Lehren aus der Geschichte konzentrieren, die Einblicke in die internationale Position Chinas geben und die Frage beantworten, wie Deutschland und Europa reagieren sollten.

Klaus Mühlhahn ist Präsident der Zeppelins Universität in Friedrichshafen und dort Inhaber des Lehrstuhls für Moderne China-Studien. Er gilt als einer der renommiertesten Sinologen in Deutschland. 2019 wurde sein Werk "Making China Modern - From the Great Qing to Xi Jinping" bei Harvard University Press veröffentlicht. 2021 erschien bei C.H. Beck "Geschichte des modernen China. Von der Qing-Dynastie bis zur Gegenwart".

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Klaus Mühlhahn

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

102111Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 28.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



ONLINE-KURS

### ● Babygesänge: Wie aus Weinen Sprache wird - vhs.wissen live (online)

Livestream

Das Weinen eines Babys löst universal bei allen Menschen die gleichen Emotionen aus. Aber ein Weinen bedeutet nicht immer Hunger, Schmerz oder Einsamkeit. Das Weinen der Babys ist eine geheime Klangwelt.

Seit mehr als 40 Jahren untersucht Kathleen Wermke auf fast allen Kontinenten vorsprachliche Babylaute - sie hat einzigartige Melodien, Intervalle und rhythmische Akzentuierungen gefunden. Und obwohl die Babygesänge zwar in gewisser Weise anderen Natursängern wie Walen, Delfinen oder Singvögeln ähneln, ist ihr Singsang der einzige, aus dem sich später Sprache entwickelt. In ihrem Vortrag zeigt sie, wie aus melodischem Singsang Sprache wird und dass zum Beispiel japanische Babys ganz anders klingen als schwedische.

Prof. Dr. Kathleen Wermke hat als medizinische Anthropologin viele Jahre an der Charité geforscht und gelehrt.

Sie hat das Zentrum für vorsprachliche Entwicklung und Entwicklungsstörungen am Universitätsklinikum Würzburg aufgebaut und leitet es bis heute. Ihre Forschungsbeiträge zur Entstehung von Sprache werden weltweit rezipiert.

Ort: Online

Referent/in: Prof. Dr. Kathleen Wermke

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

110506Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 02.12.24, 19.30 - 21.00 Uhr



ONLINE-KURS

### ● Die Hirsche von Lascaux und die Wiedergeburtmythologie der Höhlenmalerei - vhs.wissen live (online)

Livestream

Anhand von 100 Abbildungen werden die Gravuren und Gemälde von Lascaux vorgestellt. Dabei geht es zunächst um die bildarchitektonische Aufteilung der Höhle und die symbolische Funktion der einzelnen Räume.

Eine zentrale Bedeutung kommt den Wiedergeburten von Getöteten - Tieren und Menschen - zu.

Diesen gelten die Zeremonien der beiden Magier, deren Kulthandlungen und Visionsreisen durch das Reich der Totengeister auf den Bildern zu sehen sind.

Ein besonderes Augenmerk gilt den Hirsch-Mythen der 88 Hirschdarstellungen. Jeder Raum beinhaltet eine zentrale Hirsch-Szene. Miteinander verbunden stellen sie eine Erzählung dar.

Am Beispiel von Lascaux können die animistischen Glaubensvorstellungen der Steinzeit nachvollzogen werden.

Constantin Rauer ist ein deutscher Philosoph, Religions- und Kulturwissenschaftler. Seit 15 Jahren arbeitet er an einer semiologischen Entschlüsselung der inhaltlichen, insbesondere religiösen Bedeutung der Höhlenmalerei und Eiszeitkunst.

Zu Lascaux ist von ihm 2017 "Lascaux oder Die Geburt der Ethik" in der Prä-historischen Zeitschrift erschienen

Ort: Online

Referent/in: Constantin Rauer

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

101513Z01 Termin(e): 1 x am Mi. 13.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr



ONLINE-KURS

### ● Europäische Öffentlichkeit und demokratische Kommunikation - vhs.wissen live (online)

Livestream

In Kooperation mit der Villa Vigoni, der Gerda-Henkel Stiftung und der Stiftung Genshagen

Europa hat viele Öffentlichkeiten, aber keine gemeinsame. So eine der geläufigen Gegenwartsdiagnosen, wenn es um das aktuelle Befinden unseres Kontinents geht.

Woran aber liegt es, dass Europa auch nach mehr als 70 Jahren des institutionellen Zusammenwachsens keine gemeinsame Öffentlichkeit auf die Beine gestellt bekommt? Liegt es am Mangel an einer gemeinsamen Sprache, fehlt es an einer gemeinsamen Publizistik, an Medien, die das Nationale überwinden

L.I.S.A. WISSENSCHAFTSPORTAL GERDA HENKEL STIFTUNG



## ● Immobilienverkauf privat: Was sollte aktuell unbedingt beachtet werden?

Vortrag

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die mit dem Gedanken spielen, ihre Immobilie zu verkaufen. Er beschäftigt sich ganz aktuell mit den Fragen: Welche Auswirkungen hat die gegenwärtige Situation auf den Wert meiner Immobilie? Welche Unterlagen benötige ich zum erfolgreichen Verkauf und vermeide ich teure Fehler? Welche Kniffe gibt es, um den Wert meiner Immobilie zu steigern? Was muss ich beim Besichtigen beachten und wie kann ich sicher präsentieren?

Diese und weitere Fragen möchte der Referent Markus Popp mit Ihnen an diesem Abend beleuchten. Er ist Projektentwickler und Geschäftsführer einer Immobilienagentur.

	Referent/in:	Markus Popp
	Gebühr:	5,00 €
	Ort:	Böhl-Iggelh., Peter-Gärtner-Realschule plus
<b>I103001C01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 03.12.24, 18.00 - 19.30 Uhr
	Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
<b>I103001K01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 10.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>I103001S01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 29.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Schenken und vererben

Vortrag

Was sollten Sie unbedingt beachten und was können Sie regeln, wenn Sie sich dazu entschließen, Familienangehörigen lebzeitig einen größeren Geldbetrag zu schenken oder Grundbesitz zu übertragen und welche Konsequenzen kann eine lebenszeitige Zuwendung für den Erbfall des Schenkers haben? Diese und andere Fragen möchte Ihnen die Rechtsanwältin Ulrike Sauerstein beispielhaft anhand von einigen Fällen aus der Praxis beantworten.

Ein aktives Mitwirken durch Wortbeiträge und Fragen ist ausdrücklich erwünscht.

	Ort:	Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
	Referent/in:	Ulrike Sauerstein
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I103025N02</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 02.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

## ● Der Pflichtteilsanspruch im Erbrecht

Vortrag

Wer ist in welcher Höhe am Nachlass pflichtteilsberechtig? Welche Pflichtteilsansprüche gibt es?

Die Rechte von Pflichtteilsberechtigten, die Pflichten des Erben oder der Erbengemeinschaft sowie verschiedene Möglichkeiten zur Minderung eines Pflichtteilsanspruches zeigt Ihnen Frau Rechtsanwältin Sauerstein beispielhaft anhand von Fällen aus der Praxis auf.

Ein aktives Mitwirken durch Wortbeiträge und Fragen ist erwünscht.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Ulrike Sauerstein
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I103026S01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 20.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr



Bild: Fotolia

## ● Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Vortrag

Der überwiegende Teil der Bevölkerung hat keine Vorsorgevollmacht erteilt und keine Patientenverfügung verfasst, so dass bei Geschäftsunfähigkeit infolge von Krankheit, Unfall oder Alter eine gesetzliche Betreuung für das Gericht bestellt werden muss. Welche Konsequenzen kann dies für die betroffenen Person und die nächsten Familienangehörigen haben?

Rechtsanwältin Ulrike Sauerstein zeigt Ihnen beispielhaft anhand von Fällen aus der Praxis den Unterschied zwischen einer gesetzlichen Betreuung und einer rechtsgeschäftlichen Vorsorgevollmacht auf und erläutert, was es bei der Gestaltung einer Vorsorgevollmacht unbedingt und möglicherweise zu beachten gilt.

Weiterer Inhalt des Vortrags wird sein, welche Voraussetzungen für die Wirksamkeit einer Patientenverfügung bestehen.

Ein aktives Mitwirken durch Wortbeiträge und Fragen ist erwünscht.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in:	Ulrike Sauerstein
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I103027B01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 05.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr

## ● DAX 17.000?!? - Alles über Aktien & Co.: Lernen Sie Börse!

Dieses Seminar richtet sich an alle, die bankenunabhängig Grundlegendes über die Geldanlage und Vermögensbildung erfahren wollen. Dabei wird insbesondere auch auf die entsprechenden Risiken eingegangen.

Der Dozent ist Diplom-Bankbetriebswirt und beleuchtet unter anderem folgende Themen: Grundbegriffe der Börse, Basiswissen über Wertpapiere, Was ist eine Aktie? Anleihen und Inflation, Beachtenswertes beim Handel über die Bank - Investmentfonds als Alternative zur Einzelanlage

	Referent/in:	Harald Drescher
	Gebühr:	13,00 / 20,00 € (6-7 TN) / 24,00 € (5 TN)
	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
<b>I103100B01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 13.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr
	Ort:	Waldsee, Hermann Gmeiner Schule, Saal 21
<b>I103100W01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 20.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

## ● Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und das Ehegattenvertretungsrecht

Vortrag

Mit einer Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung treffen Sie Vorkehrungen, um im Falle einer Entscheidungs- oder Handlungsunfähigkeit weiterhin selbstbestimmt leben zu können. Der Vortrag definiert die beiden Begriffe, informiert über deren Inhalte und stellt Kombinationsmöglichkeiten mit der Patientenverfügung vor.

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Peter Gärtner Realschule plus, Mensa
	Referent/in:	Julia Recberlik
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I103101C02</b>	Termin(e):	1 x am Do. 10.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr

Der Vortrag findet in Zusammenarbeit mit dem Betreuungsverein des SKFM (Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer) Rhein-Pfalz-Kreis statt. Er ist kostenfrei, eine Spende für Härtefälle des Betreuungsvereins ist freiwillig.



Bild: Fotolia

## ● Pflegebedürftig - Was nun?!? Ein Überblick über das Leistungsrecht der Pflegeversicherung und die Hilfen ambulanter Versorgung in der Region

Vortrag

Bei Pflegebedürftigkeit stellen sich ganz plötzlich viele Fragen. Vieles ist zu erledigen, aber die ganze Thematik Pflege ist meist nicht bekannt: Wer bekommt einen Pflegegrad? Wie sieht es mit der Kostenübernahme aus? Wo beantrage ich was? Dies sind nur einige Fragen, die sich stellen, wenn man die Pflege eines Angehörigen zu organisieren hat.

Je früher man sich mit dem Thema beschäftigt, desto gründlicher kann die Vorbereitung sein, um im Fall der Pflegebedürftigkeit die richtigen Entscheidungen treffen zu können.

**Referentinnen:** Britta Schwarz & Christine Traxel, Pflegestützpunkt Limburgerhof (zuständig für Mutterstadt, Limburgerhof und Rheinauen)

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Britta Schwarz, Christine Traxel
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>103102M01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 19.11.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Diagnose Demenz - was tun? - für Angehörige und ehrenamtliche Begleiter\*innen von Menschen mit Demenz



Vortrag

Angehörige von Menschen mit Demenz nehmen häufig erst spät Unterstützung und individuelle Beratung in Anspruch. Mit dem Vortrag sollen sowohl Angehörige als auch deren soziales Umfeld darauf aufmerksam gemacht werden, was sie selbst tun können, aber auch welche Beratung, Unterstützung und Entlastung es gibt, um trotz Pflegeverantwortung gesund zu bleiben.

Die Referentin informiert über: Was ist Demenz und welche Auswirkung hat sie? Kommunikation und Umgang: Ressourcen stärken statt Defizite betonen, Entlastungsmöglichkeiten im professionellen Versorgungssystem, Rat und Hilfe vor Ort. Der Vortrag ist kostenfrei. Er findet in Kooperation mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft und der BARMER Pflegekasse statt.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Anette Krumhaar
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>103109S02</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 28.08.24, 17.00 - 19.00 Uhr

## ● Hilfe beim Helfen - für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz



In Zusammenarbeit mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. und der BARMER Pflegekasse

Die Alzheimerkrankheit ist die häufigste Ursache von Demenz. Sie stellt Betroffene und ihre Angehörigen vor große Aufgaben in der Lebens- und Krankheitsgestaltung. Größtenteils werden psychisch veränderte Menschen in ihrer häuslichen Umgebung betreut und versorgt. Die Sorge und Pflege in der eigenen Familie bedeuten große physische und vor allem psychische Belastungen für die Pflegenden.

In diesem Kurs werden Hilfen und Unterstützung für den häuslichen Alltag vermittelt. Neben den allgemeinen Informationen werden auch die regionalen Hilfsangebote in den Vordergrund gestellt.

Inhalte sind:

1. Termin: Wissenswertes über Demenz
2. Termin: Demenz verstehen
3. Termin: Den Alltag erleben
4. Termin: Informationen zu Recht
5. Termin: Pflegeversicherungen und Entlastungsangebote
6. Termin: Entlastung für Angehörige
7. Termin: Herausfordernde Situationen und Pflege

Der Besuch des Kurses ist gebührenfrei, die Kosten werden von der BARMER Pflegekasse getragen. Teilnehmen können Versicherte aller Kassen. Mit der Anmeldung werden Ihre Kontaktdaten an die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. bzw. die Kooperationspartner weitergegeben.

Angesprochen sind pflegende Angehörige und ehrenamtliche Begleiter\*innen von Menschen mit Demenz.

Der Kurs richtet sich nicht an Personen, die sich auf dem Arbeitsmarkt qualifizieren möchten und auch nicht an Ehrenamtliche, die im niederschweligen Betreuungsbereich bzw. Hospiz eingesetzt werden.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Ulrich Heberger
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>103110S02</b>	Termin(e): 7 x ab Mi. 25.09.24, 17.00 - 19.00 Uhr

## Umweltbewusst leben & Verbraucherfragen

### ● Motorsägenkurs für Brennholz-Selbstwerber\*innen (teilweise online)

Der erste Teil ist der Theorie gewidmet: Die Teilnehmenden werden online über die Unfallverhütung, die Arbeitssicherheit, die Rettungskette Forst, die zu verwendenden Kraft- und Schmierstoffe (Bio), die notwendige Wartung und Pflege der Motorsäge, den Tank- und Startvorgang der Motorsäge, die Arbeitsweise, die Pflege und Instandsetzung der Schneidgarnitur sowie über Neuerungen im Bereich der Holzbearbeitung geschult.

Samstags steht dann die Praxis vor Ort auf dem Programm: Quickcheck an der Motorsäge, das richtige Starten einer Motorsäge, die Wartung und Pflege der Motorsäge, die verschiedenen Schnitttechniken mit einlaufender und auslaufender Kette, Kombinationsschnitt, Stechschnitt, Präzisionsschnitt sowie das waagrechte und senkrechte Schneiden. Die dafür benötigte persönliche Schutzausrüstung kann im Bedarfsfall gestellt werden und umfasst Forsthelm mit Visier und Gehörschutz, Schnittschutzhose und Schnittschutzhose. Ebenso gestellt werden Kettensäge, Kraftstoff und Betriebsmittel, benötigtes Instandsetzungs- und sonstiges Werkzeug, Übungsholz und Sägeböcke. Handschuhe zur Benutzung der Motorsäge können für einen geringen Unkostenbeitrag im Kurs erworben werden.

Die Teilnehmenden werden sowohl in der Theorie als auch in der Praxis in die vorhandene Sicherheitsausrüstung, die richtige Handhabung und die zu beachtenden Unfallverhütungsvorschriften beim Umgang mit einer Motorsäge eingewiesen. Bei der praktischen Einweisung wird darauf geachtet, dass die richtige Körperhaltung, die richtige Positionierung zum Schnittgut und die Handhabung der Kettensäge entsprechend der vorhandenen Vorgaben ausgeführt werden. Die in der Theorie bereits vorbesprochenen Schnitttechniken werden in der Praxis zunächst vom Instructor vorgeführt und anschließend von allen selbst ausgeführt. Zum Abschluss der praktischen Einweisung erfolgt die Pflege und Wartung an den zuvor benutzten Motorsägen. Im Rahmen der Aussprache wird dann noch die Teilnahmebescheinigung ausgehändigt, die dazu berechtigt, liegendes Holz als „Brennholz-Selbstwerber\*in“ zu bearbeiten.

Der Dozent verfügt über die Zertifizierung und das Gütesiegel des Kuratoriums für Waldarbeit und Forsttechnik (KWF).

#### Organisatorische Hinweise (bitte unbedingt beachten!):

Der Theorie-Teil am Freitag wird online durchgeführt. Bitte geben Sie daher bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse an. Sie erhalten den Link für die Teilnahme vor Kursbeginn an die angegebene E-Mail-Adresse. Prüfen Sie ggf. bitte Ihren Spam-Ordner.

Bei einer Anzahl bis zu 8 Teilnehmenden ist der Treffpunkt für die Praxis am Samstag um 9:00 Uhr vor Ort. Bei mehr als 8 Teilnehmenden findet die Praxis in zwei Gruppen statt. Die Vormittagsgruppe trifft sich bei erforderlicher Gruppenteilung um 8:15 Uhr und die Nachmittagsgruppe um 12:30 Uhr. Die Teilnehmenden werden von der Kursleitung rechtzeitig über den Stand informiert und möglichst nach ihren Wünschen eingeteilt.

**Bitte melden Sie sich aus organisatorischen Gründen bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn an! Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss bei kurzfristiger Absage oder Nichtteilnahme eine anteilige Gebühr i. H. v. 90,00 Euro zu zahlen ist!**

	Referent/in: Rainer Daumann
	Gebühr: 140,00 € inkl. Verbrauchsmaterial und Gerätenutzung (Kettensäge, Kraftstoff und Betriebsmittel, benötigtes Instandsetzungs- und sonstiges Werkzeug, Übungsholz, Sägeböcke)
	Für die persönliche Schutzausrüstung (Helm mit Visier und Gehörschutz, Handschuhe, Schnittschutzhose, Schnittschutzhose) werden zusätzlich je nach individuellem Bedarf bis zu 20,00 Euro vom Referenten in Rechnung gestellt.
	Ort: Online + Altrip, Waldpark
<b>104115A02</b>	Termin(e): Fr. 23.08.24 19.00 - 21.15 Uhr Sa. 24.08.24 09.00 - 12.45 Uhr,
	Ort: Online + Mutterstadt, Industriegebiet
<b>104115M01</b>	Termin(e): Fr. 08.11.24 19.00 - 21.15 Uhr Sa. 09.11.24 09.00 - 12.45 Uhr,



# Klimawoche 2024

Die Online-Vorträge im Rahmen der „Klima-Woche“ finden vom 7. Oktober bis zum 10. Oktober 2024 statt. An vier Abenden werden Handlungsempfehlungen in Sachen Klimaschutz und Klimaanpassung vermittelt, die sich im Alltag umsetzen lassen. Die Veranstaltungen werden gemeinsam organisiert von Klima-Ansprechpersonen und den Volkshochschulen des Rhein-Pfalz-Kreises, der Stadt Ludwigshafen, der Stadt Neustadt an der Weinstraße, der Stadt Frankenthal und der Stadt Speyer in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.



## Wie kommt die Sonne in Tank und Heizung? (online im Rahmen der Klimawoche)



Vortrag

Elisabeth Foit von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz informiert darüber, welche Anforderungen an eine Photovoltaik-Anlage gestellt werden und wie das Zusammenspiel der verschiedenen Nutzungen gelingen kann. Ergänzend erklärt sie die Benutzung des Solarkatasters des Landes Rheinland-Pfalz. Im Anschluss stehen die Organisatorinnen der Veranstaltung aus dem Rhein-Pfalz-Kreis und der Stadt Frankenthal zusammen mit der Referentin für Fragen und Diskussionen bereit.

Ort:	Online
Referent/in:	Elisabeth Foit
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I104200Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 07.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.



## Welche Heizung passt zu mir? (online im Rahmen der Klimawoche)



Vortrag

Harms Geißler, Energieberater der Verbraucherzentrale, erläutert die Vorgaben des Gebäudeenergiegesetzes, stellt mögliche Heizsysteme vor und geht auf Investitions- und Betriebskosten sowie Förderprogramme ein. Er erklärt zudem, wie mit der Vorgabe aus dem Gebäudeenergiegesetz umgegangen werden kann und sollte, dass künftige Heizungen zu mindestens 65 Prozent mit erneuerbaren Energien betrieben werden müssen. Im Anschluss stehen die Organisatorinnen der Veranstaltung aus dem Rhein-Pfalz-Kreis und der Stadt Frankenthal zusammen mit dem Referenten für Fragen und Diskussionen bereit.

Ort:	Online
Referent/in:	Harms Geißler
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I104201Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 08.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.



## Mobilität der Zukunft (online im Rahmen der Klimawoche)



Vortrag

Prof. Dr. Maximilian Fichtner, Professor an der Universität Ulm, Direktor des Helmholtz-Instituts Ulm und bekannt aus diversen öffentlichen Beiträgen, stellt verschiedene Aspekte und aktuelle Entwicklungen der Forschung rund um das Thema Mobilität der Zukunft dar. Dabei wird unter anderem von den verschiedenen Antriebstechnologien und Energieträgern wie E-Fuel, Wasserstoff, Batterie bis hin zu verschiedenen, denkbaren elektrochemischen Stromspeicheralternativen ein einmaliger Einblick in die aktuelle Forschung, die Potentiale und die noch bestehenden Herausforderungen für die interessierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer ermöglicht. Begleitet wird der Abend von den Stabsstellen Klimaschutz der Städte Neustadt an der Weinstraße und Ludwigshafen. Im Anschluss an den Vortrag stehen sie zusammen mit dem Referenten für Fragen und Diskussionen bereit.

Ort:	Online
Referent/in:	Prof. Dr. Maximilian Fichtner
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I104202Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 09.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.



## Grün statt Grau - Dach, Fassade und Balkon klimagerecht begrünen (online im Rahmen der Klimawoche)



Vortrag

„In unserem Online-Vortrag dreht sich alles ums Grün am Haus“, sagt Bettina Niestrath, Fachreferentin für Klimawandel und Klimaschutz bei der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz. Warum ist eine Begrünung von Fassade oder/und Dach sinnvoll, was muss ich beim Bepflanzen beachten und wie sieht es mit der Balkonbepflanzung aus? Regionale Besonderheiten ergänzen die Klimaschutzmanagerin der Stadt Speyer sowie die Klimaanpassungskordinatorin der Stadt Ludwigshafen. Gerne können Fragen bereits im Vorfeld zugesendet werden, aber auch nach dem Vortrag wird es Zeit für Diskussionen geben.

Diese Veranstaltung ist gleichzeitig der erste Teil der Reihe „Grün statt Grau - klimafreundliches Grün am und ums Haus“ von Stadt Ludwigshafen und Rhein-Pfalz-Kreis. Teil 2 „Wassersparend und klimafreundlich: Der (Vor-)Garten als Schwamm“ findet am 29.10.2024 statt.

Ort:	Online
Referent/in:	Bettina Niestrath
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I104203Z01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.



## Wassersparend und klimafreundlich: Der (Vor-)Garten als Schwamm (online)



Vortrag

Haben Hausbesitzer\*innen die grundlegende Bedeutung des privaten Grüns in ihren (Vor-)Gärten für das Mikroklima in den Kommunen erkannt, stehen sie oftmals vor der großen Herausforderung einer nachhaltigen Umsetzung. Bei lang anhaltenden sommerlichen Hitzeperioden, aber gleichzeitig immer häufiger auftretendem Starkregen kann die Pflanzenauswahl sowie der Umgang mit Wasser zur Herausforderung werden. An diesem Abend mit Gartenplanerin Elke Blänsdorf geht es um praktische Lösungen, wie z.B. das Auffangen und Speichern von Regenwasser, effektive Tipps zur Bodenverbesserung, die klimafreundliche Gestaltung von Wegen und Sitzplätzen und eine trockenheitsresistente Bepflanzung. Sie gestaltet seit vielen Jahren nachhaltige Gärten und ist spezialisiert auf nachhaltige Wassernutzung. Die Klimaanpassungskordinatorin der Stadt Ludwigshafen ergänzt lokal-spezifische Angebote.

Diese Veranstaltung ist der zweite Teil der Reihe „Grün statt Grau - klimafreundliches Grün am und ums Haus“ von Stadt Ludwigshafen und Rhein-Pfalz-Kreis. Teil 1 „Dach, Fassade und Balkon klimagerecht begrünen“

Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet!

Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter vhs-rpk.de



findet zusammen mit der Stadt Speyer im Rahmen der Klimawoche am 10.10.24 statt.

Ort:	Online
Referent/in:	Elke Blänsdorf
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I104210Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 29.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

## ● Energieeinsparung und Energieversorgung in Bestandsgebäuden

Vortrag

In Zusammenarbeit mit dem BUND Rhein-Pfalz-Kreis und dem Klimaschutzmanagement der VG Römerberg-Dudenhofen

Beim Heizen und der Warmwasserbereitung unserer Gebäude müssen wir etwas ändern. Aber was ist sinnvoll?

Dr.-Ing. Thomas Hauff zeigt in diesem Vortrag, der sich an Gebäudeeigentümer\*innen richtet, dass sich der Handlungsbedarf und die -möglichkeiten in Bestandsgebäuden sehr individuell aus der jeweiligen Ausgangssituation ergeben. Das Baujahr eines Gebäudes, die verwendeten Baumaterialien sowie der aktuelle Zustand des Heizsystems bestimmen, welche Maßnahmen sinnvollerweise vorrangig angegangen werden sollten. Mit Blick auf die zunehmenden Kosten für Energie sowie die zu erwartenden gesetzlichen Änderungen können mit den zur Verfügung stehenden finanziellen Mitteln individuelle Prioritäten entstehen.

Im Vortrag werden die Vielzahl von Vorteilen und Einsparpotentialen eines wärmegeprägten Hauses beleuchtet sowie die Kosten-Nutzen-Verhältnisse der Dämmung analysiert. Der technische und finanzielle Aufwand für die Beheizung eines gedämmten Hauses wird z.B. aus verschiedenen Gründen als deutlich günstiger im Vergleich zu einem ungedämmten Haus betrachtet.

Darüber hinaus erläutert Thomas Hauff günstige Bedingungen für den Betrieb von Wärmepumpen und zeigt, wie diese Bedingungen geschaffen werden können. Dabei werden sowohl der Vollwärmeschutz als auch weniger aufwändige Maßnahmen, wie die Anpassung der Heizkörpergröße, diskutiert und bewertet. Praktische Fragen zur Photovoltaik und Solarthermie werden ebenfalls behandelt, um zu zeigen, dass das Anstreben einer energetischen Unabhängigkeit eines Gebäudes möglich und sinnvoll ist.

Für Eigenheimbesitzer\*innen ist es wichtig, die Grundlagen der Energienutzung in Bestandsgebäuden zu verstehen. Nur so können Möglichkeiten zur Eigenleistung erkannt, aber auch in Diskussionen mit Fachfirmen die bestgeeignete individuelle Optimierung gefunden werden.

Ort:	Römerberg, Zehnthaus
Referent/in:	Dr. Thomas Hauff
Gebühr:	frei (Anmeldung erwünscht)
<b>I104405R01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 30.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr

Zur besseren Planbarkeit wird um Anmeldung gebeten.

## Vortragsreihe „Klimawandel“

in Kooperation mit dem Klimaschutzmanagement der VG Römerberg-Dudenhofen und dem BUND Kreisgruppe Bad Dürkheim



## ● Klimawandel 1 - Folgen von Klimawandel, Fluten und Trockenheit für Natur und Mensch



Vortrag

In Zusammenarbeit mit dem Klimaschutzmanagement der VG Römerberg-Dudenhofen und dem BUND Kreisgruppe Bad Dürkheim

Im Laufe der Erdgeschichte haben sich alle Lebewesen an die Umweltbedingungen ihres Lebensraums angepasst. Das gilt gleichermaßen für Mikroben, Pflanzen, Tiere und Menschen.

Entscheidend für das Überleben ist die Verfügbarkeit von Wasser und Nahrung. Je nach Gegebenheit des Lebensraumes sind zahllose „ökologische Nischen“ und angepasste Überlebensstrategien entstanden.

Der Vortrag zeigt an Beispielen wie der Klimawandel Einfluss nimmt auf Lebensräume, Nahrungs-Netzwerke, Artenvielfalt, tierische und menschliche Gesundheit.

Der Referent Dr. Anton Safer hat in Hohenheim Agrarwissenschaften studiert und nach der Weiterbildung an der Medizinischen Hochschule Hannover in Humanbiologie promoviert. Er hat 36 Jahre in der Forschung Deutscher Pharmaunternehmen gearbeitet, und 7 Jahre an der Universität Heidelberg auf dem Gebiet der Neuroepidemiologie (Schlaganfall und ALS-Erkrankung) geforscht. Er ist ehrenamtlich tätig für den BUND und im wissenschaftlichen Beirat der Aurelia-Stiftung Berlin.

Ort:	Hanhofen, Kulturscheune
Referent/in:	Dr. Anton Safer
Gebühr:	frei (Anmeldung erwünscht)
<b>I104420E01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 19.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Zur besseren Planbarkeit wird um Anmeldung gebeten.

## ● Klimawandel 2 - Der Treibhauseffekt, seine Verstärkung und bereits erkennbare Folgen



Vortrag

In Zusammenarbeit mit dem Klimaschutzmanagement der VG Römerberg-Dudenhofen und dem BUND Kreisgruppe Bad Dürkheim

Der Treibhauseffekt und seine Verstärkung durch den Menschen ist Thema dieses Vortrags. Der große Treiber sind die CO<sub>2</sub>-Emissionen, die die globalen Temperaturen ansteigen lassen. Die Folgen sind ein geändertes Klimageschehen, das in Deutschland und global bereits deutlich sichtbar ist.

Der Referent Dr. Harald Schwentker hat an der Universität Münster Chemie studiert und im Fach Physikalische Chemie promoviert. Er hat fast 30 Jahre bei der BASF SE als Betriebs- und Projektleiter mit Schwerpunkt Petrochemie gearbeitet. Seit 2008 befasst er sich intensiv mit der Physik des Klimawandels und dessen Auswirkungen. Er ist ehrenamtlich tätig für den BUND.

Ort:	Harthausen, Historischer Tabakschuppen
Referent/in:	Dr. Harald Schwentker
Gebühr:	frei (Anmeldung erwünscht)
<b>I104421E01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 26.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Zur besseren Planbarkeit wird um Anmeldung gebeten.

## ● Klimawandel 3 - Wie wird sich das Klima entwickeln, und wie schnell müssen wir darauf reagieren?



Vortrag

In Zusammenarbeit mit dem Klimaschutzmanagement der VG Römerberg-Dudenhofen und dem BUND Kreisgruppe Bad Dürkheim

Mit immer genaueren Modellen errechnet die Klimaforschung aufgrund von Emissionsszenarien Projektionen zum weltweiten Temperaturanstieg. Wichtig sind Kipp-Punkte im Klimageschehen, die das Klima plötzlich in eine für das Leben auf der Erde bedrohliche Richtung ändern können. Das 2°C-Ziel und das daraus folgende begrenzte Kohlenstoffbudget, das uns für Emissionen noch zur Verfügung steht, erfordert eine schnelle Dekarbonisierung unseres Wirtschaftens, bei der Gerechtigkeitsfragen eine zentrale Rolle spielen. Ein Blick auf die aktuelle Situation bei den Bemühungen um die Begrenzung des Klimawandels zeigt die immensen Anstrengungen, die wir noch vor uns haben.

Der Referent Dr. Harald Schwentker hat an der Universität Münster Chemie studiert und im Fach Physikalische Chemie promoviert. Er hat fast 30 Jahre bei der BASF SE als Betriebs- und Projektleiter mit Schwerpunkt Petrochemie gearbeitet. Seit 2008 befasst er sich intensiv mit der Physik des Klimawandels und dessen Auswirkungen. Er ist ehrenamtlich tätig für den BUND.

Ort:	Dudenhofen, Festhalle
Referent/in:	Dr. Harald Schwentker
Gebühr:	frei (Anmeldung erwünscht)
<b>I104422E01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 09.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Zur besseren Planbarkeit wird um Anmeldung gebeten.

Bitte auch zu den einteiligen Veranstaltungen unbedingt anmelden!

# Vortragsreihe 2024/2025 „Multifunktionale Flächennutzung - Boden und Fäche sind endlich: Wir müssen sparsam damit umgehen“

in Zusammenarbeit dem mit dem BUND Rhein-Pfalz-Kreis und dem Projekt „Boden schätze(n) - Flächen schützen“ des BUND Landesverband RLP. Das Projekt wird gefördert von der Stiftung Natur und Umwelt aus Finanzmitteln der Glücksspirale.



Bild von Rita auf Pixabay



Bild von Sebastian Ganso auf Pixabay

Die Vortragsreihe wird im 1. Halbjahr 2025 fortgesetzt mit den Vorträgen „Biodiversität und Landwirtschaft im Einklang?“ am 24.01.25 und „Wie gelingt ein Ausgleich mit Mehrwert für Flächen?“ am 04.04.25.

## ● Flächeninanspruchnahmen in RLP und die Situation im Rhein-Pfalz-Kreis (hybrid)

**Vortrag**  
In Zusammenarbeit dem mit dem BUND Rhein-Pfalz-Kreis und dem Projekt "Boden schätze(n) - Flächen schützen" des BUND Landesverband RLP. Das Projekt wird gefördert von der Stiftung Natur und Umwelt aus Finanzmitteln der Glücksspirale.

In den nächsten Jahren stehen Städte und Gemeinden in Rheinland-Pfalz vor großen Aufgaben. Klimaschutz, Hochwasserschutz sowie Innen- und Außenentwicklung sind bedeutende Problembereiche für die zum Teil kleinen Gemeinden. Innovative, inspirierende Ideen, gute Lösungen und Dialog sind daher ein wichtiger Input in die politischen Entscheidungsprozesse.

Der BUND Rheinland-Pfalz will mit seinem von der Stiftung Natur und Umwelt Rheinland-Pfalz geförderten Projekt "Boden schätze(n) - Flächen schützen" Lösungsansätze zum Erhöhen der Sensibilität für unverbaute Böden, Bodenschutz und flächensparendes Bauen beitragen. Das Projekt und erste Ergebnisse werden vorgestellt.

Der Rhein-Pfalz-Kreis propagiert mit seinem Motto "Hier sprießt die Vorderpfalz" seine ihn auszeichnenden Gemüseanbau direkt vor den Städten Ludwigshafen, Frankenthal und Speyer. Gleichzeitig ist der Druck enorm, den ohnehin schon dichten Siedlungsbereich weiter ins Offenland zu treiben und Grün- und Agrarflächen anderweitig zu nutzen (Wohn- und Gewerbegebiete, Verkehrs- und Energieinfrastruktur, Rohstoffgewinnung u.a.). Die aktuelle Situation und bereits in Planung befindlichen weiteren Flächeninanspruchnahmen werden vorgestellt und Lösungsansätze für die sich scheinbar widersprechenden Zielsetzungen aufgezeigt.

**Referent\*innen:**  
Natascha Steinbacher ist Leiterin des Projektes "Boden schätzen, Flächen schützen" des BUND Rheinland-Pfalz  
Dr. Rolf Götz ist als Vorsitzender der BUND Kreisgruppe Rhein-Pfalz-Kreis maßgeblich in die Stellungnahmen des BUND zu (Neu)Planungen im Kreis eingebunden.

Dieser Vortrag findet hybrid statt, die Teilnahme ist vor Ort und online möglich. Bitte melden Sie sich unter Kursnummer I104450KO1 für die Online-Teilnahme bis spätestens 11.09.24 an. Nach dem Anmeldeschluss werden Ihre Kontaktdaten an den BUND weitergeleitet zum Versand des Teilnahmelinks.

Für die Teilnahme in Präsenz ist die Anmeldung unter der Kursnummer I104450KP1 erwünscht.

	Referent/in:	Dr. Rolf Götz, Natascha Steinbacher
	Gebühr:	frei (Anmeldung für Online-Teilnahme erforderlich)
	Ort:	Limburgerhof, Rathaus
<b>I104450KP1</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 18.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr
	Ort:	Online
<b>I104450KO1</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 18.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

## ● Oben Energie, darunter die Lebensmittel: Agri-PV nutzt Fläche multifunktional (hybrid)

**Vortrag**  
In Zusammenarbeit dem mit dem BUND Rhein-Pfalz-Kreis und dem Projekt "Boden schätze(n) - Flächen schützen" des BUND Landesverband RLP. Das Projekt wird gefördert von der Stiftung Natur und Umwelt aus Finanzmitteln der Glücksspirale

Der Ausbaubedarf an erneuerbaren Energien zur Erreichung von Klimaneutralität und Energieautarkie ist hoch. Neben Windkraft muss vor allem die installierte Leistung von Photovoltaik (PV) in den nächsten Jahrzehnten erheblich ausgeweitet werden. Dies erfordert auch eine Zunahme von PV-Flächen im Offenland. In der Regel werden diese als Freiflächenanlagen konzipiert und stellen einen Verlust von landwirtschaftlicher Fläche dar. Dementgegen stellt die Agri-PV ein Doppelnutzungssystem dar, das landwirtschaftliche Produktion und Energiegewinnung auf derselben Fläche vereint. Der Vortrag gibt einen Überblick über aktuelle Ansätze und greift dabei Chancen, aber auch Herausforderungen auf.

**Referent:** Dr. Christian Sponagel ist seit dem Jahr 2019 als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Fachgebiet für Landwirtschaftliche Betriebslehre an der Universität Hohenheim tätig. Sein Forschungsschwerpunkt liegt im Bereich der ökonomisch-ökologischen Modellierung an der Schnittstelle zwischen Landwirtschaft und nachhaltiger Freiraumnutzung. Ein Fokus liegt dabei auf der Biodiversität in der Agrarlandschaft sowie weiteren Interaktionen zwischen der landwirtschaftlichen Flächennutzung und Umweltfaktoren.

Dieser Vortrag findet hybrid statt, die Teilnahme ist vor Ort und online möglich. Bitte melden Sie sich unter Kursnummer I104451KO1 für die Online-Teilnahme bis spätestens 11.10.24 an. Nach dem Anmeldeschluss werden Ihre Kontaktdaten an den BUND weitergeleitet zum Versand des Teilnahmelinks.

Für die Teilnahme in Präsenz ist die Anmeldung unter der Kursnummer I104451KP1 erwünscht.

	Referent/in:	Dr. Christian Sponagel
	Gebühr:	frei (Anmeldung für Online-Teilnahme erforderlich)
	Ort:	Limburgerhof, Rathaus
<b>I104451KP1</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 18.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr
	Ort:	Online
<b>I104451KO1</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 18.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr

Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet! Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](https://www.vhs-rpk.de)



● **„ANDERS ESSEN - das Experiment“ - Filmvorführung mit anschließendem Austausch im Rahmen der Fairen Woche**



In Zusammenarbeit mit der Steuerungsgruppe Fairtrade Gemeinde Mutterstadt Erde gut, alles gut - so lautet das Thema der diesjährigen Fairen Woche. Als innovative Organisation für zukunftsfähige Landwirtschaft setzt Fairtrade auf das Konzept der Agrarökologie - und geht damit den nächsten Schritt hin zu mehr globaler Nachhaltigkeit. Der Film „ANDERS ESSEN - das Experiment“ möchte uns mit auf eine Entdeckungsreise nehmen und uns Wege aufzeigen, wie uns das zukünftig auch besser gelingen kann, denn schon lange ist bekannt, dass jeder Ernährungsstil - in unterschiedlichem Ausmaß - auch das Klima belastet. Doch noch niemand hat ausgerechnet, wie groß die CO2-Belastung tatsächlich ist. Die Filmemacher Kurt Langbein und Andrea Ernst haben einen Acker mit genau den Getreide- und Gemüsesorten, Früchten, Ölsaaten und Gräsern bepflanzen lassen, die für jede Person tagtäglich auf dem Teller landen. So entstand ein Feld von 4.400 m<sup>2</sup>, was ungefähr einem kleinen Fußballfeld entspricht. Das ist die Menge, die ein durchschnittlicher Bürger für seine Ernährung benötigt. Wir verbrauchen aber doppelt so viel, also viel mehr als uns zusteht. Würden sich alle Menschen so ernähren, bräuchten wir schon bald eine zweite Erde. Der Selbstversuch dreier Familien soll zeigen, ob sich mit dieser Erkenntnis unser Verhalten nicht doch so weit ändern ließe, um dauerhaft auf unserem Planeten zu leben.

Nach dem Film laden wir Sie zu einem Gedankenaustausch, einem Glas fair und bio produziertem Secco und ein paar klimafreundlichen Snacks ein.

**Organisatorinnen des Abends:** Eva Heyder (Steuerungsgruppe Fairtrade Gemeinde Mutterstadt und örtliche Leitung vhs Mutterstadt) und Christa Scheid (Steuerungsgruppe Fairtrade Gemeinde Mutterstadt)

Die Veranstaltung ist eine von verschiedenen Veranstaltungen, die von der Steuerungsgruppe Fairtrade Gemeinde Mutterstadt im Zeitfenster der Fairen Woche in Mutterstadt stattfinden werden.

	Ort: Mutterstadt, Seniorentreff
	Gebühr: frei (Anmeldung erwünscht)
<b>I104460M01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 26.09.24, 19.00 - 21.00 Uhr

Zur besseren Planbarkeit wird um Anmeldung gebeten.

**Veranstaltungen im Rahmen der Fairen Woche**

in Zusammenarbeit der Fairtrade Stadt Schifferstadt, FAIReint Schifferstadt und Weltladen Schifferstadt

● **Eröffnung der Fairen Wochen unter dem Motto „FAIR. Und kein Grad mehr“ auf dem Wochenmarkt mit FAIRKostung und Information**

In Zusammenarbeit der Fairtrade Stadt Schifferstadt, FAIReint Schifferstadt und Weltladen Schifferstadt

Bereits mit der Fairen Woche 2023 war die Klimakrise als eine soziale Herausforderung nach Klimagerechtigkeit das Thema. Das Konzept der Klimagerechtigkeit beinhaltet u.a. die Forderung, die Verursacher der Klimakrise stärker an der Bewältigung der Auswirkungen sowie an der Anpassung an die Folgen zu beteiligen.

In den Fairen Woche 2024 stehen insbesondere junge Menschen - sowohl im Globalen Norden als auch im Globalen Süden - im Fokus. Alle und besonders junge Menschen sind eingeladen, ihre Sicht auf das Thema einzubringen sich für mehr Klimagerechtigkeit einzusetzen.

Der Faire Handel trägt zu mehr Klimagerechtigkeit bei.

Der Faire Handel setzt sich für mehr Klimagerechtigkeit ein und leistet selbst einen wirksamen Beitrag dazu, da er

- dazu beiträgt, Kleinproduzent\*innen widerstandsfähiger gegen Krisen zu machen;
- auf verschiedenen Ebenen für mehr Klimagerechtigkeit eintritt, darunter Wirtschaft und Politik;
- klimaschonend wirtschaftet;
- nicht vermeidbare Emissionen in Pilotprojekten mit den Handelspartnern im Globalen Süden kompensiert
- Handelspartner bei der Anpassung an die Folgen der Klimakrise unterstützt, z.B. durch die Bereitstellung von klimaresistentem Saatgut sowie Beratung;
- seine Handelspartner nach klimabedingten Naturkatastrophen unterstützt.

Auf dem Wochenmarkt besteht die Möglichkeit, den eigenen ökologischen Fußabdruck spielerisch mittels eines Fußspuren - Parcours zu ermitteln.

	Ort: Schifferstadt, Schillerplatz
	Gebühr: frei (keine Anmeldung erforderlich)
<b>I104480S01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 13.09.24, 10.00 - 13.00 Uhr



Bild von congedesign auf pixabay



● **Kleidertausch**

In Zusammenarbeit der Fairtrade Stadt Schifferstadt, FAIReint Schifferstadt und Weltladen Schifferstadt

Nachhaltigkeit fängt im Kleiderschrank an. Wenn Lieblingsteile da sind, die nicht mehr angezogen werden, dann können sie hier getauscht werden. So können alle neue Sachen finden und gleichzeitig Umwelt und den Geldbeutel schonen. Jedes Kleidungsstück, das nicht produziert werden muss, spart Ressourcen ein und verringert Müll.

**Und so geht's:**

Maximal 20 gut erhaltene Teile pro Person mitbringen.

Vor Ort sortiert jeder die mitgebrachte Kleidung nach T-Shirts, Pullover, Hosen usw.

Danach kann in aller Ruhe angeschaut, ausgewählt und anprobiert werden.

Die übrig gebliebenen Kleidungsstücke werden nachhaltig an soziale Einrichtungen „fair“ teilt.

Wegwerfen und neu kaufen war gestern. Heute wird getauscht.

	Ort: Schifferstadt, Pfarrzentrum St. Jakobus
	Gebühr: frei (keine Anmeldung erforderlich)
<b>I104481S01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 20.09.24, 17.00 - 19.00 Uhr

● **„Tischlein deck dich“ - Picknick bei Livemusik: fair-tafeln und fair-teilen**

In Zusammenarbeit der Fairtrade Stadt Schifferstadt, FAIReint Schifferstadt und Weltladen Schifferstadt

Seit einigen Jahren lädt die Fairtrade Stadt am Samstag vor dem Obst- und Gemüsetag ab 18 Uhr auf den Schillerplatz zu einem Picknick bei Live-Musik ein. Jede und jeder ist eingeladen an den vorhandenen Biertischgarnituren Platz zu nehmen und das mitgebrachte Picknick in netter Gesellschaft zu verzehren. Mit den mitgebrachten Köstlichkeiten, die FAIRteilt werden, wurden in der Vergangenheit beeindruckende Buffetts gezaubert. Nach dem „Geben und Nehmen“-Prinzip macht man anderen durch sein mitgebrachtes Essen Freude und kann anderes versuchen und genießen.

In diesem Jahr wird die Pälzer Cantry Bänd aus Kaiserslautern nach Schifferstadt kommen. Die Pälzer Cantry Bänd präsentiert ihre Lieder in einem wilden Mix aus Country, Reggae, Rock und Blues - und vor allem „konsekvent pälzisch“!

Die vier sympathischen Jungs vom Land singen vom Kersche-Kersche-Määd-sche, vom Schiffschaukelbremser oder vom Pälzer Easy Rider. Dabei erklären sie ihrem Publikum ganz beiläufig, dass etliche weltbekannte englische und amerikanische Hits ursprünglich auf traditionelle pfälzische Volkslieder, Balladen und Bänkengesänge zurückgehen. Oder dass die BeeGees aus Bisterschied in der Nordpfalz stammen und ihre ersten Lieder im örtlichen Dialekt komponierten. Oder warum „Cantry Music“ richtigerweise mit „a“ geschrieben wird. Die interpalatinal aufgestellte Bänd - die Musiker stammen aus der Nord-, Süd-, West- und Vorderpfalz - entwickelte sich rasch zum Publikumsliebbling bei den Fans von „Pälzer Mussick“ und konnte bereits mehrere Preise in Mundartwettbewerben gewinnen, u.a. den Publikumspreis im Wettbewerb „Lied für Lautern“.

	Ort: Schifferstadt, Schillerplatz
	Gebühr: frei (keine Anmeldung erforderlich)
<b>I104482S01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 28.09.24, 18.00 - 20.30 Uhr



ONLINE-KURS

## ● Die 7 Fallen in der Erziehung - und wie man sie vermeidet (online)



Vortragsseminar

Meckern, schimpfen, kritisieren ist nur eine von sieben Erziehungsfallen. Kinder miteinander vergleichen ist ein weiterer Fallstrick in der Erziehung von Kindern. Sind Sie gespannt auf die weiteren Fallen und auf Wege, die Fallen zu umgehen? Das Alter Ihres Kindes spielt dabei keine Rolle. Als kleiner Erinnerungshelfer für zuhause gibt es die sieben Erziehungsfallen am Ende in schriftlicher Form als Handout.

**Referentin:** Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbildnerin, systemischer ElternCoach

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort:	Online
Referent/in:	Ulrike Strubel
Gebühr:	15,00 €
<b>I105004Z01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 27.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr



ONLINE-KURS

## Wenn Eltern getrennte Wege gehen - Was brauchen die Kinder? (online)



Vortragsseminar

Mit dem Modell vom "Familien-Haus" können Eltern bereits Kindergarten-Kindern das Thema Trennung/Scheidung anschaulich begreifbar machen.

Die Referentin stellt außerdem 20 Bitten von Kindern an ihre nach-wie-vor-Eltern vor. Ein interessanter Abend für Mütter und Väter, die getrennt erziehend unterwegs sind. Die 20 Bitten gibt es am Ende als kleinen Erinnerungshelfer als Handout.

**Referentin:** Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbildnerin, systemischer ElternCoach

# MEIN RHEINPFALZ-ABO

Die flexible Art, RHEINPFALZ zu lesen.



Als App für Smartphone und Tablet oder online als E-Paper. Weitere Infos unter [abo.rheinpfalz.de](http://abo.rheinpfalz.de) oder 0631 3701-6640.



Wir leben Pfalz. **DIE RHEINPFALZ**

Werbeanzeige

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail.

Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort:	Online
Referent/in:	Ulrike Strubel
Gebühr:	15,00 €
<b>I105005Z01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 15.11.24, 20.00 - 21.30 Uhr

## ● Trotzalter - ein Infoabend für Eltern

In Zusammenarbeit mit der Christel und Manfred Gräf Stiftung

Trotzphase kann heißen,

- dass aus unseren geliebten Wunschkindern kleine Wutzwerge werden.
- dass sie uns Tag für Tag an unsere Grenzen bringen.
- dass Eltern ernsthaft über ihre Erziehungsprinzipien nachdenken.

Die ersten Schritte in die Autonomie sind wesentliche Erfahrungen für die Entwicklung der Kinder. Freude und Frust, Ziele und Mut sind ihre Antreiber. Sie brauchen viel Verständnis, Geduld und Anleitung, um alltägliche „Krisen“ zu bewältigen. Starke Kinder brauchen starke Eltern!

Dieser Vortrag zeigt Wege, um gelassener mit Machtkämpfen und Trotzattacken umzugehen.

Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
Referent/in:	Carina Haindl Strnad
Gebühr:	10,00 €
<b>I105007B01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 06.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr



Bild: Fotolia

**ONLINE-KURS**

**Hochsensible Kinder begleiten (online)**

Vortragssseminar

Hochsensible Kinder erleben die Welt intensiver und detaillierter als andere Kinder, da sie ein empfindsameres Nervensystem haben. Sie sind z.B. oft sehr phantasievoll und haben ein gutes Gespür für die Stimmungen anderer. Unter zu viel Hektik und der Vielfalt von Alltagsreizen leiden sie schnell. Das bedeutet für Eltern und Erzieher\*innen eine größere Herausforderung im Alltag, feinfühlig die Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen und passende Rahmenbedingungen zu schaffen, um nicht „in Watte zu packen“ aber auch nicht zu überfordern. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Hochsensibilität bei einem Kind erkennen und es in seiner Entwicklung mit dieser besonderen Begabung unterstützen können.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

	Ort:	Online
	Referent/in:	Daniela Heil
	Gebühr:	12,00 €
<b>1105019Z01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 20.09.24, 18.30 - 20.45 Uhr

**ONLINE-KURS**

**Kinder im Autismus-Spektrum... wenn manches einfach anders ist und trotzdem gut (online)**

Vortragssseminar

Autismus ist ein „Spektrum“, in dem sich jeder der 1 bis 2 Prozent autistischen Menschen voneinander unterscheidet und einzigartig ist. Häufig besitzen Kinder im Autismus-Spektrum eine andere Art der Wahrnehmungsverarbeitung, des Denkens und des sozialen Miteinanders. Manchmal zeichnen sie sich durch besondere Verhaltensweisen aus, die für nicht-autistische Menschen auf den ersten Blick vielleicht nicht verständlich sind.

Erfahren Sie an diesem Abend, was Autismus überhaupt ist und welche Herausforderungen und Stärken mit dieser Diagnose verbunden sein können. Lernen Sie Kinder im Autismus-Spektrum besser verstehen und erhalten Sie wertvolle Impulse, diese Kinder zu unterstützen.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

	Ort:	Online
	Referent/in:	Daniela Heil
	Gebühr:	12,00 €
<b>1105020Z02</b>	Termin(e):	1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 20.45 Uhr

Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet! Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



**ONLINE-KURS**

**Stark gegen Stress - Resilienz mit Kindern wirksam trainieren (online)**

Resilienz als seelische Widerstandskraft bei Belastungen und Stresserleben lässt sich mit Kindern und Jugendlichen effektiv trainieren - zu Hause und im pädagogischen Umfeld. Vor allem sehr sensible Kinder gewinnen durch Resilienztraining an innerer Stärke und Handlungsfähigkeit in herausfordernden Situationen.

In diesem Workshop erhalten Sie wissenswerte Informationen zur Resilienz-förderung und zum Schutzfaktoren-Konzept im Kindes- und Jugendalter. Sie lernen vielfältige Übungen kennen, die Kids & Teens dabei unterstützen, erfolgreich mit Konflikten, präventiv und aktiv mit Stress umzugehen. Methoden zur Förderung verschiedener Resilienzbausteine wie z.B. Selbstwirksamkeit, Steuern von Gefühlen, soziale Kompetenz, positive Selbstwahrnehmung, Problemlösen u.a. werden im Seminar vorgestellt und selbst praktisch erprobt.

Die Übungen können Sie leicht „zwischen durch“ als Eltern/Erziehungsberechtigte oder im pädagogischen Alltag als Fachkräfte einsetzen.

Die Kursleitung Daniela Heil ist Förderschullehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Systemischer Coach, Entspannungs- / Stressbewältigungs- und Resilienztrainerin.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

	Ort:	Online
	Referent/in:	Daniela Heil
	Gebühr:	70,00 / 80,00 € (6-7 TN) inkl. Kursunterlagen
<b>1105101Z01</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 06.07.24, 09.00 - 15.30 Uhr

**Stoffwindel-Infoabend**



Sie interessieren sich für das Wickeln mit Stoffwindeln und fragen sich, wie das eigentlich funktioniert?

Hier bekommen Sie einen herstellerunabhängigen Überblick über die verschiedenen Systeme (Wolle/PUL, AiO, SiO...) mit ihren Vor- und Nachteilen. Die Referent zeigt Ihnen am „Wickeldummie“, wie das Wickeln konkret funktioniert.

Infos zur Waschroutine und Tipps zum Vermeiden teurer Fehlanschaffungen nehmen Sie auch noch mit auf den Weg, so dass Sie nach dem Infoabend leichter zu Ihrer persönlichen Entscheidung finden können.

Babys können zum Kurs mitgebracht werden, die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Cornelia Solisch
	Gebühr:	10,00 €
<b>1105050S01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 27.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

**Persönlichkeitsbildung & Psychologie**

**ONLINE-KURS**

**Mit Hochsensibilität achtsam leben (online)**

Vortragssseminar

Sind Ihnen Lärm und grelles Licht schnell zu viel? Benötigen Sie regelmäßig Rückzug aus der lauten und hektischen Welt? Haben Sie intensive Gefühle und sehr viel Phantasie? Hochsensibilität ist eine besondere Charaktereigenschaft, sehr „fein“ wahrzunehmen und zu fühlen. Diese Begabung kann unseren Alltag vielfältig bereichern. Gleichzeitig stellt uns solche Feinsinnigkeit immer wieder vor Herausforderungen und braucht unseren besonderen Schutz vor Reizüberflutung.

An diesem Abend erfahren Sie mehr darüber, was Hochsensibilität ist und wie Sie damit achtsam und erfüllt leben können.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

	Ort:	Online
	Referent/in:	Daniela Heil
	Gebühr:	12,00 €
<b>1106001Z01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 11.07.24, 18.30 - 20.45 Uhr

● **Kopf oder Zettel - Merktechniken für jede\*n (ab 16 Jahre)**

Schnelles und sicheres Abspeichern von Informationen ist in Schule und Studium, am Arbeitsplatz oder im Ruhestand für jeden Trumpf.

Wie kann ich mir problemlos Namen oder Zahlen merken, den Einkaufszettel getrost zur Seite legen? Wie kann ich mein Erinnerungsvermögen nachhaltig und besser trainieren? Mit gezielten, auf die Teilnehmer\*innen abgestimmten kleinen Übungen gelingt es spielend. Kenntnisse über die Funktionen unseres Gehirns helfen dabei. Sie erhalten tolle Tipps zur Steigerung der Merkfähigkeit sowie zum eigenen Training.

Der Referent ist Gedächtnistrainer, Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

	Ort:	Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in:	Harald Drescher
	Gebühr:	13,00 / 20,00 € (6-7 TN)
<b>1106031A01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 14.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

● **Denk-Spaziergang - Gedächtnistraining mit Bewegung**

Schon die alten Philosophen wussten, dass Gehen unsere Gedanken fließen lässt und unseren Geist anregt. Mit Bewegung an der frischen Luft wird das Gehirn stärker durchblutet und mit mehr Sauerstoff und Energie versorgt. Der Unterschied zum normalen Wandern oder Gehen ist die gezielte geistige Aktivität. Der Denk-Spaziergang ist die ideale Kombination aus (spazieren)gehen mit kurzen Stopps und Denkaufgaben.

Mit viel Spaß kleine Aufgaben lösen und in Bildern denken. Sehen, Hören, Fühlen und Riechen in der Natur sowie Übungen für Koordination und Beweglichkeit sorgen für ein Gehirntaining bei guter Laune. In einer Gemeinschaft macht es besonders viel Spaß!

Sie werden dazu von einem ausgebildeten Gehirn- und Gedächtnistrainer vom Bundesverband Gedächtnistraining e.V. durch den an die Festhalle angrenzenden Wald begleitet.

Teilnehmen können Interessierte jeden Alters, die einen ca. 90minütigen Spaziergang bewältigen können. Walkingstöcke bitte zu Hause lassen.

Bitte mitbringen: Kleiner Rucksack oder Tragetasche, Wasser

	Ort:	Waldsee, an der Sommerfesthalle, Wörthstraße (Außenbereich)
	Referent/in:	Harald Drescher
	Gebühr:	6,00 / 9,00 € (6-7 TN)
<b>1106032W01</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 07.10.24, 10.00 - 11.30 Uhr

Treffpunkt: Festhalle Dudenhofen

Bitte tragen Sie feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung. Der Kurs findet auch bei leichterem Regen statt.

● **Reden hilft - gute Kommunikation für alle Fälle**

Um die vielfältigen Anforderungen des Alltags zu bewältigen und auch in stressigen Zeiten die richtigen Worte für einen konstruktiven Dialog zu finden, ist eine gute Kommunikationskompetenz von großer Bedeutung.

Durch verbindliche Absprachen und eine gute Gesprächsführung können auch schwierige Situationen positiv beeinflusst werden.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie freundlich und mit klarer Haltung Ihre Bedürfnisse äußern, Gesprächssituationen bewusst gestalten und wie Sie auch mal „Nein“ sagen.

	Ort:	Waldsee, Kath. Pfarrzentrum
	Referent/in:	Petra Nagl
	Gebühr:	14,00 / 21,00 € (6-7 TN) / 31,00 € (4-5 TN)
<b>1500019W02</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 30.09.24, 18.00 - 20.45 Uhr

**Trainings und Seminare zu den Themen Schlagfertigkeit, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen, Smalltalk, Rhetorik, Moderation und Führung finden Sie im Fachbereich 5 – Beruf in diesem Programmheft!**



Bild von skliklin auf Pixabay

**Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Kinder und Jugendliche finden Sie im Fachbereich 9 – Junge vhs in diesem Programmheft.**

● **Selbstbehauptung und -verteidigung für Frauen**

In diesem Workshop lernen Sie effektive Selbstverteidigungstechniken mit einfachen Mitteln aus dem Alltag kennen. Es werden praktische Übungen zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung gezeigt und intensiv geübt. Das trägt auch zur Stärkung des Selbstbewusstseins bei.

Der Dozent ist Gewaltpräventionstrainer.

Bitte mitbringen: Isomatte, Schreibutensilien

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Thomas Rapp
	Gebühr:	25,00 / 36,00 € ( 6-7 TN)
<b>1106103R03</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 16.11.24, 10.00 - 13.00 Uhr

**Region entdecken - Deutschland, Europa und ferne Länder**

● **Jütland - ein Stück Dänemark zwischen Nordsee und Ostsee**

Vortrag

In Jütland erwartet uns ein Stück Dänemark mit zwei Gesichtern: oft stürmisch an der Nordsee, gesäumt von hohen Dünen, eher gemäßigt und flach an der Ostseeküste. Dazwischen schmucke kleine Städtchen wie das alte Ribe oder Fischerhäfen wie Hvide Sande oder Hirtshals. Besonders abwechslungsreich der Limfjord mit seinen zahlreichen Inseln. Und immer wieder Zeugnisse aus der Wikinger- oder Bronzezeit. Und natürlich Aarhus und das Freilichtmuseum „Den gamle by“.

	Ort:	Waldsee, Altes Rathaus
	Referent/in:	Ulrich Leist
	Gebühr:	5,00 €
<b>1109410W01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 09.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



Bild Esbjerg von Ulrich Leist



Bild Versailles, Petit Trianon von Ulrich Leist

### ● Ile-de-France Teil II: der Kulturraum nördlich von Paris

Wir folgen dem Lauf der Marne von Châlons-en-Champagne bis Meaux, besuchen die ehemaligen Abteien von Chaalis und Royaumont sowie das mondäne Chantilly, begegnen dem Philosophen Jean-Jacques Rousseau in Ermenonville und den Malern Vincent van Gogh in Auvers-sur-Oise und wieder mal Claude Monet, der in Giverny seine berühmten Gärten angelegt hat und wir machen einen Abstecher in die weitläufigen Gärten von Versailles.

Ort:	Waldsee, Altes Rathaus
Referent/in:	Ulrich Leist
Gebühr:	5,00 €
<b>1109411W01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 06.11.24, 19.30 - 21.00 Uhr

### ● Burgunder Spitzen

Vortrag

Die Kulturlandschaft Bourgogne ist allemal eine Reise wert: wir besuchen die Hauptstadt Dijon und natürlich die romanische Kunst in Autun, Vézelay und Auxerre, das keltische Erbe in Tonnerre, die typischen Fachwerkhäuser in den Altstädten, den Weinbau, schroffe Kalkfelsen und seltene Pflanzen und vieles anderes mehr. Und wer die Langsamkeit schätzt, folgt mit dem Hausboot dem Canal de Bourgogne oder dem Canal du Nivernais.



Bild: Burgunder-Spitzen von Ulrich Leist

Ort:	Limburgerhof, Gemeindebücherei
Referent/in:	Ulrich Leist
Gebühr:	5,00 €
<b>1109412K01</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 07.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● Vor unserer Haustür: der Naturpark Nordvogesen

Vortrag

Zwischen Wissembourg, Saverne und Bitche erstrecken sich die Sandsteinvogesen mit malerischen Weilern und hübschen Fachwerkhäusern, mit romanischen Kirchen und mittelalterlichen Felswohnungen, mit Burgen der Staufer und Festungen von Vauban, mit Wegkreuzen und Napoleonsbänken, mit den Resten der Ligne Maginot und sehr viel Natur. Woerth, Niederbronn-les-Bains, Neuwiller-les-Saverne, La Petite-Pierre und der Parc Naturel Régional des Vosges du Nord laden ein zum Wandern, Klettern und Entdecken.



Bild Nordvogesen von Ulrich Leist

Ort:	Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in:	Ulrich Leist
Gebühr:	5,00 €
<b>1109413A01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 23.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr

Aktuelle Programmergänzungen  
der vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!

Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](https://www.vhs-rpk.de)



## Nutzen Sie unsere Expertise

Seit 35 Jahren sind wir „Meine Nr. 1“ für tausende zufriedene Kunden.

Als Ihre Experten in der Region stehen wir für Kompetenz und Leidenschaft im Immobiliengeschäft. **Georg Kuthan** und sein Team sind nicht nur Makler, sondern Begleiter und Berater vom ersten Termin bis zum Notar. Nähe zum Markt und lokales Know-how machen den Unterschied. Lassen Sie sich vom Rundum-Sorglos-Paket überzeugen!



Mannheim: 0621 - 54 100  
 Ludwigshafen: 0621 - 65 60 65  
 DÜW: 06322 - 409 00 30  
 Frankenthal: 06233 - 120 00 50  
 Freinsheim: 06353 - 93 91 014  
 Speyer: 06232 - 691 05 00



[info@kuthan-immobilien.de](mailto:info@kuthan-immobilien.de) • [www.kuthan-immobilien.de](http://www.kuthan-immobilien.de)



Bild Schweitzingen von Ulrich Leist

## ● Die Metropolregion Rhein-Neckar



Vortrag

Mannheim und sein Hafengebiet, Ludwigshafen und seine Industrie, die Vorderpfalz und ihre Gemüseproduktion, die SchUM-Städte Speyer und Worms stehen im Mittelpunkt dieses Vortrags. Die Altrheinauen und ihre Naturvielfalt, aber auch Heidelberg mit Altstadt und Schloss, sowie der prachtvolle Schwetzingener Schlosspark sind zu allen Jahreszeiten allemal einen Besuch wert. Die Metropolregion ist viel interessanter und abwechslungsreicher als manche\*r denkt.

	Ort:	Schifferstadt, Stadtbücherei
	Referent/in:	Ulrich Leist
	Gebühr:	5,00 €
<b>1109414S01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 25.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

## Mensch & Tier

### ● Ernährungsberatung für Pferde: Überraschendes Basiswissen - Warum Fütterungsfehler bis zur Unrittigkeit führen

Vortrag

Pferdebesitzer\*innen, Reiter\*innen und alle interessierten Personen erfahren an diesem Abend mehr über versteckte Auswirkungen und Erkrankungen als Folge von Fütterungsfehlern, die Anatomie des Verdauungsapparates und chemische Prozesse im Verdauungsapparat. Sie erhalten grundsätzliche Fütterungsempfehlungen.

Die Referentin ist Ernährungs- und Diätberaterin im Humanbereich mit Weiterbildungen im Bereich der Pferdeernährung und selbst erfahrene Pferdebesitzerin.

	Referent/in:	Monika Hoffmann
	Gebühr:	12,00 €
	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
<b>1110201B01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 11.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
<b>1110201W01</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 02.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

### ● Ernährungsberatung für Pferde: Mein Pferd, das Moppelchen - gesund abnehmen



Vortrag

Pferdebesitzer\*innen, Reiter\*innen und alle interessierten Personen erhalten Informationen zur Gewichtsreduktion bei Ihrem Tier mit Blick auf die Gefahren des zu schnellen Abnehmens (Hyperlipidämie), Darmgesundheit, Kaubefriedigung und Erhaltung der Gesundheit der guten Laune des Pferdes.

Die Referentin ist Ernährungs- und Diätberaterin im Humanbereich mit Weiterbildungen im Bereich der Pferdeernährung und selbst erfahrene Pferdebesitzerin.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in:	Monika Hoffmann
	Gebühr:	15,00 €
<b>1110203B01</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 30.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● Ernährungsberatung für Pferde: Fütterung alter Pferde - spezielle Bedürfnisse von Pferdesenioren



Vortrag

Pferdebesitzer\*innen, Reiter\*innen und alle interessierten Personen erfahren an diesem Abend mehr über die Gesunderhaltung alter Pferde, besondere Bedürfnisse in der Fütterung, warum sie verstärkt zu Koliken neigen und wie man vorbeugen kann.

Die Referentin ist Ernährungs- und Diätberaterin im Humanbereich mit Weiterbildungen im Bereich der Pferdeernährung und selbst erfahrene Pferdebesitzerin.

	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
	Referent/in:	Monika Hoffmann
	Gebühr:	15,00 €
<b>1110204W01</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 11.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr

Werbeanzeige

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

# myDeutschland-Ticket. myVRN-App!

**Einfach ankommen.**

**VRN**  
VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR



Bild Monika Hoffmann mit Theo und Toni

# Kultur und Gestalten



Bild: www.pixabay.de,  
© Brigitte makes custom  
works from your photos

## Kultur und Gestalten

Der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Er braucht auch einen kreativen Ausgleich zu den Alltagspflichten und geistige Anregung.

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis vermittelt Ihnen daher kulturelles Wissen und bietet Ihnen Gelegenheit, bestimmte Fertigkeiten zu erlernen, mit denen Sie Ihre kreativen Ideen in die Praxis umsetzen können. Vieles davon hilft, das Gehirn möglichst lange in Schwung zu halten.

*Aktuelle Programm-  
ergänzungen der  
vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!  
Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)*



- Musik (Theorie)
- Bildung mit Biss
- Literatur (Theorie und Praxis)
- Kultur
- Theaterpraxis/Kleinkunst
- Malen / Zeichnen / Drucktechniken
- Plastisches Gestalten / Schmuck
- Textiles Gestalten
- Plastisches Gestalten / Ton
- Handwerk / Kunsthandwerk
- Fotografieren/Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis
- Musik
- Jugendkunstschule

# Musik (Theorie)



## ● Namensschwester in der Oper - (Puccini und Busoni zum 100. Todestag)



Offt sind Opern, die nur mit einem bestimmten Komponisten in Verbindung gebracht werden wie "Der Barbier" von Rossini, "Otello" von Verdi oder "La Bohème" von Puccini, ebenso von anderen Kollegen ersten Ranges vertont worden. Es ist sehr aufschlussreich, diese Namensschwester einmal gegenüberzustellen, von denen einige von unseren Spielplänen verschwunden sind, obwohl sie zu ihrer Zeit weitaus populärer als die heutigen Repertoireopern waren. Anlässlich der 100. Todestage von Ferruccio Busoni und Giacomo Puccini werden unter anderem auch ihre spannenden Bearbeitungen des Turandot-Stoffes in den Fokus gerückt.

Ort:	Waldsee, Kath. Pfarrzentrum
Referent/in:	Dr. Anja Pohsner
Gebühr:	5,00 €
<b>I200107W04</b>	Termin(e): 1 x am Di. 01.10.24, 19.00 - 21.00 Uhr

## ● Die Garcias - eine musikalische Dynastie



Kaum eine Familie hat über so viele Generationen namhafte Künstler hervorgebracht, deren Ruhm und Wirken in ganz Europa, von Russland bis in die USA ins 20. Jahrhundert reichten und dennoch nur selten als Gesamtphänomen gewürdigt werden. Der spanische Tenor Manuel Rodriguez, der unter dem Namen seines Stiefvaters Garcia gleich mit zwei Herzensdamen eine Dynastie von Sängern, Musiklehrern, Dirigenten und Komponisten begründete, eroberte als erster Graf Almaviva im „Barbier von Sevilla“ die Herzen der Römer für den anfangs wenig erfolgreichen Rossini, der ihm die Rolle auf den Leib geschrieben hatte.

Garcias Töchter, die Primadonnen Maria Malibran - schon zu Lebzeiten ein Mythos - und nach deren frühen Tod ihre Schwester Pauline Viardot-Garcia beeinflussten die Operngeschichte maßgeblich, der Sommersalon der Viardots in Baden-Baden wurde zum Zentrum der internationalen Kulturszene in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Ihr Bruder Manuel Garcia Junior war ein berühmter Gesangspädagoge und erfand in seiner über ein Jahrhundert währenden Lebensspanne unter anderem den Kehlkopfspiegel.

Ort:	Waldsee, Kath. Pfarrzentrum
Referent/in:	Dr. Anja Pohsner
Gebühr:	5,00 €
<b>I200107W03</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 28.10.24, 18.30 - 20.30 Uhr

# Bildung mit Biss

## ● Sex & Crime in der Oper und andere Trivialitäten (Puccini zum 100. Todestag)



Natürlich sind sie an allem schuld - die schönen und starken Frauen!

Sie verführen Männer auf der Suche nach höchster Erfüllung zu verbrecherischen Taten (Don, Giovanni, Rigoletto) und fallen häufig ihrer bedingungslosen Leidenschaft selbst zum Opfer (Der Bajazzo, Carmen). Dass die Damen mitunter auch tödliche Rache an ihrem Schöpfer und Gebieter nehmen, sei es von der Bühne aus (Bizet) oder im richtigen Leben (Wagner), nimmt da nicht Wunder. Ob sich nun die mörderischen Mächenschaften aus Machthunger, Geldgier oder krankhafter Eifersucht ereignen, die Palette ist weitgestreut. Allein im Ring des Nibelungen ballen sich Verbrechen und Tod auf engstem Raum, wobei der über Leichen erklommene Kapitalismus noch das geringste Delikt darstellt. Im Mittelpunkt steht aber jener "Krimi" unter den Opern schlechthin, der sämtliche Abgründe menschlicher Seelenlandschaften in sich bündelt: der Klassiker Tosca von Giacomo Puccini.

Tauchen Sie lustvoll ein in die schillernde Welt der Großen Oper und ihrer Komponisten, deren Schicksale eng verknüpft sind und mehr als einmal starke Nerven erfordern! Das Ganze wird umrahmt von einem mörderisch leckeren mehrgängigen Menü, welches das Dolce vita einmal auf andere Weise nachschmecken lässt, wonnigen Appetit!

Ort:	Schifferstadt, Salischer Hof
Referent/in:	Dr. Anja Pohsner
Gebühr:	59,00 € (ohne Getränke)
<b>I200108S04</b>	Termin(e): 1 x am So. 22.09.24, 17.00 - 21.30 Uhr



## ● Cocktail für eine Leiche: Alfred Hitchcock und seine Filmkomponisten zum 125. Geburtstag



Wer kennt sie nicht, die kultigen Filme von Alfred Hitchcock - Altmeister des intelligenten Suspense und Garant für gediegenen Grusel?

Zeigten die 1950er Jahre noch starke Verwurzelung im Stil britischer Who's-done-it-Tradition mit schwarzem Humor, verlagerten sich im Folgejahrzehnt die Umsetzungen der vielfältigen Romanvorlagen auf tiefenpsychologische Aspekte der Verbrechen: Maßstab setzten Meilensteine der Filmgeschichte wie „Psycho“ und „Die Vögel“, wofür Komponisten der ersten Garde wie Dimitri Tiomkin, Miklos Rosza, Franz Waxman, Bernard Herrmann oder John Williams experimentelle Musiken und sogar Instrumente wie das Trautonium (Oskar Sala) entwickelten. Ab Mitte der 1960er Jahre spielten im Zuge der Popularität von Spionagefilmen zunehmend weltpolitische Themen innerhalb des „Kalten Kriegs“ eine Rolle. Das fast 50stündige Interview des berühmten Regisseurkollegen Francois Truffaut „Mr. Hitchcock, wie haben Sie das gemacht?“ ließ das gebannte Publikum an den Entstehungsgeschichten der Meisterwerke teilhaben, die bis heute Einfluss auf die ganze Filmbranche ausüben.

Begeben wir uns in „Hitchs“ Welt der menschlichen Abgründe, hochdramatisch musikalisch untermalt und lecker abgeschmeckt mit einem mehrteiligen Menü, ein Abend voller wohliger Schauer ist gewiss!

Ort:	Schifferstadt, Salischer Hof
Referent/in:	Dr. Anja Pohsner
Gebühr:	59,00 € (ohne Getränke)
<b>I200108S05</b>	Termin(e): 1 x am So. 10.11.24, 17.00 - 21.30 Uhr

## ● Tod in Venedig (Vortrag mit venezianischem Menü)



Nicht erst seit den Ermittlungen von Donna Leons Commissario Brunetti ist die Lagunenstadt bekannt für ihre düsteren Geheimnisse im Schatten verwinkelter Gassen und Kanäle. Thomas Manns Novelle "Tod in Venedig" wurde zum Synonym für Dekadenz und Verfall, entstanden 1911 im Todesjahr des hochverehrten Gustav Mahler, dessen Nachruf Mann zur Hauptfigur Gustav von Aschenbach inspirierte. Durch Luchino Viscontis Verfilmung (1971) geriet Mahlers Adagietto aus der fünften Sinfonie gar zum Inbegriff morbider Schönheit.

Für Richard Wagner wurde die Serenissima tatsächlich zur letzten Wirkungsstätte, sein Ableben unter merkwürdigen Umständen unterstrich den Mythos noch zusätzlich. Verwöhnt von einem delikaten Menü erleben wir die Gaumenfreuden des Fin de siècle und begeben uns unter herrlichen Klängen in die faszinierende Aura von Bella Venezia, ein Abend für alle Sinne!

Ort:	Mutterstadt, Ristorante Pizzeria L' Ancora, Speyerer Straße 97
Referent/in:	Dr. Anja Pohsner
Gebühr:	45,00 € inkl. Menü; ohne Getränke u. Aperitif
<b>I200111M02</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 11.10.24, 17.30 - 21.30 Uhr

## Literatur (Theorie und Praxis)

### ● Literarische Abendgespräche

Was ist schöner als eine gute Geschichte? Eine Geschichte, die man mit jemandem teilen kann! Am besten natürlich mit einer Gruppe von Lesebegeisterten, die sie ebenfalls gelesen haben und ihre Ansichten gerne austauschen.

Die Gespräche haben in der Regel einen Abstand von zwei Monaten. Die Auswahl der Bücher erfolgt in Abstimmung mit den Teilnehmenden. Die Kursleiterin ist Germanistin.

	Ort: Römerberg, Mediathek (Berghausen)
	Referent/in: Magdalena Pfeifenroth
	Gebühr: 15,00 / 22,00 € (6-7 TN)
<b>I201001R03</b>	Termin(e): Do. 05.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr Do. 31.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr Do. 12.12.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● Schreibwerkstatt



Für alle Autoren/Autorinnen, die schon immer gerne schreiben wollten: ob Gedicht, Kurzgeschichte, Memoiren, Roman oder Drehbuch: hier finden Sie Unterstützung von der Idee bis zur Durchführung. Leben Sie Ihre eigene Kreativität, finden Sie den „roten Faden“ für Ihr Projekt und erfahren Sie, wie Sie Ihren Text publizieren können.



Bild: Depositphotos

	Ort: Römerberg, Altes Bürgermeisteramt, Fraktionszimmer (Hinterhaus, Eingang rechts)
	Referent/in: Sigrid Ellenberger
	Gebühr: 25,00 / 44,00 € (5-7 TN)
<b>I201025R01</b>	Termin(e): Di. 10.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr Di. 24.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr Di. 08.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr Di. 22.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

## Kultur

### Hybride Vortragsreihe „Die Pfalz entdecken“

Die pfälzischen Volkshochschulen wollen Ihnen verschiedene Aspekte des Lebens und der Kultur in der Pfalz näherbringen. Deshalb haben sie gemeinsam eine Veranstaltungsreihe zum Thema „Pfalz entdecken“ geplant, die online oder hybrid angeboten wird. Kompetente Referent\*innen geben Ihnen neue und spannende Einblicke und stehen Ihnen am Ende des Vortrags noch für Fragen zur Verfügung. Sie können sich für die Vorträge, die Sie interessieren jeweils bei der Volkshochschule anmelden, die das Angebot organisiert.

### ● Hybride Vortragsreihe „Die Pfalz entdecken“ - Die Pfalz in der Kunst und Literatur



Die Pfalz wurde über Jahrhunderte gemalt, besungen und beschrieben. Wie wurde sie gestaltet und was über sie gesagt? Diese spannende Reise in die Regionalkultur bringt teils Unbekanntes zum Vorschein. Die Referent Michael Landgraf ist Pfälzer Autor und Generalsekretär des PEN Deutschland. Der Vortrag ist Teil einer Veranstaltungsreihe und findet hybrid, also online und in Präsenz statt. Bitte mit der passenden Kursnummer zur Vortragsform (Präsenz/Online) anmelden! Für die anderen Vorträge bitte bei der jeweilig durchführenden vhs anmelden.

	Ort: Hochdorf-Assenheim, Historisches Rathaus Assenheim
	Referent/in: Michael Landgraf
	Gebühr: frei (Anmeldung zwingend erforderlich)
<b>I202101D02</b> (Präsenz)	Termin(e): 1 x am Mi. 09.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr
<b>I202101Z02</b>	(online)

## Weitere Veranstaltungen der Vortragsreihe „Die Pfalz entdecken“

### ● Online-Führung Purrmann-Haus (vhs Speyer)

Die Kustodin des Purrmann-Hauses Speyer Maria Leitmeyer lädt ein zu einer virtuellen Reise in die Farbenwelt der kraftvollen Gemälde des bedeutenden Malerpaars der Moderne Hans Purrmann und Mathilde Vollmoeller-Purrmann. In ihrer Online-Veranstaltung via Zoom, live aus dem Museum, erläutert sie die Werke vor Ort und erzählt aus dem spannenden Leben zweier charismatischer Künstlerpersönlichkeiten der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts.

	Ort: vhs-Speyer, Purrmann-Haus oder online
	Referent/in: Maria Leitmeyer
	Gebühr: frei (Anmeldung bei der vhs Speyer zwingend erforderlich)
	Termin(e): 1 x am Mi. 30.10.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● „Pfälzer Krimis und Wein - ein perfekter Genuss“ Lesung mit Weinprobe mit dem Autor Uwe Ittensohn (vhs Bad Bergzabern)

Der bekannte und erfolgreiche Pfälzer Krimiautor Uwe Ittensohn wird Sie auf eine ganz besondere Genussreise entführen durch die Welt der Pfälzer Weine, der Pfälzer Lebensart sowie zu den zahlreichen mysteriösen Schauplätzen seiner Krimis z.B. „Winzerblut“. Erleben Sie hautnah, wie er seinen Romanfiguren ganz unkonventionell Leben einhaucht. Als Kultur- und Weinbotschafter der Pfalz wird uns Ittensohn ebenfalls spannende Einblicke in die Weinbranche und seine beiden Vinotheken- und Wanderführer „Weinbar.Essbar.Wanderbar“ geben.

	Ort: vhs Bad Bergzabern oder online
	Referent/in: Uwe Ittensohn
	Gebühr: frei (Anmeldung bei der vhs Bad Bergzabern zwingend erforderlich)
	Termin(e): 1 x am Mi. 06.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● „Lasst weit zurück die Stätten eurer Fron!“ - Naturfreunde und Pfälzerwald (vhs Ludwigshafen)

Im Jahr 2025 werden die Naturfreunde ihr 120jähriges Vereinsjubiläum begehen. Begründet nicht nur mit dem Ziel, dass Arbeiterfamilien die beengten Wohn- und Schlafstätten in den industrialisierten Städten wenigstens für kurze Zeit verlassen sollten, um nicht nur die Schönheiten der Natur erleben zu können, sondern dadurch auch neue Kräfte für den Kampf um die Überwindung der kapitalistischen Klassengesellschaft zu gewinnen. Der Ludwigshafener Historiker und Landesarchivar der Naturfreunde, Dr. Klaus J. Becker, wird in einem bebilderten Vortrag, einen Überblick über den Aufstieg der „roten Grünen“ von der Kaiserzeit bis zur Weimarer Republik, über deren Unterdrückung in der NS-Diktatur wie in der DDR, so wie über deren Rolle in der Bundesrepublik Deutschland geben und abschließend die Frage stellen, ob die auch heute die Naturfreunde noch mehr anbieten können, als nur eine günstige Bewirtungsmöglichkeit in ihren Hütten im Pfälzerwald.

	Ort: vhs Ludwigshafen oder online
	Referent/in: Dr. Klaus Jürgen Becker
	Gebühr: frei (Anmeldung bei der vhs Ludwigshafen zwingend erforderlich)
	Termin(e): 1 x am Mi. 20.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● KI-Standort Kaiserslautern: Geschichte und Entwicklung (vhs Kaiserslautern)

Thema ist der Einfluss der Pfalz respektive Kaiserslauterns als IT- /KI-Standort seit den achtziger Jahren auf die Entwicklung der Digitalisierung in der Pfalz, in Deutschland und der Welt. Michael Staudt interviewt Herrn Prof. Dr. H. Dieter Rombach

	Ort: vhs Kaiserslautern oder online
	Referent/in: Michael Staudt u. Prof. Dr. H. Dieter Rombach
	Gebühr: frei (Anmeldung bei der vhs Kaiserslautern zwingend erforderlich)
	Termin(e): 1 x am Mi. 27.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr



Wenn Sie uns bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse geben, können wir Sie schnell über Änderungen oder neue Kursangebote informieren.

## Theaterpraxis/Kleinkunst

### ● Theater - Theater! - Theaterworkshop

Sie wollten schon immer wissen, wie sich „die Bretter, die die Welt bedeuten“ anfühlen? Oder haben Sie schon erste Bühnenerfahrung gesammelt und freuen sich auf neue Impulse?

Im Workshop werden neben Atem-, Sprech- und Stimmtraining auch Bewegungsabläufe vermittelt und das Erlernete anhand von kleinen Spielszenen und Improvisationen umgesetzt.

Die Veranstaltung findet am Sa., 4. Mai 2024, von 10-16 Uhr am Friedenskreuz in Heiligenstein statt, falls es an diesem Tag regnet, am 11. Mai 2024.

Bei genügend Interessent\*innen denken wir über die Gründung einer Theatergruppe in Römerberg nach.

Ort: Römerberg, Friedenskreuz Heiligenstein (Treffpunkt)

Referent/in: Sigrid Ellenberger

Gebühr: 25,00 / 44,00 € (5-7 TN)

**I201024R02** Termin(e): 1 x am Sa. 07.09.24, 10.00 - 16.00 Uhr

## Malen/Zeichnen/Drucktechnik

### ● Zeichnen und Aquarellieren

Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Aquarellmalblock, Aquarellfarben, Aquarellpinsel (kein Borstenpinsel!), Wasserbehälter, Lappen, Bleistift HB, Radierer, Spitzer.

Ort: Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus (BK-Saal)

Referent/in: Brunhilde Mroszewski

Gebühr: 45,00 / 66,00 € (6-7 TN)

**I207015C04** Termin(e): 6 x ab Mo. 02.09.24, 18.30 - 20.45 Uhr

**I207015C05** Termin(e): 6 x ab Mo. 28.10.24, 18.30 - 20.45 Uhr

### ● Tiere malen in Pastell

Die Dozentin ist Diplom-Grafik-Designerin, Künstlerin und betreibt einen Youtube-Kanal rund um das Thema Tierkunst.

Tiere malen benötigt etwas Übung, aber das Endergebnis sind Porträts mit besonders weicher Note und Farbbrillanz. Sie lernen den Umgang mit Softpastellen und bekommen viele Tricks vermittelt.

Wie wird feines Fell gezeichnet mit solchen „dicken“ Softpastellen? Wie zeichnet man eine Nase und gar eine feuchte Zunge? Was ist der Unterschied zum Zeichnen mit harten Pastellstiften auf Sandpapieren? Wie bekommt man Schattierungen nicht nur in buntes, sondern in ein augenscheinlich rein schwarzes oder weißes Fell und lässt somit die Zeichnung lebendig aussehen? Sie erarbeiten Ausschnitte eines Tiergesichtes (Hund) wie Nase, Zunge, Augen und verschiedene Arten von Fellen.

Dieser Kurs ist auch für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse geeignet.

Es sind mitzubringen:

- eine eigene Staffelei
- mittelweiche Softpastellkreiden wie z.B. Royal Talens Rembrandt oder alternativ Koh-i-noor Toison d'or oder Boesner Softpastelle (Schmincke oder Sennelier Softpastelle werden hierfür maltechnisch nicht empfohlen.)
- viele Naturtöne wie Braun, Umbra, Sienna, Ocker, Orange, Grautöne, Blaugrau, Ultramarin, Rosa/Magenta, Blauviolett, Schwarz, Weiß usw.
- 1 x Panpastel schwarz 8005
- Cutter oder Teppichmesser
- feuchte Tücher, Rolle Küchenpapier zum Händeabwischen
- Sperrholzplatte oder eine andere harte Unterlage, mind. 30x40 cm groß
- kleiner leerer Joghurtbecher oder Marmeladenglas mit weiter Öffnung
- breites Kreppband oder Klebebandrolle
- Bleistift
- Schmirgelpapier/Schleifpapier aus dem Baumarkt
- Handy etc. um die Vorlagenfotos digital anzuschauen

Einige Materialkosten von 10 Euro sind in den Gebühren bereits einkalkuliert: Pastellpapier, spezieller schwarzer Kreidestift und Schwämmchen.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule, Kunstkeller  
Eingang: Schulstraße gegenüber Haus-Nr. 38  
Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:  
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Beate Kuczera

Gebühr: 27,00 / 40,00 € (6-7 TN) / 60,00 € (4-5 TN)  
inkl. 10 € Materialkosten

**I207210W04** Termin(e): 1 x am Sa. 28.09.24, 10.00 - 17.30 Uhr

**I207210W05** Termin(e): 1 x am Sa. 16.11.24, 10.00 - 17.30 Uhr

### ● Malen nach Bob Ross® - Tagesseminar - Ölmalerei in Nass-in-Nass-Technik

Bob Ross® steht für eine ganz bestimmte Ölmaltechnik, die sich in diesem Kurs ausprobieren lässt. Diese Technik ist auch durch Fernsehsendungen mit dem Namensgeber bekannt geworden. Sie führt selbst Einsteiger\*innen zu bemerkenswerten Ergebnissen: Schritt für Schritt werden der Umgang mit den speziellen Malmaterialien sowie die Grundlagen der Nass-in-Nass-Technik® vermittelt. Entsprechend sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Das Tagesthema am 08.09. lautet „Spaziergang“ und am 01.12. „Schneelandsschaft“.

Ihre Kursleiterin ist mehrfach zertifizierte Mallehrerin nach Bob Ross® und vermittelt Ihnen gern die Freude am Malen frei nach dem Motto: „Wir machen keine Fehler, nur kleine fröhliche Unfälle.“ (Bob Ross)

Teilnahme bei Lösungsmittelallergien nur nach vorheriger Absprache!

**Achtung:** Die Materialgebühr von 36 € ist bereits in der Kursgebühr enthalten!

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher. Alle sonstigen notwendigen Materialien werden gegen eine Materialumlage zur Verfügung gestellt: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Sonja Blügel

Gebühr: 62,00 / 78,00 € (6-7 TN) inkl. 36,- € Materialkosten

**I207220A05** Termin(e): 1 x am So. 08.09.24, 10.30 - 17.00 Uhr

**I207220A06** Termin(e): 1 x am So. 01.12.24, 10.30 - 17.00 Uhr

Frankfurt  
Mainz  
Mutterstadt  
Perl  
Saarbrücken  
Trier

**boesner Mutterstadt**  
An der Fohlenweide 3 · 67112 Mutterstadt  
Tel.: 06234 / 92 71 00 · E-Mail: mutterstadt@boesner.com  
Mo-Sa 9:30 – 18:00 Uhr | Mi 9:30 – 20:00 Uhr

Auf 2.100 m<sup>2</sup>  
alles was Kunst braucht

www.boesner.com

## ● Workshop: Aquarellieren für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Wasserfarbenkasten, Aquarellblock DIN A4 oder A3, verschiedene Pinsel, Bleistift, Wassergefäß, Lappen.

	Ort: Mutterstadt, Haus der Vereine
	Referent/in: Michael Kunz
	Gebühr: 28,00 / 42,00 € (6-7 TN)
I207260M11	Termin(e): 1 x am Sa. 31.08.24, 11.00 - 17.00 Uhr
I207260M12	Termin(e): 1 x am Sa. 12.10.24, 11.00 - 17.00 Uhr
I207260M13	Termin(e): 1 x am Sa. 30.11.24, 11.00 - 17.00 Uhr
I207260M14	Termin(e): 1 x am Sa. 07.12.24, 11.00 - 17.00 Uhr

## ● Freies Acrylmalen - Samstagsworkshop

Sie haben schon etwas Erfahrung im Umgang mit Acrylfarben, kommen jedoch nur selten zum Malen? Oder Sie haben Fragen zur Umsetzung eines Motivs, das einfach nicht gelingen will? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig. Hier erweitern Sie in entspannter Atmosphäre Ihre Grundkenntnisse und gemeinsam mit Ihnen wird ein individueller „Fahrplan“ für das Gelingen Ihres persönlichen Wunschthemas in Acryl entwickelt. Sie dürfen im Kurs gern auch begonnene Werke weiter ausarbeiten.

Bitte mitbringen: Eigene Ideen, Vorlagen oder bereits begonnene Arbeiten, Acrylfarben in allen gewünschten Tönen, mit Leinwand bespannte Keilrahmen mit Keilen oder Malkartons, Abdeckmaterial für die Tische, 2 Wassergläser, Hammer, Küchenpapierrolle, Plastikteller als Palette (keine Holzpalette!), bereits vorhandene große und kleine Rund- und Flachpinsel, Föhn, Schreibzeug, 1 Rolle Malerkrepp, kleine Plastikgefäße (z.B. Joghurtbecher), Bleistifte, Buntstifte. Schürze oder altes Hemd zum Schutz der Kleidung.

	Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in: Dr. Karin Bury
	Gebühr: 25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 54,00 € (4-5 TN)
I207320A01	Termin(e): 1 x am Sa. 23.11.24, 10.00 - 17.00 Uhr

## ● Acryl - Wochenendworkshop

Voraussetzung für die Teilnahme sind Vorkenntnisse im Umgang mit Acrylfarben.

Bitte mitbringen: 2 Leinwände 50x70 und 60x80, Acrylfarben, Pinsel (auch breite Pinsel), Wassergläser, Stofflappen, einfache Abdeckfolie ca. 1 m auf 2 m. Grundier- und Collagen-Material ist vorhanden.

	Ort: Mutterstadt, Haus der Vereine
	Referent/in: Michael Kunz
	Gebühr: 35,00 / 52,00 € (6-7 TN) / 77,00 € (4-5 TN)
I207350M02	Termin(e): Fr. 06.09.24, 17.00 - 19.00 Uhr Sa. 07.09.24, 11.00 - 17.00 Uhr

i

Bitte melden Sie sich auch zu den Vorträgen und einteiligen Kursen unbedingt an! Liegen nicht genügend Anmeldungen vor, wird die Veranstaltung abgesagt.

## Airbrush



### Wir bieten:

- Seminare für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene
- Grundkurse als Voraussetzung für die Teilnahme am Airbrush-Studium,

Das Airbrush-Studium ist eine Ausbildung in Modulen - jeweils über 12 Monate - mit Zwischenprüfungen sowie dem Diplom-Abschluss „Airbrush-Designer\*in vhs Rhein-Pfalz-Kreis“

**Grundstudium:** Erlernen aller Techniken und Vorgehensweisen vom Übertragen einer Vorlage bis hin zur Farbmischung

**Hauptstudium:** Umsetzen eigener Ideen und Durchführung von Großprojekten in der Gruppe, Workshop mit einem international bekannten Künstler als Gastdozenten

**Meisterklasse:** Spezialisierung und Finden des eigenen Stils, Vorbereitung für das Airbrush-Diplom

**Diplom:** Bestandene Prüfungen von Grundstudium und Hauptstudium ermöglichen die Zulassung zur Diplom-Abschlussprüfung „Airbrush-Designer\*in vhs Rhein-Pfalz-Kreis“.

Weitere Informationen unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de).

Hier finden Sie auch ein Online-Anmeldeformular:

[https://www.vhs-rpk.de/fileadmin/user\\_upload/FO22-3\\_Anmeldung\\_Airbrush\\_Grundstudium\\_mit\\_AGB\\_2022-06.pdf](https://www.vhs-rpk.de/fileadmin/user_upload/FO22-3_Anmeldung_Airbrush_Grundstudium_mit_AGB_2022-06.pdf)

## ● Airbrush - Meisterklasse 2024 - Modul 3 Thema: Makro-Airbrush

In Zusammenarbeit mit dem Airbrushstudio Chill-Air

Ein Angebot für alle, die das Hauptstudium mit Erfolg abgeschlossen haben. Die Meisterklasse besteht aus vier Modulen, die einzeln buchbar sind. Sie bereitet auf das Airbrush-Diplom der vhs Rhein-Pfalz-Kreis vor. In jedem Modul, das über drei Monate geht, wird ein Thema bearbeitet.

Fortgeschrittene Airbruser\*innen können die Module auch ohne das Ziel, ein Airbrush-Diplom zu erlangen, belegen. Hier ist eine vorherige Rücksprache zwingend erforderlich.

Thema in diesem Modul ist Makro-Airbrush mit Augen (Mensch oder Tier).

Vertiefende Informationen zum Studieninhalt erhalten Sie vom Dozenten: [n-klug@web.de](mailto:n-klug@web.de).

Die Meisterklasse findet in der Regel am 3. Wochenende des Monats statt. Die Höhe der zu zahlenden Gebühr richtet sich nach der Zahl der gebuchten Module und der Zahl der Teilnehmenden (ausgeschriebene Gebühr für mind. 6 Teilnehmende).

Eine Zahlung in monatlichen Raten ist möglich. Zuzüglich Materialkosten nach Verbrauch.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Norbert Klug
	Gebühr: 360,00 / 300,00 € (Abo-Gebühr 4 Module pro Studienjahr) / 330,00 € (ABO-Gebühr 2-3 Module pro Studienjahr) / 30,00 € (einmalige Kleingruppenpauschale bei 3-5 TN)
	monatliche Rate: 120,00 €; bei Buchung von zwei/drei Modulen - monatliche Rate: 110,00 €; bei vier Modulen: monatliche Rate: 100,00 €. Zzgl. Materialkosten, nicht ermäßigbar.
I207507Z23	Termin(e): Sa. 13.07.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 14.07.24, 09.00 - 16.00 Uhr Sa. 24.08.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 25.08.24, 09.00 - 16.00 Uhr Sa. 14.09.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 15.09.24, 09.00 - 16.00 Uhr



Bild\_Airbrush auf Baumscheibe von Norbert Klug

● **Airbrush - Meisterklasse 2024 - Modul 4**  
**Thema: Portrait mit deckenden und lasierenden Farben**

In Zusammenarbeit mit dem Airbrushstudio Chilli-Air

Ein Angebot für alle, die das Hauptstudium mit Erfolg abgeschlossen haben. Die Meisterklasse besteht aus vier Modulen, die einzeln buchbar sind. Sie bereitet auf das Airbrush-Diplom der vhs Rhein-Pfalz-Kreis vor. In jedem Modul, das über drei Monate geht, wird ein Thema bearbeitet.

Fortgeschrittene Airbrusher\*innen können die Module auch ohne das Ziel, ein Airbrush-Diplom zu erlangen, belegen. Hier ist eine vorherige Rücksprache zwingend erforderlich.

Thema in diesem Modul ist ein Portrait mit deckenden und lasierenden Farben. Vertiefende Informationen zum Studieninhalt erhalten Sie vom Dozenten: n-klug@web.de.

Die Meisterklasse findet in der Regel am 3. Wochenende des Monats statt. Die Höhe der zu zahlenden Gebühr richtet sich nach der Zahl der gebuchten Module und der Zahl der Teilnehmenden (ausgeschriebene Gebühr für mind. 6 Teilnehmende).

Eine Zahlung in monatlichen Raten ist möglich. Zuzüglich Materialkosten nach Verbrauch.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Norbert Klug
	Gebühr: 360,00 / 330,00 € (ABO-Gebühr 2-3 Module pro Studienjahr) / 300,00 € (Abo-Gebühr 4 Module pro Studienjahr) / 30,00 € (einmalige Kleingruppenpauschale bei 3-5 TN)
	monatliche Rate: 120,00 €; bei Buchung von zwei/drei Modulen: monatliche Rate: 110,00 €; bei vier Modulen: monatliche Rate: 100,00 €. Zzgl. Materialkosten, nicht ermäßigbar.
<b>I207507Z24</b>	Termin(e): Sa. 26.10.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 27.10.24, 09.00 - 16.00 Uhr Sa. 16.11.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 17.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr Sa. 14.12.24, 10.00 - 17.00 Uhr So. 15.12.24, 09.00 - 16.00 Uhr



**Eine Prüfung für das Airbrush-Diplom ist für Februar 2025 geplant. Das Prüfungsthema ist mit dem Lehrgangleiter zu besprechen. Die Prüfungsbedingungen finden sich unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) (Reiter: „Tests, Prüfungen Zertifikate“). Die Prüfungsgebühr wird 85,- € betragen.**

● **Professionelles Zeichnen**

Für Jugendliche und Erwachsene ab 11 Jahren

Professionelles Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Ob Natur- oder Objektzeichnen, Ornament oder Fantasie. Mit Bleistift, Feder oder Buntstiften, führen alle Möglichkeiten zu erstaunlichen 2D- bzw. 3D-Ergebnissen.

- Verläufe mit Bleistift und Farbstiften als Vorübung für 3D-Zeichnen
- Kugel, Kegel, Zylinder in 3D
- Licht und Schatten
- Konstruieren einfacher Objekte
- Perspektive
- Skizzieren
- Anfertigen von 3D-Zeichnungen nach Fotos oder Gegenständen (werden vom Dozenten mitgebracht)

Der Kurs ist für Jede\*n mit Spaß am Zeichnen geeignet, speziell für angehende Studierende der Richtung Grafik-Design, Architektur.

Zeichnen ist Balsam für die Seele.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistift, Buntstifte, Anspitzer, Radiergummi

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Christian Schura
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN)
<b>I207600S01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 02.11.24, 09.30 - 16.00 Uhr

● **Kalligrafie: Capitalis Rustica „Die Schlichte“**

Diese reine Großbuchstabenschrift wurde schon vor dem Untergang von Pompeji im Jahr 79 n.Chr. geschrieben. Bei Ausgrabungen findet man sie gut erhalten ähnlich einer Werbeschrift z.B. an Hauswänden. Die Rustica mit ihrem Wechsel zwischen schlanken Linien und breiten Serifen wurde als Buchschrift bis ins Mittelalter genutzt.

Entgegen der Wortbedeutung wirkt die Capitalis Rustica, wenn sie mit heutigen modernen Schreibwerkzeugen kalligrafiert wird, ganz und gar nicht schlicht.

Sie werden diese elegante Schrift mit Feder und Flachpinsel schreiben lernen, passende Hintergründe gestalten und zum Kursende ein Arbeitsbuch mit einer zur Schrift passenden Bindung herstellen.

Bei Bedarf können die Schreibutensilien bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Bleistift, Lineal, Radiergummi, Bandzugfedern 2,5-3,5 mm, Flachpinsel 1 cm, Tinte, Aquarellpapier DIN A4 (ca. 150-160 g), Radierstift, Aquarellbleistifte, Wasserbehälter und Flachpinsel (2-3 cm).

	Ort: Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
	Gebühr: 48,00 / 68,00 € (6-7 TN)
<b>I207726C02</b>	Termin(e): 8 x ab Mi. 18.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

● **Kalligrafie mit Bleistift und Graphit**

Sie verwenden den Bleistift täglich für eine Vielzahl von Aufgaben. In der Kalligrafie ziehen wir unsere Linien oder skizzieren kreative Ideen. Aber nur selten wird der Bleistift als Hauptwerkzeug für kalligrafische Arbeiten eingesetzt.

Sie lernen in diesem Kurs mit verschiedenen Bleistiftstärken zu arbeiten, außergewöhnliche mit Bleistift gezeichnete Schriftzüge zu gestalten, Worte und Texte aus Graphithintergründen heraus zu radieren, Schatten zu setzen und viele andere Möglichkeiten mehr.

Zum Schluss binden Sie die Arbeitsblätter mit einer eleganten japanischen Bindetechnik.

Bei Bedarf können die Schreibutensilien bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A4, Lineal, Radiergummi, Druckbleistift mit höchstens 0,5er Mine, Bleistifte in verschiedenen Stärken (z.B. 6B, 4B, 2B, HB, 2H, 4H), Radierstift, Aquarellbleistifte, Wasserbehälter und Flachpinsel (2-3 cm).

	Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
	Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
	Gebühr: 46,00 / 68,00 € (6-7 TN)
<b>I207726W01</b>	Termin(e): 6 x ab Mo. 28.10.24, 18.00 - 20.00 Uhr

B205\_Airbrush\_VHS\_Waldsee\_Ausschnitt

Wenn Sie uns bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse geben, können wir Sie schnell über Änderungen oder neue Kursangebote informieren.

**● Kalligrafie: Goldfingers**



Passend zur Advents- und Weihnachtszeit schwelgen Sie in Gold. Goldene Hintergründe mit Acryl und Spachtel oder Gesso und Walze bringen Glanz aufs Papier, die Texte dazu werden in passenden Farben und Schriften kalligrafiert.

Auf schwarzem und weißem Papier erkunden Sie die unterschiedliche Wirkung von Goldpigment-Schrift im Kontrast zu einer weiteren Farbe.

Und wenn das noch nicht genug Glitzer ist, lassen Sie in Tintenflächen Goldstaub fallen, und es wird nicht ausbleiben, dass das Thema Sie nach Hause begleitet: Goldfingers.

Die Arbeitsblätter binden Sie zum Workshop-Ende mit einer außergewöhnlichen japanischen Bindetechnik.

Schreibutensilien können bei Bedarf bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Übungs- und Skizzenpapier, einige Blätter glattes Aquarellpapier (200 g), Bleistifte, Radiergummi, Fineliner (wasserfest), Lineal, Brush Pen Ihrer Wahl, Aquarellfarben, dünne Pinsel, Buntstifte.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
	Gebühr: 35,00 / 51,00 € (6-7 TN)
<b>I207728S02</b>	Termin(e): Sa. 07.12.24, 10.00 - 16.00 Uhr So. 08.12.24, 10.00 - 13.00 Uhr

**● 2 Schreibwerkzeuge, 1 Schrift und viele Möglichkeiten**

Die klar strukturierten Großbuchstaben der Antiqua werden Sie mit Redis- und Bandzugfedern schreiben. Dabei lernen oder vertiefen Sie den Umgang mit den unterschiedlichen Schreibwerkzeugen. Spielerisch erarbeiten Sie viele kreative Gestaltungsmöglichkeiten.

Am Kursende entsteht aus Zitaten und kleinen Gedichten ein Ideen- und Arbeitsbuch und Sie lernen die einfache japanische Bindung kennen.

Bei Bedarf können die Schreibutensilien bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier DIN A4 (120-160 g), Bleistift, Lineal, Radiergummi und (wenn vorhanden) Federhalter, Redis- und Bandzugfedern 3 mm, 2 farbig zusammenpassende Tinten (keine Tusche).

	Ort: Altrip, Max-Schule
	Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
	Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN) zzgl. 3,00 € Materialkosten
<b>I207729A02</b>	Termin(e): Sa. 21.09.24, 10.00 - 16.00 Uhr So. 22.09.24, 10.00 - 13.00 Uhr

**● Kalligrafie: Riesling - nicht nur ein Wein**

Riesling - Wein? In der Kalligrafie ist damit eine moderne Schrift mit schmalen und sehr runden Buchstaben gemeint. Diese erlernen wir Schritt für Schritt mit Tinte und Stahlfeder oder auch Fineliner. Nach Fertigung einer Hintergrundgestaltung werden wir im Anschluss das jeweilige Arbeitsergebnis als Leporello zusammenfassen.

Papier und Federn können bei Bedarf bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Bleistift, Lineal, Radiergummi, Übungspapier DinA4, Fineliner, Cutter, Schere, Bandzugfeder versch. Größen, Federhalter, Tinte, Küchenrolle, altes Wasserglas

	Ort: Mutterstadt, Haus der Vereine
	Referent/in: Nicole Abt
	Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (4-5 TN) zzgl. 5,00 € Materialkosten
<b>I207729M04</b>	Termin(e): Sa. 21.09.24, 10.00 - 14.00 Uhr So. 22.09.24, 10.00 - 14.00 Uhr

**● Kalligrafie: Sherri Kiesel - Kalligrafische Schwungbuchstaben**



Diese gezeichneten Initialen wurden ursprünglich von der Amerikanerin Sherri Kiesel entworfen. Sie bestehen aus wenigen Grundformen und lassen sich fast grenzenlos ausgestalten. Ob mit Bleistift, Fineliner, kalligrafischem Werkzeug oder Pinsel umgesetzt, lassen wir zum Kursende hin auf Aquarellpapier ein selbstgefaltetes Leporello entstehen.

Die Kalligrafie-Workshops richten sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Papier und Federn können bei Bedarf bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: Bleistift, Lineal, Radiergummi, Übungspapier DIN A4, Cutter, wasserfeste Fineliner, Farben nach Belieben, Filz-, Blei- und Buntstifte, Pinsel, wenn vorhanden: Schreibfedern.

	Ort: Mutterstadt, Seniorentreff
	Referent/in: Nicole Abt
	Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (4-5 TN) zzgl. 5,00 € Materialkosten
<b>I207729M05</b>	Termin(e): Sa. 12.10.24, 10.00 - 14.00 Uhr So. 13.10.24, 10.00 - 14.00 Uhr

**● Kalligrafie: Gotische Italic**

Gotische Italic, auch gotische Kursive genannt diente im 13. - 16. JH dem flüssigen handschriftlichen Schriftverkehr. In diesem Kurs erlernen wir mit der Bandzugfeder das Minuskelalphabet und deren Anwendung. Als Kursabschluss fassen wir unsere Übungsblätter zu einem kleinen, mit einfacher Hintergrundgestaltung gefertigten Kronenbuch zusammen.

Die Kalligrafie-Workshops richten sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Bitte mitbringen: Übungspapier DinA4, Bleistift, Lineal, Radiergummi, Cutter, Falzbein falls vorhanden, Tinten, Pinsel, Bandzugfedern versch. Größen 1 mm - 2,5 mm, Papier und Federn können bei Bedarf bei der Dozentin erworben werden.

	Ort: Mutterstadt, Haus der Vereine
	Referent/in: Nicole Abt
	Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (4-5 TN) zzgl. 5,00 € Materialkosten
<b>I207729M06</b>	Termin(e): Sa. 09.11.24, 10.00 - 14.00 Uhr So. 10.11.24, 10.00 - 14.00 Uhr

**● Kalligrafie: Neuland - die Moderne**



Rudolf Koch entwarf Anfang des 20. JH die Schrift Neuland. Diese Schrift besteht aus halbfetten, eng aneinander gesetzten Großbuchstaben. Die Feder wird beim Schreiben leicht gedreht, wir geben ihr Druck und lassen wieder los - das typische Schriftbild der Neuland entsteht. Stück für Stück erarbeiten wir uns das Alphabet der Neuland-Majuskeln und kalligrafieren zum Kursende hin auf einem DinA4-Aquarellpapier ein Schriftbild mit passendem Hintergrund.

Die Kalligrafie-Workshops richten sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Bitte mitbringen: Übungspapier DinA4, Bleistift, Lineal, Radiergummi, Breitpinsel, Bandzugfedern in versch. Größen, Federhalter, Tinten, Tuschen, flaches Behältnis (alter Teller o.ä.), Schmutzwasserglas und Küchenrolle.

	Ort: Mutterstadt, Seniorentreff
	Referent/in: Nicole Abt
	Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (4-5 TN) zzgl. 5,00 € Materialkosten
<b>I207729M07</b>	Termin(e): Sa. 07.12.24, 10.00 - 14.00 Uhr So. 08.12.24, 10.00 - 14.00 Uhr



Bild: Depositphotos



## Plastisches Gestalten/Schmuck

### ● Goldschmieden

Nach eigenen Entwürfen werden Schmuckstücke vorzugsweise in Silber, auch in Verbindung mit Edelsteinen, hergestellt. Die Techniken des Goldschmiedens (Sägen, Feilen, Lötten ...) werden erläutert. Anfänger\*innen erproben anhand eines Übungsstückes verschiedene Arbeitstechniken und setzen Erlerntes in ein individuell gestaltetes Schmuckstück um.

Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und an Fortgeschrittene. Sie entwickeln eigenständig Ihr individuelles Schmuckstück und werden dabei fachkundig begleitet. Dabei vertiefen Sie Ihre handwerklichen Kenntnisse, schulen Ihre Fertigkeit im Umgang mit den Werkzeugen und Materialien und entfalten Ihre Kreativität.

Alle Metall- und Edelsteinkosten richten sich nach dem Verbrauch. Materialkosten sind je nach Verbrauch bei der Dozentin zu entrichten.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistift, Kittel oder Schürze, Werkzeug - falls vorhanden - und Pausenverpflegung.

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kurpfalzhalle Dannstadt
	Referent/in:	Hildegard Rösch
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) zzgl. 5,00 € für Verbrauchswerkzeuge
I208300D04	Termin(e):	1 x am So. 06.10.24, 10.30 - 17.30 Uhr
I208300D05	Termin(e):	1 x am So. 24.11.24, 10.30 - 17.30 Uhr

### ● Dachwurz aus Tannenzapfen



Eine schöne Zusammenstellung von Dach- oder Hauswurz, auch Sukkulente genannt, gestalten wir zusammen aus verschiedenen Zapfen und Farbe. Diese ungewöhnlichen Gestecke benötigen später weder Wasser noch Licht und sehen täuschend echt aus - ein richtiger Hingucker! Gerne können eigene kleine Gefäße wie Kästchen, Körbchen, Schalen u.s.w. zum Bestücken mitgebracht werden.

Das Material stellt die Kursleiterin für ca. 7 EUR zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Eigene kleine Gefäße wie Kästchen, Körbchen oder Schalen zum Bestücken sofern vorhanden.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus, Werkraum
	Referent/in:	Sandra Kaiser
	Gebühr:	23,00 € zzgl. ca. 7,00 € Materialkosten (werden durch die Kursleitung eingesammelt)
I208400B01	Termin(e):	1 x am Fr. 08.11.24, 16.00 - 20.00 Uhr



Dachwurz aus Tannenzapfen, Sandra Kaiser



Besuchen Sie uns unter: [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)

## Textiles Gestalten

### ● Nähen von A - Z

In diesem Kurs erlernen Sie alle Grundtechniken des Zuschneidens, Anpassens und Maschinennähens. Nach freier Wahl können Kinder- und Erwachsenenkleidung angefertigt werden. Tipps und Kniffe zum Ändern und Aufpeppen alter oder nicht mehr passender Kleidung werden ebenfalls vermittelt. (Die Gebühr ist nicht ermäßigbar.)

Bitte mitbringen: Schere, Steck- und Nähnadeln, Nähgarn, Seidenpapier, Maßband, Schneiderkreide, Bleistift, Schnitte, Stoffe und Nähmaschine mit Stromverlängerungskabel (ca. 5 m)

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in:	Ariatna Krebs
	Gebühr:	34,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 74,00 € (4-5 TN)
I209120C02	Termin(e):	2 x ab Sa. 09.11.24, 10.00 - 16.00 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, Historisches Rathaus
	Referent/in:	Anja Doppler
	Gebühr:	100,00 / 147,00 € (6-7 TN)
I209120M13	Termin(e):	10 x ab Mo. 02.09.24, 08.45 - 11.45 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Anja Doppler
	Gebühr:	84,00 / 123,00 € (6-7 TN)
I209120M14	Termin(e):	10 x ab Di. 03.09.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Anja Doppler
	Gebühr:	84,00 / 123,00 € (6-7 TN)
I209120M15	Termin(e):	10 x ab Mi. 04.09.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, Historisches Rathaus
	Referent/in:	Anja Doppler
	Gebühr:	100,00 / 147,00 € (6-7 TN)
I209120M16	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 08.45 - 11.45 Uhr

### ● Nähen von A - Z, auch für Fortgeschrittene

In diesem Kurs erlernen Sie alle Grundtechniken des Zuschneidens, Anpassens und Maschinennähens. Nach freier Wahl können Kinder- und Erwachsenenkleidung angefertigt werden. Tipps und Kniffe zum Ändern und Aufpeppen alter oder nicht mehr passender Kleidung werden ebenfalls vermittelt. (Die Gebühr ist nicht ermäßigbar.)

Bitte mitbringen: Schere, Steck- und Nähnadeln, Nähgarn, Seidenpapier, Maßband, Schneiderkreide, Bleistift, Schnitte, Stoffe und Nähmaschine und ein Stromverlängerungskabel ca. 5 m

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Christa Sippel
	Gebühr:	70,00 / 103,00 € (6-7 TN)
I209120S07	Termin(e):	7 x ab Mi. 28.08.24, 17.00 - 20.00 Uhr
	Gebühr:	80,00 / 118,00 € (6-7 TN)
I209120S08	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Harthausen, Ludwigstraße 7
	Referent/in:	Margherita Blaconá
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN) / 88,00 € (5 TN)
I209121E03	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Gebühr:	42,00 / 62,00 € (6-7 TN) / 74,00 € (5 TN)
I209121E04	Termin(e):	5 x ab Mi. 30.10.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Margherita Blaconá
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
I209121S04	Termin(e):	6 x ab Mo. 02.09.24, 18.30 - 21.00 Uhr
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
I209121S05	Termin(e):	6 x ab Mo. 28.10.24, 18.30 - 21.00 Uhr

### ● Nähworkshop

Bitte mitbringen: Nähmaschine

	Ort:	Mutterstadt, Neue Pforte
	Referent/in:	Anja Doppler
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN)
I209125M06	Termin(e):	1 x am Sa. 14.09.24, 09.30 - 16.30 Uhr
I209125M07	Termin(e):	1 x am Sa. 05.10.24, 09.30 - 16.30 Uhr
I209125M08	Termin(e):	1 x am Sa. 09.11.24, 09.30 - 16.30 Uhr

# SPIEL MIT!

**BIS 9.3.2025**

BAUEN

ZOCKEN

KNOBELN

Mehr Infos unter:

www.technoseum.de  
Museumsstraße 1, 68165 Mannheim

## ● Patchworkquilts am Wochenende



Warum kompliziert, wenn es auch einfach geht?

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen dieser Techniken und erfahren mehr über ihre Geschichte. Mithilfe einer raffinierten Schneidetechnik entsteht aus einem einfachen Patchworkblock ein abstrakt wirkendes Muster, das je nach Stoffauswahl und Anordnung der Teile einen ganz individuellen Quilt ergibt. Genäht wird mit der Maschine. Der Kurs ist sowohl für Nähanfänger\*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Mit der Anmeldung erhalten Sie eine Materialliste mit den ersten Tipps, so dass Sie schon Ihr Projekt planen und Stoffe auswählen können.

Am Einführungsabend (Teilnahme erforderlich!) wollen wir Ihr Projekt besprechen, Ihre Stoffe sichten und klären, was Sie für das Nähwochenende vorbereiten können oder noch besorgen müssen. Beim Nähwochenende haben Sie dann viel „Zeit am Stück“, um entspannt ihr Projekt umzusetzen.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Verlängerung, Arbeitsmaterialien, Stoffe (eventuell erfragen)

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Jutta Reichenbach
	Gebühr: 86,00 / 125,00 € (6-7 TN) (nicht ermäßigbar)
<b>I209205B01</b>	Termin(e): Mo. 14.10.24, 19.00 - 21.15 Uhr Sa. 26.10.24, 10.00 - 17.45 Uhr So. 27.10.24, 10.00 - 17.00 Uhr

## ● Patchwork: Scrappy-Restequilts

Bei jedem Patchworkprojekt fallen unwillkürlich Reste an. Daraus lassen sich mit wenig zusätzlichem neuen Material wunderschöne Quiltarbeiten herstellen. Läuft auch ihre Restekiste über? Dann sind sie hier richtig!

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Verlängerung, Arbeitsmaterialien, Stoffe (eventuell erfragen)

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Elisabeth Kostov
	Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)
<b>I209205E09</b>	Termin(e): 4 x ab Di. 03.09.24, 19.15 - 21.30 Uhr
<b>I209205E10</b>	Termin(e): 4 x ab Do. 05.09.24, 19.15 - 21.30 Uhr

## ● Patchwork: Gewürfelte Quilts

Einen Quilt würfeln? - Verlassen Sie Ihre Komfortzone und lassen Sie uns experimentieren. Entdecken Sie, was in Ihnen steckt. Ihre Arbeiten entwickeln sich mit Sicherheit ganz anders als vorher gedacht. Neugierig? Bitte mitbringen: Nähmaschine, Verlängerung, Arbeitsmaterialien, Stoffe (eventuell erfragen)

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Elisabeth Kostov
	Gebühr: 38,00 / 55,00 € (6-7 TN)
<b>I209205E11</b>	Termin(e): 5 x ab Di. 05.11.24, 19.15 - 21.30 Uhr
<b>I209205E12</b>	Termin(e): 5 x ab Do. 07.11.24, 19.15 - 21.30 Uhr

## ● Quilten - traditionell und modern

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. In diesem Kurs bekommen Sie Anregung und Anleitung zum Nähen von Patchwork und Quilts. Traditionelle Muster und modernes Design werden vorgestellt, aktuelle Fachliteratur diskutiert. Eine Gruppen-Challenge wird ausgewählt und bearbeitet.

Nur für fortgeschrittene Quilter\*innen.

	Ort: Römerberg, Haus am Lindenplatz Mecktersheim
	Referent/in: Charlotte Kahl
	Gebühr: 7,00 €
<b>I209260R02</b>	Termin(e): Mi. 28.08.24, 18.30 - 21.00 Uhr Mi. 11.09.24, 18.30 - 21.00 Uhr Mi. 09.10.24, 18.30 - 21.00 Uhr Mi. 13.11.24, 18.30 - 21.00 Uhr Mi. 11.12.24, 18.30 - 21.00 Uhr

## ● Einführungsabend: Stricken wieder neu entdeckt

Für Interessent\*innen des Kurses „Stricken wieder neu entdeckt!“

Die Dozentin berät über das richtige Material, wie Wolle oder Nadeln, für Teilnehmende, die unsicher sind.

Der Termin ist kostenlos.

Bitte mitbringen: Wolle und dazu passende Stricknadeln

	Ort: Harthausen, Karl-Hufnagel-Schule
	Referent/in: Traudlinde Geil
	Gebühr: frei
<b>I209305E03</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 02.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr

## ● Stricken wieder neu entdeckt

Ein Kurs für Interessierte mit Grundkenntnissen im Stricken, die aufgefrischt und erweitert werden sollen. Die Gruppe fertigt unter Anleitung in einfachen Schritten Mützen, Schals, Handschuhe oder Ponchos für Groß und Klein.

Bitte mitbringen: Wolle und dazu passende Stricknadeln

	Ort: Harthausen, Karl-Hufnagel-Schule
	Referent/in: Traudlinde Geil
	Gebühr: 34,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 74,00 € (4-5 TN)
<b>I209305E02</b>	Termin(e): Mo. 09.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr Mo. 07.10.24, 19.00 - 21.30 Uhr Mo. 04.11.24, 19.00 - 21.30 Uhr Mo. 09.12.24, 19.00 - 21.30 Uhr



Bild: Depositphotos

## ● Knitting club - let's talk and knit or crochet

English Conversation - all wool and a yard wide.

Whether knitting, crocheting or embroidering, do you enjoy needlework and would also like to brush up on your English? Then come to our „Knitting Club“. We will meet to make a beautiful scarf of your choice.

There are three variations to choose from in three levels of difficulty - please make your choice in advance of the course so that we can get started straight away on the first course date. Of course, you can also contribute your own ideas or find inspiration in the store. Wool and materials should be purchased directly from the store „Das Tapfere Schneiderlein“.

We will chat in English during the needlework and perhaps exchange a few needlework tips and ideas. The instructor will provide inspiration for interesting topics in the foreign language and give linguistic feedback.

Ihr Sprachniveau sollte auf Niveau B1 oder einer guten A2 sein.

Wir treffen uns in der Kaffee-Ecke des Handarbeitsgeschäfts „Das Tapfere Schneiderlein“ in Limburgerhof, Burgunderplatz 6.

Die Kooperation zwischen dem Tapferen Schneiderlein und der vhs Rhein-Pfalz-Kreis bedingt, dass die Teilnehmer\*innen Wolle, Garn und Material bitte im Geschäft „Das Tapfere Schneiderlein“ Limburgerhof kaufen.

	Ort: Limburgerhof, Das Tapfere Schneiderlein
	Referent/in: Saskia Müller
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 39,00 € (5 TN) / 56,00 € (4 TN) + Material
<b>I406379K02</b>	Termin(e): 4 x ab Fr. 08.11.24, 16.00 - 17.30 Uhr

## ● Klöppeln für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene III

Klöppeln ist eine sehr alte Kultur- und Handwerkstechnik und kam - ausgehend von Italien - im 16. Jahrhundert nach Deutschland. Beim Klöppeln werden die Fäden von mindestens zwei Paar Klöppeln durch Kreuzen und Drehen der Klöppel miteinander verflochten. Dadurch entstehen Muster und Motive, z.B. Spitzen. In den vergangenen Jahren hat sich das Klöppeln immer mehr zur Handwerks-Kunst entwickelt.

Sie lernen die einzelnen Klöppeltechniken kennen und sind dann in der Lage, einfache Muster selbstständig zu bearbeiten bzw. als Fortgeschrittene zunehmend kompliziertere Vorlagen und Zeichnungen zu verstehen und umzusetzen.

Das Klöppeln schult „ganz nebenbei“ die Koordination und die Fingerfertigkeit bzw. die Beweglichkeit der Hände.

Die Kurse sind aufeinander aufbauend angelegt und am besten in Folge zu besuchen. Ein Neueinstieg ist möglich.

Wer erstmalig an einem Klöppelkurs teilnimmt, kann sich die benötigten Materialien von der Lehrkraft ausleihen.

	Ort: Dannstadt-Schauernheim, Zentrum Alte Schule, Mehrzweckraum (EG)
	Referent/in: Ursula Leber
	Gebühr: 60,00 € / 88,00 € (6-7 TN) (nicht ermäßigbar)
<b>I209501D03</b>	Termin(e): Fr. 30.08.24, 19.00 - 22.00 Uhr Fr. 13.09.24, 19.00 - 22.00 Uhr Fr. 27.09.24, 19.00 - 22.00 Uhr Fr. 08.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr Fr. 22.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr Fr. 06.12.24, 19.00 - 22.00 Uhr
	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
<b>I209501E03</b>	Termin(e): Do. 29.08.24, 18.30 - 21.30 Uhr Do. 12.09.24, 18.30 - 21.30 Uhr Do. 26.09.24, 18.30 - 21.30 Uhr Do. 07.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr Do. 21.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr Do. 05.12.24, 18.30 - 21.30 Uhr

Wenn Sie uns bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse geben, können wir Sie schnell über Änderungen oder neue Kursangebote informieren.

## Plastisches Gestalten / Ton

### ● Drehen auf der Töpferscheibe am Abend

Werden Sie kreativ tätig und entdecken Sie die jahrtausende alte Kulturtechnik des Töpfern. Neulinge lernen in diesem Kurs die Grundlagen des Scheibentöpfers: Wie zentriere ich? Wie ziehe ich eine Gefäßwand hoch? Wie drehe ich mein Gefäß ab?

Fortgeschrittene üben und vertiefen bisher gelernte Techniken: Sie erweitern Ihre Fähigkeiten in der Gestaltung unterschiedlicher Formen und erproben verschiedene Arten der Oberflächengestaltung. Eigene Ideen sind willkommen.

Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Es können in jedem Kurs höchstens 5 Neulinge aufgenommen werden.

Empfehlung: Buchen Sie den Glasierkurs dazu, um Ihre Werkstücke weiter zu verarbeiten.

Bitte mitbringen: Lappen zum Abwischen der Tische, kleiner flacher Schwamm (gut geeignet sind Kosmetikschwämmchen), ggf. eine Schürze, um die Kleidung zu schützen

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mikela Steinberger
	Gebühr: 106,00 / 114,00 € (6-7 TN) / 135,00 € (5 TN) (nicht ermäßigbar) zzgl. Materialkosten je nach Verbrauch
<b>I210003S06</b>	Termin(e): 5 x ab Do. 05.09.24, 19.00 - 22.00 Uhr Gebühr: 111,00 / 160,00 € (6-7 TN) / 186,00 € (5 TN) (nicht ermäßigbar) zzgl. Materialkosten je nach Verbrauch
<b>I210003S07</b>	Termin(e): 7 x ab Do. 31.10.24, 19.00 - 22.00 Uhr

„Die Anmeldung für unsere Töpferkurse in Schifferstadt ist nur über die Außenstelle Schifferstadt möglich!

Bitte beachten Sie außerdem, dass nur eine begrenzte Anzahl an Neulingen pro Kurs aufgenommen werden kann!“

### ● Drehen auf der Töpferscheibe am Wochenende für Fortgeschrittene mit Glasieren

Töpfern nach Herzenslust, ein ganzes Wochenende lang: Ein Wochenende ist für Neulinge ein schneller, intensiver Einstieg in das Scheibendrehen, und drei Wochen später kann man schon die ersten fertigen Werke in den Händen halten. Vom Zentrieren über das Hochziehen bis zum Abdrehen erlernen Sie alle Anfangsgründe des Scheibentöpfers an einem konzentrierten Wochenende oder vertiefen Ihre Fähigkeiten.

Der Kurs ist für Anfänger\*innen mit und ohne Vorkenntnisse, sowie Fortgeschrittene geeignet.

Es können in jedem Kurs höchstens 5 Neulinge aufgenommen werden.

Bitte mitbringen: Pausenverpflegung, Lappen zum Abwischen der Tische, kleiner flacher Schwamm (gut geeignet sind Kosmetikschwämmchen), ggf. eine Schürze, um die Kleidung zu schützen

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mikela Steinberger
	Gebühr: 71,00 / 100,00 € (6-7 TN) / 116,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten je nach Verbrauch
<b>I210004S06</b>	Termin(e): Sa. 07.09.24, 09.30 - 16.30 Uhr So. 08.09.24, 09.30 - 13.00 Uhr Sa. 21.09.24, 09.30 - 13.00 Uhr
<b>I210004S07</b>	Termin(e): Sa. 12.10.24, 09.30 - 16.30 Uhr So. 13.10.24, 09.30 - 13.00 Uhr Sa. 26.10.24, 09.30 - 13.00 Uhr

● **Töpferkurs am Wochenende: Drehen auf der Töpferscheibe**

Töpfern nach Herzenslust, ein ganzes Wochenende lang: Ein Wochenende ist für Neulinge ein schneller, intensiver Einstieg in das Scheibendrehen, und drei Wochen später kann man schon die ersten fertigen Werke in den Händen halten. Vom Zentrieren über das Hochziehen bis zum Abdrehen erlernen Sie alle Anfangsgründe des Scheibentöpfers an einem konzentrierten Wochenende oder vertiefen Ihre Fähigkeiten ganz entspannt.

Der Kurs ist für Anfänger\*innen mit und ohne Vorkenntnisse, sowie Fortgeschrittene geeignet.

Es können in jedem Kurs höchstens 5 Neulinge aufgenommen werden.

Empfehlung: Buchen Sie den Glasierkurs dazu, um Ihre Werkstücke weiter zu verarbeiten.

Bitte mitbringen: Pausenverpflegung, Lappen zum Abwischen der Tische, kleiner flacher Schwamm (gut geeignet sind Kosmetikschwämmchen), ggf. eine Schürze, um die Kleidung zu schützen

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mikela Steinberger
	Gebühr: 69,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 115,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210004S08</b>	Termin(e): Fr. 08.11.24, 18.00 - 21.00 Uhr Sa. 09.11.24, 09.30 - 16.30 Uhr So. 10.11.24, 09.30 - 13.00 Uhr

● **Drehen auf der Töpferscheibe am Wochenende**

Töpfern nach Herzenslust, ein ganzes Wochenende lang: Ein Wochenende ist für Neulinge ein schneller, intensiver Einstieg in das Scheibendrehen und drei Wochen später sind die Werke schon zum ersten Mal gebrannt. Vom Zentrieren über das Hochziehen bis zum Abdrehen erlernen Sie alle Anfangsgründe des Scheibentöpfers an einem konzentrierten Wochenende oder vertiefen Ihre Fähigkeiten.

Der Kurs ist für Anfänger\*innen mit und ohne Vorkenntnisse, sowie Fortgeschrittene geeignet.

Es können in jedem Kurs höchstens 5 Neulinge aufgenommen werden.

Empfehlung: Buchen Sie den Glasierkurs dazu, um Ihre Werkstücke weiter zu verarbeiten.

Bitte mitbringen: Pausenverpflegung, Lappen zum Abwischen der Tische, kleiner flacher Schwamm (gut geeignet sind Kosmetikschwämmchen), ggf. eine Schürze, um die Kleidung zu schützen

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mikela Steinberger
	Gebühr: 53,00 / 75,00 € (6-7 TN) / 87,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210004S09</b>	Termin(e): Sa. 30.11.24, 09.30 - 16.30 Uhr So. 01.12.24, 09.30 - 13.00 Uhr

● **Drehen auf der Töpferscheibe am Samstag**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Wer mindestens zwei Grundkurse besucht hat oder vergleichbare Erfahrungen mitbringt, kann die bislang erworbenen Kenntnisse in diesem Kurs erweitern und vertiefen. Bis zu 2 Neulinge können ebenfalls am Kurs teilnehmen und unter Anleitung der Dozentin die Grundlagen des Scheibentöpfers erlernen.

Neulinge sollten unbedingt den Abdrehkurs am Sonntag dazubuchen.

Bitte mitbringen: Pausenverpflegung

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Trautemarie Thiessen-Bucher
	Gebühr: 31,00 / 43,00 € (6-7 TN) / 63,00 € (4-5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210005S08</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 05.10.24, 10.00 - 16.00 Uhr
<b>I210005S09</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 02.11.24, 10.00 - 16.00 Uhr
<b>I210005S10</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 07.12.24, 10.00 - 16.00 Uhr



Besuchen Sie uns unter: [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



**Bildung mit Energie Ihrer Stadtwerke Schifferstadt**

Mühlstraße 18  
67105 Schifferstadt  
Tel.: 06235 4901-250  
[www.sw-schifferstadt.de](http://www.sw-schifferstadt.de)



Werbeanzeige

## ● Drehen auf der Töpferscheibe am Vormittag

Erlernen oder vertiefen Sie in diesem Kurs die komplexe Technik des Scheibentöpfens. Angefangen von der Vorbereitung des Tons, über das Zentrieren der Ton-Masse auf der Scheibe und dem Formen der Objekte, bis zum anschließenden Abdrehen und Glasieren der Werkstück. Alle Schritte und Techniken können Sie in diesem Kurs erlernen oder ihre vorhandenen Kenntnisse weiter vertiefen. Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Um eine ausreichende Betreuung zu gewährleisten, können pro Kurs nur maximal zwei Anfänger\*innen aufgenommen werden. Anmeldungen nur über die Außenstelle Schifferstadt.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Trautemarie Thiessen-Bucher
	Gebühr: 96,00 / 135,00 € (6-7 TN) (nicht ermäßigbar) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210006S05</b>	Termin(e): 6 x ab Di. 03.09.24, 08.30 - 11.30 Uhr
<b>I210006S06</b>	Termin(e): 6 x ab Di. 29.10.24, 08.30 - 11.30 Uhr

## ● Glasierkurs

Glasuren sind der Schmuck der Keramik - schmücken Sie in diesem Kurs Ihre Werke aus dem Wochenendkurs mit farbigen Glasuren. Das macht Ihre Keramik noch stabiler und leichter zu reinigen.

Bitte mitbringen: Lappen zum Abwischen der Tische, kleiner flacher Schwamm (gut geeignet sind Kosmetikschwämmchen), ggf. eine Schürze, um die Kleidung zu schützen. Außerdem eine Atemschutzmaske („Corona-Maske“) als Staubschutz mitbringen.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mikela Steinberger
	Gebühr: 20,00 / 28,00 € (6-7 TN) / 32,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210007S06</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 21.09.24, 15.00 - 18.30 Uhr
	Gebühr: 20,00 / 28,00 € (6-7 TN) / 32,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210007S07</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 26.10.24, 15.00 - 18.30 Uhr
	Gebühr: 20,00 / 28,00 € (6-7 TN) / 32,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210007S08</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 23.11.24, 15.30 - 19.00 Uhr
	Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) / 50,00 € (5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210007S09</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 14.12.24, 10.00 - 16.00 Uhr

## ● Abdrehen/Glasieren

Dieser Kurs dient dem Abdrehen der Werkstücke aus den vorherigen Kursen. Das Abdrehen ist ein wichtiger Schritt ohne den die weitere Verarbeitung der Werkstücke nicht möglich ist. Der Termin kann von Fortgeschrittenen alternativ zum Glasieren der Werkstücke genutzt werden.

Neulinge sollten unbedingt diesen Kurse dazu buchen!

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Trautemarie Thiessen-Bucher
	Gebühr: 15,00 / 20,00 € (6-7 TN) / 29,00 € (4-5 TN) zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
<b>I210009S01</b>	Termin(e): 1 x am So. 06.10.24, 10.00 - 12.30 Uhr
<b>I210009S02</b>	Termin(e): 1 x am So. 03.11.24, 10.00 - 12.30 Uhr
<b>I210009S03</b>	Termin(e): 1 x am So. 08.12.24, 10.00 - 12.30 Uhr

## ● Aufbau-Keramik mit Glasieren

Beim Gestalten mit Ton können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und eine Kunst erlernen, die seit Jahrtausenden existiert. Erlernen Sie unter Anleitung unserer erfahrenen Dozentin die Aufbautechnik.

Die Kosten für Ton und Glasur werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

	Ort: Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Referent/in: Johanna Mann
	Gebühr: 75,00 / 109,00 € (6-7 TN) / 131,00 € (5 TN) (nicht ermäßigbar) zzgl. Kosten für Ton und Glasuren
<b>I210113K01</b>	Termin(e): Di. 17.09.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 24.09.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 01.10.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 08.10.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 29.10.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 05.11.24, 18.15 - 19.30 Uhr
	Gebühr: 62,00 / 90,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) (nicht ermäßigbar) zzgl. Kosten für Ton und Glasuren
<b>I210113K02</b>	Termin(e): Di. 12.11.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 19.11.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 26.11.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 10.12.24, 18.15 - 21.30 Uhr Di. 17.12.24, 18.15 - 19.30 Uhr

## Handwerk/Kunsthandwerk

### ● Bildkomposition



Sicher hat Ihnen beim Betrachten von Bildern in einer Galerie, in einem Museum oder von Kunstdrucken das eine oder andere Element besonders gut gefallen. Genau auf solchen Betrachtungen baut der angebotene Kurs auf. Wir werden Bilder aus der Kunstgeschichte betrachten, Sie können auch eigene Lieblingsbilder mitbringen. Anhand dieser werden wir in einer ausführlichen Bildbetrachtung die Lieblingselemente herausfinden. Und genau diese, sei es eine Farbe, ein spezielles Element z.B. ein Baum oder ein Gefäß werden bei der Gestaltung des eigenen Bildes in den Mittelpunkt gestellt. Sie können das Thema dann mit eigenen Akzenten erweitern und so eine eigene Komposition erschaffen.

Uta Dorra ist Künstlerin und hat die Grundlagen für ihre Tätigkeit an der Fachhochschule Stuttgart und der Akademie der Bildenden Künste in München erworben. Sie gehört dem Berufsverband Bildender Künstler an und hat ihr Atelier in Mannheim. Ihr waren im In- und Ausland bereits zahlreiche Einzelausstellungen gewidmet.

Bitte mitbringen: Schere, alte Stoffstücke, eventuell Malkittel oder Schürze

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Uta Dorra
	Gebühr: 44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 77,00 € (4-5 TN) zzgl. Material ca. 6.- € (Abrechnung mit der Dozentin)
<b>I210120S02</b>	Termin(e): 6 x ab Mo. 09.09.24, 18.00 - 19.45 Uhr

### ● Weihnachts-Spezial



Weihnachten ist die Zeit der Geschenke. Diese wollen verpackt und leicht mit lieben Grüßen versehen werden. Im Weihnachts-Spezial gibt es in lockerer Runde Anregungen für eine eigene Kartengestaltung, Tütchen und Taschen. Material ist vorhanden, Sie können auch Ihr eigenes mitbringen.

Uta Dorra hat die Grundlagen für ihre Tätigkeit an der Fachhochschule Stuttgart und der Akademie der Bildenden Künste in München erworben, gehört dem Berufsverband Bildender Künstler an und hat ihr Atelier in Mannheim. Ihr waren im In- und Ausland bereits zahlreiche Einzelausstellungen gewidmet.

Bitte mitbringen: Schere, alte Stoffstücke, eventuell Malkittel oder Schürze

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Uta Dorra
	Gebühr: 9,00 / 12,00 € (6-7 TN) / 15,00 € (4-5 TN) zzgl. Material ca. 6.- € (Abrechnung mit der Dozentin)
<b>I210120S03</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 30.11.24, 16.30 - 18.30 Uhr



Besuchen Sie uns  
unter: [vhs-rpk.de](https://vhs-rpk.de)

# Fotografieren/Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis

## ● Einführung in die Fotografie I

In diesem Kurs lernen Sie die technischen Grundlagen des Fotografierens. Themen sind beispielsweise Kamertechnik, Objektive und ihre Anwendung, richtige Belichtung, Licht- und Filtertechnik sowie Blitztechnik. Willkommen sind alle, die eine Bridge-, System oder digitale Spiegelreflexkamera besitzen oder sich eine solche zulegen möchten.

Der Dozent bietet außerhalb des Kurses auch Gelegenheit, das Erlernte bei einer Exkursion praktisch anzuwenden. Die Kosten dafür sind in der Gebühr nicht enthalten.

Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku, leerem Speicher und Bedienungsanleitung

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Wolfgang Ritter
	Gebühr: 42,00 / 64,00 € (6-7 TN) / 92,00 € (4-5 TN)
<b>I211002S04</b>	Termin(e): 5 x ab Di. 27.08.24 19.00 - 21.30 Uhr

## ● Grundlagen der (digitalen) Fotografie

Gute Fotos sind kein Zufall. Mit dem Beherrschen der Technik, dem Wissen der optimalen Kameraeinstellungen sowie einem Auge für lohnende Motive besitzen Sie die Voraussetzungen für gelungene Fotografien. In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie schon immer über Ihre Kamera und Objektive, Blende, Belichtungszeit, ISO und den richtigen Weißabgleich wissen wollten.

Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera mit Bedienungsanleitung, Speicherkarte und einen geladenen Akku

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 33,00 / 47,00 € (6 - 7 TN) / 70,00 € (4-5 TN)
<b>I211003B02</b>	Termin(e): 3 x ab Do. 12.09.24 18.00 - 21.00 Uhr
	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
<b>I211003K02</b>	Termin(e): 3 x ab Do. 07.11.24, 18.00 - 21.00 Uhr

## ● Digitalfotografie für Fortgeschrittene

Mit dem Beherrschen der Technik und indem Sie die Möglichkeiten Ihrer Kamera kennen, verfügen Sie schon über erste Voraussetzungen für gelungene Fotografien. Im Idealfall haben Sie sogar schon einen Grundkurs besucht. Dieser Kurs rückt nun vor allem die Grundlagen der Bildgestaltung in den Mittelpunkt und soll Ihren fotografischen Blick verbessern - mit besseren Bildern als Ziel. Der Dozent hilft Ihnen, Bildideen zu entwickeln und diese mit Ihrer Kamera in die Praxis umzusetzen. Der Umgang mit der „kreativen Unschärfe“ wird ebenso geübt wie das „Mitziehen“ bei bewegten Motiven. Fragen sind willkommen.

Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera mit Bedienungsanleitung, geladene Akkus und Speicherkarten

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6 - 7 TN) / 49,00 € (4-5 TN)
<b>I211007K02</b>	Termin(e): Do. 28.11.24, 18.00 - 21.00 Uhr Do. 05.12.24, 18.00 - 21.00 Uhr

## ● Gehen Sie nahe ran! Einführung in die Makro-Fotografie

Tauchen Sie ein in die Welt der kleinen Dinge und Pflanzen: Bei diesem Einsteigerkurs lernen Sie die technischen und gestalterischen Grundlagen für gelungene Makroaufnahmen kennen. Ziel des Kurses ist, dass Sie Ihre Kameraeinstellungen im Griff haben und die Regeln kennen, nach denen die Profis wirkungsvolle Bilder gestalten.

Behandelt werden u.a. folgende Themen: die optimalen Kameraeinstellungen für Makroaufnahmen im Pflanzenreich, Schärfentiefe und Blende, das richtige Licht und die richtige Kameraposition für Ihre Aufnahme.

Für die Teilnahme sollten Sie über grundlegende Kenntnisse der digitalen Fotografie verfügen. Es werden nur 6 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera mit makrogeeignetem Objektiv, geladene Akkus u. ausreichend Speicherkarten; nach Möglichkeit ein stabiles Stativ

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 65,00 / 97,00 € (4-5 TN)
<b>I211106M02</b>	Termin(e): 4 x ab Di. 12.11.24, 18.00 - 21.00 Uhr

## ● „Flashdance“: Fotografieren mit Systemblitzgeräten

Rote Augen und totgeblitzte Bilder gehören ab sofort der Vergangenheit an: Sie lernen in diesem Kurs die Grundlagen der Blitztechnik und kommen mit viel Praxisbezug zu einem sicheren Umgang mit dem Systemblitz.

Erfahren Sie, was selbst mit nur einem einzigen Blitzlicht alles möglich wird! Sie sollten für die Teilnahme über grundlegende Kenntnisse der digitalen Fotografie verfügen. Es werden maximal 6 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera mit passendem Systemblitz, geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten; nach Möglichkeit ein Stativ

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (5 TN) / 49,00 € (4 TN)
<b>I211202K01</b>	Termin(e): 2 x ab Mi. 11.09.24, 18.00 - 21.00 Uhr

## ● Industriekultur: Das Großkraftwerk in der Blauen Stunde

Die Fotografie in der Blauen Stunde und bei wenig Licht hat einen besonderen Reiz. Sie erfordert meist lange Belichtungszeiten und ist ein spannungsreiches Feld für fotografische Versuche. Der Industriekomplex des Großkraftwerkes Mannheim erscheint in einem ganz anderen Licht und wirkt zu dieser Zeit besonders reizvoll.

Im Kurs geht es um die technischen Voraussetzungen, die Ausrüstung und die Suche nach interessanten Perspektiven. Bitte kleiden Sie sich witterungsgerecht, der Außentermin findet auch bei Nieselregen statt!

Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera, Fernauslöser, stabiles Stativ, geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten. Nützlich sein können eine kleine Taschenlampe sowie eine Regenschutzhülle für die Kamera (Plastiktüte und Schere reichen auch).

Stabile Stative können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

	Ort: Altrip, Max-Schule
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 49,00 € (4-5 TN)
<b>I211301A02</b>	Termin(e): 2 x ab Fr. 20.09.24, 18.00 - 21.00 Uhr

## ● Der frühe Vogel fängt den Wurm! Das Großkraftwerk in der goldenen Stunde

Die Fotografie in der Goldenen Stunde und bei wenig Licht hat einen besonderen Reiz. Sie erfordert meist lange Belichtungszeiten und ist ein spannungsreiches Feld für fotografische Versuche. Der Industriekomplex des Großkraftwerkes Mannheim erscheint in einem ganz anderen Licht und wirkt zu dieser Zeit besonders reizvoll.

Im Kurs geht es um die technischen Voraussetzungen, die Ausrüstung und die Suche nach interessanten Perspektiven. Bitte kleiden Sie sich witterungsgerecht, der Außentermin findet auch bei Nieselregen statt!

Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: eigene Kamera, Fernauslöser, stabiles Stativ, geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten. Nützlich sein können eine kleine Taschenlampe sowie eine Regenschutzhülle für die Kamera (Plastiktüte und Schere reichen auch).

Stabile Stative können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

	Ort: Altrip, Max-Schule
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 20,00 / 29,00 € (6-7 TN) / 43,00 € (4-5 TN)
<b>I211301A03</b>	Termin(e): 2 x ab Fr. 06.12.24, 18.00 - 21.00 Uhr

Wenn Sie uns bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse geben, können wir Sie schnell über Änderungen oder neue Kursangebote informieren.



● **1000 Tricks für bessere Smartphone-Fotos**



Mit den Kameras unserer Smartphones werden täglich Millionen von Bildern geschossen, und die meisten von uns haben das Smartphone immer dabei.

Wir erkunden in diesem Kompaktworkshop die Möglichkeiten der Smartphone-Kamera und vertiefen die Kenntnisse durch Praxisübungen. Auch die Bildgestaltung kommt in diesem Workshop nicht zu kurz. Anschließend übertragen wir die Bilder vom Smartphone auf Ihren Rechner und speichern sie dort.

Voraussetzung für diesen Kurs: sicherer Umgang mit dem eigenen Smartphone!

Bitte bringen Sie Ihr Mobiltelefon und einen Laptop mit, eine Powerbank hilft Ihrem schwachen Akku wieder „auf die Beine“.

Bitte mitbringen: eigene Kamera sowie genügend geladene Akkus und Speicherkarten, stabiles Stativ (beim Kursleiter ausleihbar - bei Bedarf bitte bei der Anmeldung angeben); Objektive nach Belieben.

Bitte tragen Sie bei der Exkursion feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung!

Ein Fernglas kann ebenfalls nützlich sein.

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Ulrich Oberst
	Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 49,00 € (4-5 TN)
<b>I211325B03</b>	Termin(e): Di. 17.12.24, 18.00 - 21.00 Uhr Mi. 18.12.24, 18.00 - 21.00 Uhr

● **Einführung in die Fotografie**

In diesem Kurs erlernen Sie die technischen Grundlagen des Fotografierens. Themen sind beispielsweise Kameratechnik, Objektive und ihre Anwendung, richtige Belichtung, Licht- und Filtertechnik sowie Blitztechnik. Willkommen sind alle, die eine Bridge-, System oder digitale Spiegelreflexkamera besitzen oder sich eine solche zulegen möchten.

Der Dozent bietet außerhalb des Kurses auch Gelegenheit, das Erlernete bei einer Exkursion praktisch anzuwenden. Die Kosten dafür sind in der Gebühr nicht enthalten.

Bitte mitbringen: Kamera (inkl. Bedienungsanleitung), voller Akku, leere Speicherkarte

	Ort: Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in: Wolfgang Ritter
	Gebühr: 52,00 / 62,00 € (6-7 TN) / 92,00 € (4-5 TN)
<b>I211401C03</b>	Termin(e): Do. 29.08.24, 19.00 - 21.30 Uhr Do. 05.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr Do. 12.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr Do. 19.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr Do. 26.09.24, 19.00 - 21.30 Uhr

**Musik**

● **Liedbegleitung mit der Gitarre (Anfänger\*innen)**

Um baldmöglichst Lieder spielen zu können, lernen Einsteiger\*innen mit Vorkenntnissen in diesem Kurs erweiterte Grundlagen des Gitarrenspiels, Übungen zum Ausbilden der linken und rechten Hand, einfache Akkorde und deren Wechsel sowie einfache Grundrhythmen. Ziel des Kurses ist das Spielen und Verstehen einfacher Lieder und deren Strukturen. Er soll zum eigenständigen Weiterlernen anleiten.

Bei ausreichendem Interesse werden weitere Aufbaukurse angeboten.

Bitte mitbringen: Gitarre, Stimmgerät, Papier und Stift

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Axel Schönherstedt
	Gebühr: 70,00 / 103,00 € (6-7 TN) / 154,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 3,00 € für Kopien
<b>I213202K01</b>	Termin(e): 14 x ab Mi. 04.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

# Musikschule Rhein-Pfalz-Kreis





Studienvorbereitung  
Wettbewerbe  
Konzerte  
Ensembles  
Gesang  
Instrumentalunterricht  
Instrumentenkarussell  
Notenwichtel  
Eltern-Kind-Kurse

Angebote für Kinder und Jugendliche

Wir beraten gerne!

Musikschule Rhein-Pfalz-Kreis  
Europaplatz 5, Ludwigshafen  
Telefon 0621 5909-3410  
kreismusikschule@rheinpfalzkreis.de



### ● Liedbegleitung mit der Gitarre (Aufbaustufe III)

Um baldmöglichst Lieder spielen zu können, lernen Einsteiger\*innen mit Vorkenntnissen in diesem Kurs erweiterte Grundlagen des Gitarrenspiels, Übungen zum Ausbilden der linken und rechten Hand, einfache Akkorde und deren Wechsel sowie einfache Grundrhythmen. Ziel des Kurses ist das Spielen und Verstehen einfacher Lieder und deren Strukturen. Er soll zum eigenständigen Weiterlernen anleiten.

Bei ausreichendem Interesse werden weitere Aufbaukurse angeboten.

Bitte mitbringen: Gitarre, Stimmgerät, Papier und Stift

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Axel Schönerstedt
	Gebühr: 65,00 / 96,00 € (6-7 TN) / 115,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 3,00 € für Kopien
<b>I213201K04</b>	Termin(e): 13 x ab Do. 05.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

### ● Liedbegleitung mit der Gitarre (Aufbaustufe IV)

Um baldmöglichst Lieder spielen zu können, lernen Einsteiger\*innen mit Vorkenntnissen in diesem Kurs erweiterte Grundlagen des Gitarrenspiels, Übungen zum Ausbilden der linken und rechten Hand, einfache Akkorde und deren Wechsel sowie einfache Grundrhythmen. Ziel des Kurses ist das Spielen und Verstehen einfacher Lieder und deren Strukturen. Er soll zum eigenständigen Weiterlernen anleiten.

Bei ausreichendem Interesse werden weitere Aufbaukurse angeboten.

Bitte mitbringen: Gitarre, Stimmgerät, Papier und Stift

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Axel Schönerstedt
	Gebühr: 70,00 / 103,00 € (6-7 TN) / 154,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 3,00 € für Kopien
<b>I213200K03</b>	Termin(e): 14 x ab Di. 03.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

### ● Liedbegleitung mit der Gitarre (Aufbaustufe X)

Vermittelt werden die Grundlagen des Gitarrenspiels, Übungen zum Ausbilden der linken und rechten Hand, einfache Akkorde und deren Wechsel sowie einfache Grundrhythmen. Ziel des Kurses ist das Spielen und Verstehen einfacher Lieder und deren Strukturen. Er eignet sich für Interessierte mit erweiterten Grundkenntnissen.

Nur für Teilnehmende des Vorgängerkurses oder Personen mit gleichwertigen Kenntnissen nach Rücksprache!

Bitte mitbringen: Gitarre, Stimmgerät, Papier und Stift

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Axel Schönerstedt
	Gebühr: 70,00 / 103,00 € (6-7 TN) / 154,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 3,00 € für Kopien
<b>I213204K05</b>	Termin(e): 14 x ab Mo. 02.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

### ● Blockflöte für Erwachsene

Mit Sopran-, Alt- und Tenorblockflöten spielen Sie unter Anleitung Blockflötenliteratur aus allen Epochen der Musik. Sie vertiefen und erweitern so Ihre Kenntnisse. Gelegentlich werden Sie auf dem Klavier begleitet.

Die Teilnehmer\*innen sollten Vorkenntnisse mitbringen.

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Rita Rössler-Buckel
	Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I213310E03</b>	Termin(e): 8 x ab Di. 17.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr



Bild: Kammerorchester Limburgerhof

### ● Musizieren im Kammerorchester

Das „vhs-Kammerorchester Schlösschen Limburgerhof“ ist seit 1990 in Trägerschaft der Kreisvolkshochschule. Es handelt sich um ein Streicher-Ensemble für Laien, das je nach Bedarf mit Bläsern ergänzt wird. Der Schwerpunkt liegt auf Werken des Barocks und der Frühklassik. Auch Kompositionen der Romantik und Moderne werden in das Repertoire miteinbezogen.

**Neulinge sind herzlich Willkommen und können sich bei der Außenstelle in Limburgerhof melden!**

Info: <https://www.kammerorchester-limburgerhof.de>

	Ort: Limburgerhof, Schlösschen
	Referent/in: Felicitas Laxa
	Gebühr: 54,00 €
<b>I213401K03</b>	Termin(e): 13 x ab Di. 03.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr



## Jugendkunstschule

Detaillierte Informationen im hinteren Teil des Programmheftes.

### Fantasievoll Gestalten mit LEGO®

#### ● LEGO®-Werkstatt 2-2024

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule

Gebühr: 6,00 € pro Termin (wird abgebucht)

#### ● LEGO®-Werkstatt: Ferienpark (6-12)

**I909202W20** Termin(e): 1 x am Sa. 06.07.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● LEGO®-Werkstatt: Schiffe & Ozeane (6-12)

**I909202W22** Termin(e): 1 x am Sa. 07.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● LEGO®-Werkstatt: Raketen (6-12)

**I909202W23** Termin(e): 1 x am Sa. 14.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● LEGO®-Werkstatt: Weltraum (6-12)

**I909202W24** Termin(e): 1 x am Sa. 05.10.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● LEGO®-Werkstatt: Türme (6-12)

**I909202W25** Termin(e): 1 x am Sa. 02.11.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● LEGO®-Werkstatt: Seilbahn (6-12)

**I909202W26** Termin(e): 1 x am Sa. 09.11.24, 10.00 - 11.30 Uhr



Foto: Soleg auf Depositphotos



Besuchen Sie uns unter: [vhs-rpk.de](https://vhs-rpk.de)

## Malen/Zeichnen/Drucktechnik

### ● Malen nach Bob Ross® für Kinder ab 10 Jahren in den Ferien - Thema: Giraffen

	Ort: Waldsee, Jugendkunstschule, Kunstkeller
	Gebühr: 54,00 € inkl. 26,00 € Materialkosten
I909220W20	Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 11.00 - 16.00 Uhr

### ● Malen nach Bob Ross® für Kinder ab 10 Jahren - Thema: Schneeberge

	Ort: Waldsee, Jugendkunstschule, Kunstkeller
	Gebühr: 47,00 € inkl. 26,00 € Materialkosten
I909220W22	Termin(e): 1 x am Di. 10.12.24, 16.00 - 19.45 Uhr

## Plastisches Gestalten/Schmuck

### ● Offene Töpferwerkstatt (6-15, auch für Fortgeschrittene)

	Ort: Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Gebühr: 2,00 € Gebühr pro Termin zzgl. Material
I909242K21	Termin(e): 1 x am Mo. 02.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K22	Termin(e): 1 x am Mo. 09.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K23	Termin(e): 1 x am Mo. 16.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K24	Termin(e): 1 x am Mo. 23.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K25	Termin(e): 1 x am Mo. 30.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K26	Termin(e): 1 x am Mo. 28.10.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K27	Termin(e): 1 x am Mo. 11.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K28	Termin(e): 1 x am Mo. 18.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr
I909242K29	Termin(e): 1 x am Mo. 25.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr

### ● Glasieren für Kinder (7-12 Jahre)

	Ort: Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Gebühr: 18,00 € inkl. Glasur
I909254K04	Termin(e): 1 x am Fr. 11.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr
	Gebühr: 12,00 € inkl. Glasur
I909254K05	Termin(e): 1 x am Mo. 09.12.24, 16.30 - 18.30 Uhr

### ● Weihnachts-Töpferworkshop für Kinder (6-12) NUR mit einem Eltern-/ Großelternanteil

	Ort: Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Gebühr: 65,00 € inkl. Materialkosten
I909255K21	Termin(e): Fr. 22.11.24, 15.00 - 18.30 Uhr Sa. 23.11.24, 10.00 - 13.30 Uhr Fr. 06.12.24, 15.00 - 18.30 Uhr

### ● Steinzeit-Anhänger aus Speckstein selber machen – eine Reise in die Vergangenheit...

	Ort: Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Gebühr: 22,00 € inkl. 5,00 € Materialkosten
I909258K01	Termin(e): 1 x am Fr. 20.09.24, 15.00 - 18.00 Uhr
I909258K03	Termin(e): 1 x am Fr. 25.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr
I909258K02	Termin(e): 1 x am Fr. 15.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr

### ● Drachen, Feen und Nixen im Glas

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Gebühr: 19,00 € (inkl. Materialkosten)
I909267B01	Termin(e): 1 x am Di. 15.10.24, 14.00 - 17.00 Uhr



## Textiles Gestalten

### ● Herbstliches in Filz für Kinder (ab 8)

	Ort: Limburgerhof, Domholzschule
	Gebühr: 24,00 € (inkl. Material)
I909268K21	Termin(e): 1 x am Sa. 28.09.24, 11.00 - 13.30 Uhr

### ● Weihnachtliches Filzen für Kinder (ab 8)

	Ort: Limburgerhof, Domholzschule
	Gebühr: 95,00 € (inkl. Material)
I909268K22	Termin(e): 5 x ab Fr. 08.11.24, 16.00 - 18.00 Uhr

Weitere Angebote der Jugendkunstschule finden Sie online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de), Stichwort: Jugendkunstschule oder JKS.

## Handwerk/Kunsth Handwerk

### ● Ein kreativer Lama-Tag in der freien Natur

	Ort: Dannstadt-Schauernheim
	Gebühr: 24,00 €
I909272D03	Termin(e): 1 x am Mo. 22.07.24, 09.00 - 12.30 Uhr
I909272D04	Termin(e): 1 x am Di. 23.07.24, 09.00 - 12.30 Uhr
I909272D05	Termin(e): 1 x am Fr. 16.08.24, 09.00 - 12.30 Uhr
I909272D06	Termin(e): 1 x am Fr. 18.10.24, 09.00 - 12.30 Uhr



Neue Leitung(en) gesucht für  
die offene Kreativwerkstatt in Schifferstadt,  
die offene Werkstatt in Waldsee (6-10)  
sowie die Nähwerkstatt in Limburgerhof!

Wir suchen dringend eine Nachfolgerin/einen  
Nachfolger mit künstlerischer Ausbildung  
auf Honorarbasis für die Offenen (Kreativ-)  
Werkstätten in Waldsee und/oder Schifferstadt  
sowie die Nähwerkstatt in Limburgerhof.  
Dann könnten die Kurse wieder  
unmittelbar beginnen.

Interessent\*innen wenden  
sich bitte an

Dr. Juliane Kerzel-Kohn

Tel: 0621 5909 3511

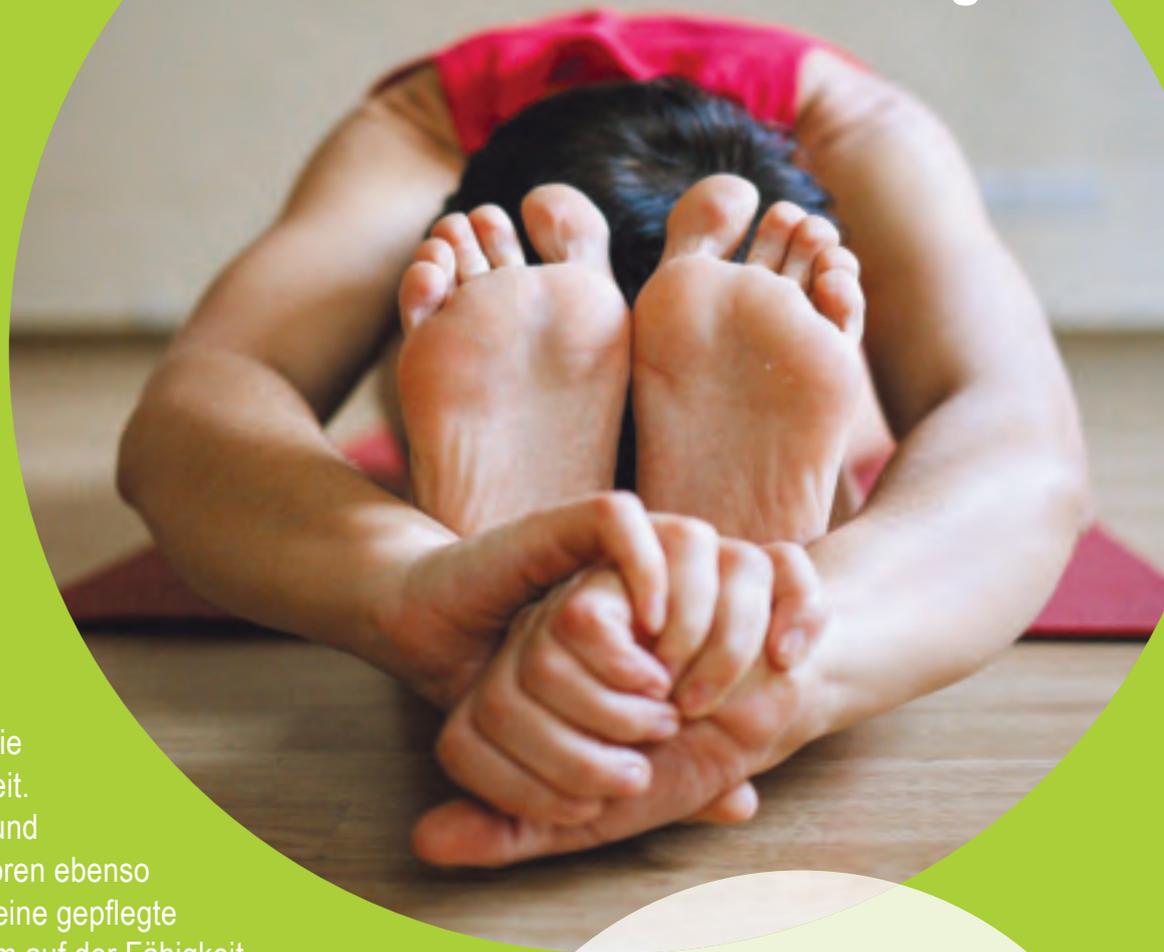
Mail: [dr.juliane.kerzel-kohn@  
rheinpfalzkreis.de](mailto:dr.juliane.kerzel-kohn@rheinpfalzkreis.de)

Bild: Iconfinder auf Depositphotos



## Gesundheit und Ernährung

Bild: www.pixabay.de,  
© Jemia Nebolsina



Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Eine kräftige Muskulatur und bewegliche Gelenke gehören ebenso zu ihren Grundlagen wie eine gepflegte Psyche, die unter anderem auf der Fähigkeit zum Genießen beruht.

Bei der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie Angebote, die Sie zum Bewegen und Entspannen anleiten, aber auch solche, die Freude an einer kreativen Ernährung vermitteln.

Sie erfahren in Theorie und Praxis, wie Sie aktiv zur Erhaltung Ihrer Gesundheit beitragen können, Sie bekommen auch immer wieder Tipps von Fachleuten, auf welche Weise sich Gesundheitsprobleme beheben lassen können.

- **Gesundheits-Vorträge**
- **Entspannung**
- **Bewegung**
- **Bewegung für Seniorinnen und Senioren**
- **Tanz**
- **Bewegung im Wasser**
- **Ernährung/Küchen-Wissen**
- **Trinkgenuss**

*Aktuelle Programmergänzungen  
der vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!  
Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)*



## ● Tinnitus - Umgang mit Ohrgeräuschen

Etwa jede(r) zehnte Deutsche leidet an Ohrgeräuschen, von medizinischen Fachleuten Tinnitus genannt. Viele Betroffene sind in ihrer Lebensqualität erheblich eingeschränkt und fühlen sich dieser Situation und den Geräuschen hilflos ausgeliefert. Unzureichender Informationsstand der Betroffenen und die dadurch falsche Vorstellung, die Verantwortung für die Gesundheit beim Arzt abgeben zu müssen, erschweren zusätzlich die Situation.

Durch eine sorgfältige und einfühlsame Information sowie eine sachgerechte Diagnostik will der Dozent dem Betroffenen Wege aufzeigen, einen besseren Umgang mit dem Tinnitus zu finden und die Lebenssituation zu verbessern. Er weist auf mögliche Ursachen und Behandlungsmethoden hin und gibt Hinweise auf den Umgang mit Ohrgeräuschen.

Jürgen Gläßgen ist Leiter der Tinnitus-Selbsthilfegruppe Landau.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Jürgen Gläßgen
	Gebühr:	5,00 €
<b>I300232S01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 17.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

## ● Wirbelsäulenerkrankungen - Ursachen und Behandlungsmethoden

Professor Dr. med. Johannes Stöve, Chefarzt der Orthopädischen und Unfallchirurgischen Klinik im St. Marienkrankenhaus Ludwigshafen, beleuchtet in diesem Vortrag die verschiedensten Wirbelsäulenerkrankungen. Die Symptome der Erkrankungen von Knochen, Bandscheiben und Weichteilen sind ebenso Thema wie die verschiedenen konservativen und operativen Therapiemöglichkeiten. Es geht insbesondere um die Frage, bis wann konservativ behandelt werden kann und wann eine Operation notwendig ist.

	Ort:	Böhl-Iggelh., Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in:	Prof. Dr. Johannes Stöve
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I304221C03</b>	Termin(e):	1 x am Di. 10.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr



Foto Depositphotos\_282017338\_XL

## ● Arthrose Hüfte-Knie-Schulter

Professor Dr. med. Johannes Stöve, Chefarzt der Orthopädischen und Unfallchirurgischen Klinik im St. Marienkrankenhaus Ludwigshafen, beleuchtet in diesem Vortrag die Arthrose in Hüfte, Knie und Schulter und ihre Behandlungsmöglichkeiten.

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Prof. Dr. Johannes Stöve
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich!)
<b>I304221M02</b>	Termin(e):	1 x am Di. 05.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>I304221S02</b>	Termin(e):	1 x am Di. 24.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

Bitte melden Sie sich auch zu den kostenlosen Vorträgen an. Liegen nicht genügend Anmeldungen vor, wird die Veranstaltung abgesagt.

Werbeanzeige

[www.vincentius-speyer.de](http://www.vincentius-speyer.de)

# Arthrosesprechstunde bei Schmerzen im Knie oder in der Hüfte

## Sie haben Fragen zu Behandlungsmöglichkeiten Ihrer Knie- oder Hüftgelenksarthrose?

In unserer Arthrosesprechstunde steht Ihnen Dr. Martin Sturm für Ihre persönlichen Fragen gerne zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie einen Termin in unserem Elektiven Behandlungszentrum.

**Terminvereinbarung: Mo – Fr von 9 bis 15 Uhr, Tel. 06232 133-366.**



### Dr. med. Martin Sturm

Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie



**Sankt Vincentius  
Krankenhaus  
Speyer**

Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung  
der Niederbronner Schwestern

# Entspannung

## Yoga

Yoga ist ursprünglich eine philosophische Lehre, die aus Indien stammt und auf der auch geistige und körperliche Übungen oder Praktiken basieren.

Es gibt eine ganze Reihe unterschiedlicher Formen. In der westlichen Welt steht eher die physische Anwendung im Vordergrund. Meditative Formen stoßen ebenfalls auf Interesse. Bei uns finden Sie eine große Auswahl an Angeboten.

### ● Yoga Start in die Woche/Aktivierung und Meditation



Wir üben verschiedene Atem- und Meditationstechniken. Der Kurs bietet vom klassischen Pranayama bis hin zur Gehmeditation verschiedenste Arten der Fokussierung, um Energie zu tanken, Achtsamkeit zu entwickeln und Entspannung zu finden.

Keinerlei Vorkenntnisse nötig. Keine Altersbeschränkung. Keine Sonnengruße.

Bitte mitbringen: Matte, Kissen, bequeme Kleidung; nichts Schweres essen!

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I301101S04</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 02.09.24, 16.30 - 17.30 Uhr
	Gebühr:	34,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 74,00 € (4-5 TN)
<b>I301101S05</b>	Termin(e):	8 x ab Mo. 28.10.24, 16.30 - 17.30 Uhr

### ● Yoga - Hatha-Yoga

Das Erlernen der Hatha-Yoga-Grundstellungen und des Sonnengrußes, Atemübungen und Tiefenentspannung sind Inhalte dieser Kurse. Sie sind für alle geeignet, welche die wohltuende Wirkung des Yoga, dem Wechsel zwischen aktiven und entspannenden Sequenzen erfahren möchten.

Die Kurse sind so aufgebaut, dass die Teilnehmenden über die Folgesemester immer wieder neue Anleitungen erhalten, um ihre Kenntnisse und ihr Wissen kontinuierlich zu erweitern.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, OG
	Referent/in:	Dagmar Kopf
	Gebühr:	74,00 / 108,00 € (6-7 TN)
<b>I301103D07</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 02.09.24, 18.15 - 19.45 Uhr
<b>I301103D08</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 02.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr
	Ort:	Heßheim, Schulturnhalle
	Referent/in:	Manuela Herbel
	Gebühr:	79,00 / 116,00 € (6-7 TN)
<b>I301103H05</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 02.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr
<b>I301103H06</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 02.09.24, 18.45 - 20.15 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Ursula Mayer-Rentschler
	Gebühr:	20,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 44,00 € (4-5 TN)
<b>I301103S04</b>	Termin(e):	4 x ab Do. 05.09.24, 09.30 - 11.00 Uhr
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 88,00 € (4-5 TN)
<b>I301103S05</b>	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 09.30 - 11.00 Uhr
	Ort:	Waldsee, KiTa „Im Pavillon“ (Zugang über hinteres Schulhaus)
	Referent/in:	Ursula Mayer-Rentschler
	Gebühr:	25,00 / 36,00 € (6-7 TN)
<b>I301103W04</b>	Termin(e):	5 x ab Mo. 02.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I301103W05</b>	Termin(e):	8 x ab Mo. 28.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr

**Wichtiger Hinweis:**  
Wer an chronischen oder akuten physischen oder psychischen Krankheiten leidet sollte vor der Kursteilnahme unbedingt ärztlichen Rat einholen

### ● Yoga für Alle

Yoga bringt auf einfachste Weise Körper, Atem und Geist in Einklang.

Die Übungen, die Sie erlernen, werden in dynamischen Bewegungsfolgen ausgeführt. Dabei liegt ein besonderer Schwerpunkt auf der Verbindung zwischen Atem und Bewegung. Die traditionellen Körperübungen werden schrittweise aufgebaut. Spannungen lösen sich und der Körper findet sein natürliches Gleichgewicht. Die verbesserte Atmung wirkt beruhigend und stabilisierend. Kleine Meditationseinheiten laden ein, zur Ruhe zu kommen. Theoretische und philosophische Grundlagen der Yoga-Lehre unterstützen die Praxis.

Yoga kann grundsätzlich von allen Menschen praktiziert werden.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke und Kissen

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kath. Kindertagesstätte „Edith Stein“
	Referent/in:	Christine Reisinger
	Gebühr:	37,00 / 54,00 € (6-7 TN)
<b>I301104B05</b>	Termin(e):	8 x ab Do. 26.09.24, 17.30 - 18.45 Uhr
	Referent/in:	Susanne Chemnitz
	Gebühr:	33,00 / 49,00 € (6-7 TN)
<b>I301104B06</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 02.10.24, 16.30 - 18.00 Uhr

### ● Hatha-Yoga für jedes Alter

Erleben und erfahren Sie die Grundprinzipien des Yoga, nehmen Sie bisher kaum spürbare Körperregionen wahr, stärken Sie Ihren Gleichgewichtssinn und entdecken Sie den Atem als Pforte zu tieferem geistigen Erleben. Die Übungen können von jedem Menschen bis ins hohe Alter ausgeführt werden, da es nicht auf Leistung ankommt.

Bitte mitbringen: eigene Liegematte

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Ingrid Dietrich
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
<b>I301105S02</b>	Termin(e):	10 x ab Di. 24.09.24, 09.30 - 11.00 Uhr

### ● Hatha-Yoga - in allen Ebenen des Seins

Yoga ist keine Gymnastik und hat auch im Entferntesten nichts mit Sport zu tun. Hatha-Yoga ist ein sehr alter, traditionsreicher, auch sehr schöner und freudiger Lebensweg, der hilft, zum Innersten des eigenen Wesens zu gelangen. Mit Hilfe bestimmter Körperpositionen (Asanas), welche in Freude und Gelassenheit zu praktizieren sind, wird der sanfte Atem achtsam (Meditation) nach innen geführt (Pranayama), um die geistigen, wie auch die körperlichen Prozesse bewusst wahrzunehmen.

Diese drei Säulen des Hatha-Yoga bilden den Weg, um nach innen zu spüren, sich zu erleben, zu entdecken, das Vertrauen auf die eigenen Empfindungen zu gewinnen, umso mehr und mehr in diesem Vertrauen die Intuition des Herzens zu leben, Bewusstheit für die den Krankheiten zu Grunde liegenden Traumata zu erlangen, eigene Wahrheiten zu erkennen, die Wünsche und Bedürfnisse mit dem eigenen Leben in Einklang zu bringen, Antworten auf die wichtigen Lebensfragen zu erhalten und eigene Kraft zu generieren, diese Erkenntnisse im Leben umzusetzen.

Dieser vollkommen individuelle Erfahrungsweg bildet den Lebensweg Hatha-Yoga und ist frei von Vorschriften und Reglementierungen. Da die positiven Auswirkungen der Asanas auf die körperliche wie auch geistige Gesundheit bekannt sind, werden diese auch sehr wirksam zur Linderung bestimmter Schmerzen wie auch bei Krankheiten eingesetzt.

Bitte mitbringen: Übungsunterlage wie z.B. Yoga- oder Campingmatte und Decke; die zu tragende helle Kleidung soll bequem sein.

	Ort:	Altrip, Sporthalle am Rheindamm, Tanzraum
	Referent/in:	Ernst Frattini
	Gebühr:	48,00 / 60,00 € (8-9 TN) / 88,00 € (6-7 TN)
<b>I301106A11</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 20.08.24, 16.00 - 17.30 Uhr
<b>I301106A12</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 20.08.24, 17.45 - 19.15 Uhr
<b>I301106A13</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 20.08.24, 19.30 - 21.00 Uhr
<b>I301106A14</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 21.08.24, 17.45 - 19.15 Uhr
<b>I301106A15</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 21.08.24, 19.30 - 21.00 Uhr
<b>I301106A16</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 29.10.24, 16.00 - 17.30 Uhr
<b>I301106A17</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 29.10.24, 17.45 - 19.15 Uhr
<b>I301106A18</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 29.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr
<b>I301106A19</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 17.45 - 19.15 Uhr
<b>I301106A20</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 19.30 - 21.00 Uhr



## ● Hatha-Yoga für Seniorinnen und Senioren

Das Schöne am Yoga ist, dass es sich für wirklich jeden Menschen eignet. Selbst ein später Einstieg stellt kein Problem dar, sondern bereichert das Leben und kann zu besserer Gesundheit sowie zu einer positiven Lebenseinstellung führen.

Senioren-Yoga ist sanft. Flexibilität, Muskelkraft und Konzentrationsvermögen werden schrittweise gefördert, ebenso wie eine verfeinerte Körperwahrnehmung und -koordination. Sie erlernen in diesem Kurs verschiedene Körper- und Atemübungen sowie Entspannungstechniken, die keinerlei Vorkenntnisse erfordern.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

	Ort:	Altrip, Sporthalle am Rheindamm
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN)
I301108A04	Termin(e):	6 x ab Di. 03.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 97,00 € (4-5 TN)
I301108A05	Termin(e):	7 x ab Di. 29.10.24, 10.00 - 11.30 Uhr

## ● Hatha-Yoga für Geübte

Ein Ausbau Ihrer Kenntnisse und Fähigkeiten im Bereich der Hatha-Yoga-Grundstellungen und des Sonnengrußes sowie der Atemübungen und der Tiefenentspannung sind Inhalte dieser Kurse. Sie sind für alle geeignet, welche die wohltuende Wirkung des Yoga, dem Wechsel zwischen aktiven und entspannenden Sequenzen erfahren möchten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

	Ort:	Waldsee, KiTa „Im Pavillon“ (Zugang über hinteres Schulhaus)
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN)
I301110W04	Termin(e):	6 x ab Di. 03.09.24, 18.45 - 20.15 Uhr
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 97,00 € (4-5 TN)
I301110W05	Termin(e):	7 x ab Di. 29.10.24, 18.45 - 20.15 Uhr

## ● Hatha-Yoga - Einstieg bis leichte Mittelstufe

Das Erlernen der Hatha-Yoga-Grundstellungen, des Sonnengrußes, Atemübungen und Tiefenentspannung sind Inhalte dieser Kurse. Sie sind für alle geeignet, welche die wohltuende Wirkung des Yoga, dem Wechsel zwischen aktiven und entspannenden Sequenzen erfahren möchten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

	Ort:	Waldsee, KiTa „Im Pavillon“ (Zugang über hinteres Schulhaus)
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN)
I301113W04	Termin(e):	6 x ab Di. 03.09.24, 20.15 - 21.45 Uhr
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 97,00 € (4-5 TN)
I301113W05	Termin(e):	7 x ab Di. 29.10.24, 20.15 - 21.45 Uhr

## ● Hatha-Yoga (Anfänger\*innen und Fortgeschrittene)

Hatha-Yoga hat einen ganzheitlichen Ansatz. Durch vielfältige Übungen und Atemtechniken wird der Körper gekräftigt und Verspannungen werden gelöst. Durch Tiefenentspannung wird Stress abgebaut, was wiederum das körperliche Wohlbefinden fördert.

Bitte mitbringen: Matte und Kissen

	Ort:	Lamsheim, Karl-Wendel-Schule (Turnhalle)
	Referent/in:	Rudolf Lehner
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
I301114H04	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 18.45 - 20.15 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, Seniorentreff
	Gebühr:	55,00 / 81,00 € (6-7 TN)
I301114M04	Termin(e):	11 x ab Mo. 02.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Innere Balance, Kraft und Beweglichkeit

Angelehnt an Hatha-Yoga üben wir in einer Wohlfühl-Runde Atemtechniken, Kräftigungs- und Dehnhaltungen, sowie entspannende Rituale. So kommen wir nicht nur zu mehr Energie und Beweglichkeit im Alltag, sondern auch zu mehr Ruhe im Geist und innerer Balance.

Erforderlich sind Grundfertigkeiten im Hatha-Yoga. Wer akute körperliche Beschwerden hat, bitte vorab ärztlichen Rat einholen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und rutschfeste Matte, Decke, Sitzkissen/Yoga-Blöcke wenn vorhanden

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Seniorenstift Zur Dannstadter Höh'
	Referent/in:	Jutta Böse
	Gebühr:	74,00 / 108,00 € (6-7 TN)
I301115D07	Termin(e):	14 x ab Do. 29.08.24, 18.15 - 19.45 Uhr
I301115D08	Termin(e):	14 x ab Do. 29.08.24, 20.00 - 21.30 Uhr

## ● Yoga (Mittelstufe)

Dieser Kurs bietet Gelegenheit, vorhandene Yoga-Kenntnisse zu vertiefen und zu erweitern. Ziel ist es, den Körper zu entspannen, sanft zu kräftigen und Stress abzubauen. Die innere Ruhe soll kultiviert werden, Geist und Gedanken zur Ruhe kommen.

Erforderlich sind einfache Grundkenntnisse im Yoga. Wer akute körperliche Beschwerden hat, sollte vorher ärztlichen Rat einholen. Eine Teilnahme während der Schwangerschaft ist leider nicht möglich.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Sitzkissen, bequeme Kleidung.

Bitte beachten: 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres mehr essen!

	Ort:	Dudenhofen, Bürgerhaus
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	88,00 / 129,00 € (6-7 TN)
I301116E03	Termin(e):	14 x ab Di. 27.08.24, 17.30 - 19.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	88,00 / 129,00 € (6-7 TN) / 193,00 € (4-5 TN)
I301116S03	Termin(e):	14 x ab Do. 29.08.24, 17.30 - 19.00 Uhr

## ● Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

	Ort:	Fußgönheim, Schillerschule, Turnhalle
	Referent/in:	Renate Weißmann-Irmer
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
I301117L03	Termin(e):	10 x ab Mi. 04.09.24, 19.15 - 20.45 Uhr

## ● Yogastunde - Special Krieger



Einführung in die Yoga-Krieger-Asanas

Lerne und praktiziere in dieser Yogastunde die kraftvollen Standhaltungen der Krieger Asanas – Virabradhasana I und II sowie einige andere Übungen, um die Stunde abzurunden. Eine Entspannung am Ende darf nicht fehlen, um danach gut ins Wochenende zu starten.

Erforderlich sind einfache Grundkenntnisse im Yoga.

Wer akute körperliche Beschwerden hat, sollte vorher ärztlichen Rat einholen. Eine Teilnahme während der Schwangerschaft ist leider nicht möglich.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Sitz-Kissen, bequeme Kleidung

Bitte beachten: In den 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres essen!

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	7,00 / 10,00 € (6-7 TN) / 14,00 € (4-5 TN)
I301117S01	Termin(e):	1 x am Fr. 13.09.24, 15.30 - 17.00 Uhr
I301117S02	Termin(e):	1 x am Fr. 11.10.24, 15.30 - 17.00 Uhr
I301117S03	Termin(e):	1 x am Fr. 08.11.24, 15.30 - 17.00 Uhr
I301117S04	Termin(e):	1 x am Fr. 13.12.24, 15.30 - 17.00 Uhr



Bitte melden Sie sich möglichst frühzeitig an!



## ● Yoga Krieger-Workshop

In diesem Workshop vertiefen wir die Kenntnisse um die kraftvollen Standhaltungen der Krieger Asanas-Virabhadrasana I, II und III. Der ganze Körper wird aktiviert, insbesondere die Muskulatur der Füße und Beine wird gekräftigt und die Hüften werden gedehnt. Neben den Übungen schauen wir uns die geistigen, energetischen und gesundheitlichen Aspekte der Asana an.

Erforderlich sind Grundkenntnisse im Yoga.

Wer akute körperliche Beschwerden hat, sollte vorher ärztlichen Rat einholen. Eine Teilnahme während der Schwangerschaft ist leider nicht möglich.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Sitz-Kissen, bequeme Kleidung

Bitte beachten: In den 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres essen!

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	13,00 / 19,00 € (6-7 TN) / 22,00 € (4-5 TN)
I301117S06	Termin(e):	1 x am Sa. 28.09.24, 09.30 - 12.30 Uhr
I301117S07	Termin(e):	1 x am Sa. 16.11.24, 09.30 - 12.30 Uhr

## ● Klassisches Hatha - für einen beweglichen Körper und einen friedvollen Geist

Klassische Yogahaltungen (asana) und fließende Bewegungsabläufe (karana) fördern die körperliche Beweglichkeit und bringen unsere Energie ins Fließen. Mittels Atemübungen (pranayama) und Kurzmeditationen lernen Sie, sich selbst achtsamer wahrzunehmen und stärken somit Ihr inneres Gleichgewicht. Ergänzend dazu öffnen Impulse aus der Yogaphilosophie den Blick für die tiefere Bedeutung des Yogaweges und laden ein zu persönlichem Wachstum und innerem Frieden.

Der Kurs eignet sich für Anfänger(innen) mit Vorkenntnissen sowie für Geübte. Ein Interesse für die Hintergründe des Yoga, die zu den Lerninhalten zählen, ist erwünscht.

Eine Teilnahme während der Schwangerschaft und bei akuten körperlichen Erkrankungen ist ausgeschlossen!

Bitte mitbringen: Decke, Yogamatte, Kissen und/oder Yogablock (sofern vorhanden)

	Ort:	Maxdorf, G8-Gymnasium
	Referent/in:	Barbara Priewe Hofmann
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
I301123L04	Termin(e):	10 x ab Mo. 09.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr
	Ort:	Fußgönheim, Bürgerhaus
	Referent/in:	Barbara Priewe Hofmann
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
I301123L05	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 09.30 - 11.00 Uhr

## ● Yoga und Meditation mit inneren Bildern

Ergänzend zu den Übungen des Hatha-Yoga vermittelt Ihnen dieser Kurs, wie Meditation gezielt eingesetzt werden kann, um mittels Visualisation (Übung, in der bestimmte Vorstellungsbilder konzentrativ und imaginativ hervorgerufen werden) die Selbstheilungskräfte des Menschen zu stärken.

	Ort:	Fußgönheim, Schillerschule, Turnhalle
	Referent/in:	Renate Weißmann-Irmer
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
I301126L03	Termin(e):	10 x ab Mi. 04.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

## ● Ayurveda-Yoga - Balance für Körper und Seele

Yoga und Ayurveda hängen eng zusammen. Beide haben die gleichen Wurzeln und ergänzen sich in idealer Weise. Ayurveda, das Wissen vom gesunden Leben, kennt Energiebereiche im Körper. Diese sog. „Marmastellen“ sind im Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele von zentraler Bedeutung. Mit dem Yoga-Üben werden naturgemäß diese besonderen Stellen aktiviert, damit die Lebensenergie fließen kann. Ayurveda-Yoga ist ein Sensibilitätstraining.

Vorraussetzung für die Teilnahme ist der vorherige Besuch des Kurses im vergangenen Semester.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Übungskleidung, Socken und eine Decke.

	Ort:	Limburgerhof, Praxis für Physiotherapie, Mühlweg 45
	Referent/in:	Judith Naumann
	Gebühr:	63,00 / 92,00 € (6-7 TN)
I301127K07	Termin(e):	10 x ab Mo. 02.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr
I301127K08	Termin(e):	10 x ab Fr. 06.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr

## ● Kundalini-Yoga

Kundalini Yoga ist verwandt mit anderen Yogaformen wie z.B. Hatha Yoga. Es ist aber in vielen Übungen dynamischer, gerade weil es sich stark auf das Spüren der eigenen Lebensenergie richtet. Der Atem hat einen zentralen Stellenwert und wird praktisch während aller Übungen bewusst geführt.

Auch Meditation, in sehr vielen Variationen, wird bei jeder Übungsreihe als energetisch notwendiger Ausgleich zu den Übungen und als Fortsetzung auf eine andere Ebene benutzt.

Jede Kundalini Yoga-Übung hat drei Ebenen:

1. Asana, die Körperhaltung
2. Pranayama, die Atemführung
3. Dhyana, die Meditation

Bitte mitbringen: bequeme Yogakleidung, warme Wolldecke, Getränk, Yogamatte

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Heike Münch
	Gebühr:	71,00 / 104,00 € (6-7 TN)
I301128M04	Termin(e):	15 x ab Mi. 28.08.24, 19.00 - 20.15 Uhr

## ● Rückenyooga

Yogaübungen aus dem Kundalini Yoga speziell für den Rücken- bei Verspannungen und Blockaden

Bitte mitbringen: bequeme Yogakleidung, warme Wolldecke, Getränk, Yogamatte

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Heike Münch
	Gebühr:	57,00 / 83,00 € (6-7 TN)
I301128S03	Termin(e):	15 x ab Di. 27.08.24, 18.00 - 19.00 Uhr

## ● Yoga für den Rücken

In diesem Kurs lernen Sie Wege kennen, auf denen Sie zu einem entspannten und starken Rückgrat gelangen können. Gegenstand des Unterrichts sind nicht nur Übungen für eine gute Körperhaltung, sondern auch die Atemführung und geeignete Meditation.

Bitte mitbringen: bequeme Yogakleidung, warme Wolldecke, Getränk, Yogamatte

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Heike Münch
	Gebühr:	57,00 / 83,00 € (6-7 TN)
I301131M04	Termin(e):	15 x ab Mi. 28.08.24, 17.45 - 18.45 Uhr

## ● Yoga für den Rücken (auch Anfänger\*innen)

Sie lernen in diesem Kurs achtsame Körper-, Atem- und Meditationsübungen, die dazu beitragen, den Rücken zu stärken, Stress abzubauen und den Körper zu entspannen.

Wer akute körperliche Beschwerden hat, sollte vorher ärztlichen Rat einholen. Keine Vorkenntnisse nötig. Keine Altersbeschränkung. Eine Teilnahme während der Schwangerschaft ist leider nicht möglich.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Sitzkissen, bequeme Kleidung.

Bitte beachten: 2 Stunden vor Kursbeginn nichts Schweres mehr essen!

	Ort:	Dudenhofen, Bürgerhaus
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	88,00 / 129,00 € (6-7 TN)
I301134E03	Termin(e):	14 x ab Di. 27.08.24, 19.15 - 20.45 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	88,00 / 129,00 € (6-7 TN) (nicht ermäßigbar)
I301101S03	Termin(e):	14 x ab Do. 29.08.24, 15.45 - 17.15 Uhr

## ● Yoga für den Rücken (Anfänger\*innen und Fortgeschrittene)

Mit Entspannungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen sowie Atemtechniken, Körper und Geist etwas Gutes tun: Der sanfte Yoga-Kurs für Menschen mit und ohne Rückenbeschwerden, Bandscheiben- oder Nackenproblemen.

Bitte mitbringen: Matte und Kissen

	Ort:	Mutterstadt, Seniorentreff
	Referent/in:	Rudolf Lehner
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
I301134M04	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 10.30 - 12.00 Uhr





## Qi Gong

In China ist es seit Jahrhunderten üblich, die eigene Lebensenergie mit bestimmten Übungen zu pflegen. Das wird mit dem Begriff „Qi Gong“ bezeichnet und gehört zu den fünf Grundsäulen, auf denen die Traditionelle Chinesische Medizin aufbaut (neben Arzneitherapie, Akupunktur, Massagetechniken und individuellen Diätetikprogrammen). Zu den Zielen gehören geistige und körperliche Entspannung sowie eine Verbesserung von Achtsamkeit und Konzentration, aber auch Krankheitsprävention und die Aktivierung von Selbstheilungskräften. Das Alter spielt dabei keine Rolle.

### ● Yoga für den Rücken (ohne Vorkenntnisse)

Mit Yoga-Übungen speziell für den Rücken werden Verspannungen gelöst und die betroffene Muskulatur gekräftigt. Ihre individuellen „Problemstellen“ werden dabei gerne berücksichtigt. Durch den Fokus auf Achtsamkeit, Bewegung und Atmung kann sich der Körper langfristig besser entspannen und zur Ruhe kommen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, bequeme Kleidung

	Ort:	Neuhofen, Sporthalle Jahnstraße
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (5 TN)
<b>I301134N04</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 97,00 € (5 TN)
<b>I301134N05</b>	Termin(e):	7 x ab Mi. 30.10.24, 09.00 - 10.30 Uhr

### ● Yoga für Senior\*innen (ohne Vorkenntnisse)



Yoga für Senioren und Seniorennen sowie für Menschen mit körperlichen Einschränkungen

Sie lernen in diesem Kurs sanfte Körperübungen, die dazu beitragen, den Rücken zu stärken und die Gelenke mobil zu halten, sowie einfache Gleichgewichts- und Konzentrationsübungen, um den Geist zu fördern.

Keinerlei Vorkenntnisse nötig. Keine Altersbeschränkung. Keine Sonnengröße.

Wer akute körperliche Beschwerden hat, sollte vorher ärztlichen Rat einholen.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, bequeme Kleidung

	Ort:	Dudenhofen, Bürgerhaus
	Referent/in:	Memnune Kocher
	Gebühr:	55,00 / 80,00 € (6-7 TN)
<b>I301135E01</b>	Termin(e):	13 x ab Mo. 02.09.24, 09.00 - 10.00 Uhr
<b>I301135E02</b>	Termin(e):	13 x ab Mo. 02.09.24, 10.15 - 11.15 Uhr

### ● Faszientraining mit Yoga

Faszien, unser Bindegewebe - ein äußerst wichtiges System in unserem Körper und gleichzeitig unser größtes Sinnesorgan! Viel zu lange wurde es vernachlässigt. Faszientraining ist eine sehr sinnvolle Ergänzung zur Yogapraxis, da die Asanas aus dem Hatha-Yoga die Muskulatur in erster Linie dehnen und kräftigen, die Faszien jedoch weitgehend außer Acht lassen. Dieser Kurs beinhaltet Übungen, die gezielt auf die Faszien wirken, sie beleben und aktivieren - in Verbindung mit Yoga eine Bereicherung sowie ein wertvolles Instrument, um den Körper wieder leistungsfähiger und belastbarer zu machen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Kita „Römerstraße“ (Turnraum)
	Referent/in:	Kerstin Szimnau
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN)
<b>I301136C07</b>	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN)
<b>I301136C08</b>	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 19.45 - 21.15 Uhr
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
<b>I301136C09</b>	Termin(e):	7 x ab Do. 31.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr
	Gebühr:	53,00 / 77,00 € (6-7 TN)
<b>I301136C10</b>	Termin(e):	7 x ab Do. 31.10.24, 19.45 - 21.15 Uhr

### ● Qi Gong der Vier Jahreszeiten: Herbst

Qigong ist eine Entspannungsmethode bei der Körper, Geist und Seele durch Bewegung, Atmung und Meditation harmonisiert werden.

Qigong ist eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Die Übungen bestehen aus sanft fließenden Bewegungen im Stehen. Kombiniert werden sie mit Übungen aus der Rehabilitation und Atemübungen. Qigong ist für jedes Alter und auch für Ungeübte gut geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme und dem Wetter angemessene Kleidung und Schuhe.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Rheinschule Turnhalle
	Referent/in:	Stefanie Besand-Landin
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I301150B06</b>	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 18.00 - 19.00 Uhr

### ● Qi Gong für die Lunge



Qi Gong für die Lunge ist eine Form des medizinischen Qigong zur Pflege der Atemwege und zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte.

Die Übungen regulieren die Widerstandsfähigkeit des Organismus.

Bezieht man sich auf die Jahreszeiten, entspricht die Lunge dem Herbst, da sie in dieser Zeit funktionell und energetisch besonders aktiv ist. Hier bewirken Belastungen häufig Erkrankungen; Behandlungen hingegen auch schnelle Genesung.

Mit Lungen-Qigong kann man den so typischen Erkrankungen wie Schnupfen, Husten, Erkältung, akute und chronische Bronchitis sowie Lungenblähung vorbeugen und sie lindern.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe, Getränk

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Kita „Römerstraße“ (Turnraum)
	Referent/in:	Regina Brass
	Gebühr:	60,00 / 88,00 € (6-7 TN)
<b>I301155C03</b>	Termin(e):	8 x ab Di. 03.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

### ● Qigong

Dieses Qigong zeichnet sich durch gesundheitsfördernde Körperhaltungen und Bewegungen aus. Daraus entstehen Übungen, die das Dehnen und Kräftigen genauso unterstützen wie die Entspannung. Davon profitieren die Wirbelsäule, die Gelenke, die gesamte Muskulatur und ganz nebenbei werden die Faszien in Anspruch genommen. Die Atmung erfolgt ohne zusätzliche Anstrengungen im Zusammenspiel mit den Übungen.

Dazu kommen Organ stärkende und regulierende Übungen, Qi-Akupressur und Selbstmassage als Elemente aus der ganzheitlichen Gesundheitsvorsorge auf der Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Bitte beachten: Ein Einstieg nach dem ersten Kurstermin ist nicht mehr möglich.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, evtl. dicke Socken, Trinken.

	Ort:	Dudenhofen, Bürgerhaus
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	91,00 / 134,00 € (6-7 TN)
<b>I301159E03</b>	Termin(e):	13 x ab Mo. 02.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

**Wichtiger Hinweis:**  
Wer an chronischen oder akuten physischen oder psychischen Krankheiten leidet sollte vor der Kursteilnahme unbedingt ärztlichen Rat einholen!

## ● Qi Gong GFG - Ganzkörper-Funktions-Gymnastik der sanften Art

Wir brauchen Bewegung. Bewegung, die den ganzen Körper einbezieht, die ihn in der Weise fordert, wofür er konzipiert wurde. Alles, was wir als ursprüngliches Bewegungspotential einmal erlernt und über die Jahre verloren haben, können wir wieder erlernen. Mit den Bewegungen sowie der Atemtechnik des Qi Gong und des Taiji ist GFG ein Zusammenwirken von chinesischem Gesundheits-Qi-Gong, Taiji sowie der uns bekannten Funktionsgymnastik.

Das funktionelle Training, das Sie in diesem Kurs einüben, umfasst komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Richtig angewandt, können Personen aller Altersklassen und Leistungsniveaus davon profitieren. Ziele sind vor allem die Leistungssteigerung, -erhaltung und -Wiedererlangung, eine Steigerung der Rumpfstabilität, die Verbesserung von Balance, Flexibilität, Stabilisation und Koordination sowie die Ökonomisierung von Bewegungen. Weitere positive Effekte des GFG: Vorbeugung von Krankheiten, Lösen von Verspannungen und Blockaden, Korrektur der Körperhaltung, geistiges Sammeln, Erhöhung der Konzentration, ausgeglichene Work-Life-Balance.

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Ingo J. Ellerhold
	Gebühr:	67,00 €
<b>I301159M03</b>	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Qigong zum Kennenlernen - Reise durch das Qigong

Wenn Sie Qigong in seinen vielen Stilrichtungen und Denkansätzen in Kürze kennenlernen möchten, sind Sie hier richtig. Wie bei einer Reise, gibt es viele Gelegenheiten sich umzusehen, zu erfahren, was Qigong ist. Die Referentin ist seit mehr als zwanzig Jahren selbst Qigong-Praktizierende. Ausbildungen und Erfahrungen: Stilles Qigong, Bewegtes Qigong, Qi-Akupressur, Übungen nach den Jahreszeiten, Einzelübungen, Übungsfolgen, Qigong und die Atmung, Dehnen und Kräftigen im Qigong, Faszientraining im Qigong, Authentisches Medizinisches Qigong, u.v.m.

Bei körperlichen Einschränkungen ist es möglich, die Übungen entsprechend zu verändern. Denkmodelle wie z.B. Yin und Yang, Himmel-Erde-Mensch, die Organuhr, Fünf Elemente werden im Theorieteil thematisiert. Praktische Qigong-Übungen dazu vervollständigen das Reiseerlebnis.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Matten und ggf. Nackenkissen oder Handtuch für den Nacken und Getränk mitbringen.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	33,00 / 48,00 € (6-7 TN)
<b>I301159S02</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 31.08.24, 10.00 - 17.00 Uhr

## Franklin-Methode®

### ● Fitte Füße - Franklin-Methode® - elastisch, glücklich, federleicht -



Unsere Füße tragen uns durchs Leben und trotzdem ist den meisten Menschen deren geniale Bauweise unbekannt. Eine Vielzahl von Knochen, Gelenken, Bändern und Muskeln arbeiten auf koordinierte Weise zusammen, um uns vorwärts zu bewegen, ans Gelände anzupassen, zu tanzen und zu springen. Die Füße dienen sogar als Sinnesorgan und sind für unser Gleichgewicht von großer Bedeutung.

Wir machen im Seminar die Funktion des Fußes erfahrbar und spürbar. Dies führt zu einer neuen Freundschaft mit unseren Füßen. Wohlbefinden, Antriebskraft, Stabilität, Kraft und Koordination wird unsere neue Beziehung zu unseren Füßen prägen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, um ohne Schuhe arbeiten zu können, Schreibsachen, Trinken.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	33,00 / 48,00 € (6-7 TN)
<b>I301160S03</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 23.11.24, 10.00 - 17.00 Uhr

Bitte melden Sie sich  
möglichst frühzeitig an!

## ● Zentrale Achse und Bewegungslinien mit der Franklin-Methode®



Bewegungslinien (Aktionenlinien) helfen unserem Körperbewusstsein bei der Bewegung. Mit Hilfe der Zentralen Achse werden Verspannungen von Kopf bis Fuß vermieden.

Lernen Sie ein ganzheitliches Bewegungskonzept und dessen Übungen kennen, das Ihnen hilft, schonender und unterstützender mit Ihrem Körper umzugehen. Die Übungen sind einfach umzusetzen und haben nachhaltige Wirkung. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibunterlagen und etwas zum Trinken.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	33,00 / 48,00 € (6-7 TN)
<b>I301160S04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 09.11.24, 10.00 - 17.00 Uhr

## ● Beweglicher Brustkorb, befreite Lunge - Franklin-Methode®



Gute Atmung stärkt das Immunsystem, hebt die Stimmung und bringt positive Gelassenheit. Voraussetzung für eine gute Atmung sind ein beweglicher Brustkorb und eine anpassungsfähige Lunge. Nutze diese Pluspunkte für deine Gesundheit:

Verbessert deine Ausdauer und bringt erholsamen Schlaf. Richtet dich auf und lockert Verspannungen. Übungen für Rippen, Brustkorb und Wirbelsäulengelecke. Erfahre etwas über Koordination von Atmung und Bauchmuskulatur. Schöpfe das Potential deiner Lunge aus.

Wir verwenden dabei: Bewegung, Eigenberührung und Vorstellungskraft (z.B. in Form von Metaphern oder erlebter Anatomie)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibsachen, Getränk.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	33,00 / 48,00 € (6-7 TN)
<b>I301161S01</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 21.09.24, 10.00 - 17.00 Uhr

## Entspannung

### ● Vagusnerv - die neue Art Stress zu begegnen

Die wenigsten Menschen sind sich der Bedeutung des Vagusnervs bewusst und wissen vielleicht auch nicht, dass er direkt für das körperliche und für das psychische Wohlbefinden mitverantwortlich und mit fast allen Organen verbunden ist. Er spielt eine unverzichtbare Rolle für die allgemeine Gesundheit sowie in der Stressbewältigung. Einfache Übungen ermöglichen es, den Vagusnerv zu aktivieren. Die Anspannungen können sich lösen und die Selbstheilungskräfte können ihre Wirkung entfalten.

Sofern Sie an einer Erkrankung mit Störung des autonomen Nervensystems leiden, sprechen Sie bitte mit dem behandelnden Arzt darüber, ob er die Teilnahme befürwortet.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibunterlagen und etwas zum Trinken mitbringen. Matten sind erforderlich.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Silvia Hipler
	Gebühr:	33,00 / 48,00 € (6-7 TN)
<b>I301160S05</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 07.12.24, 10.00 - 17.00 Uhr

### ● Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson ist eine beliebte Methode, um in belastenden Situationen, schnell und effektiv zu entspannen. Durch gezieltes Anspannen, die Spannung halten und wieder Loslassen einzelner Muskelgruppen wird ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht. Verspannungen, Verkrampfungen und Blockaden lösen sich auf, und das Gefühl von Leichtigkeit und Wohlfühlen stellt sich immer mehr ein. Die Übungen lassen sich auch gut im Alltag anwenden.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, evtl. Kissen, dicke Socken und ein Getränk.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, KiTa „Haus der kleinen Füße“
	Referent/in:	Sibylle Stocké
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I301221B02</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 11.11.24, 18.00 - 19.00 Uhr



## ● BreathWalk - Laufyoga

BreathWalk (engl. Breath: Atem; Walk: Lauf) oder YogaWalking ist ein sanftes Fitnessprogramm zur Gesundheitsförderung in der freien Natur. Wir gehen in der Natur (Wald) und verbinden dies mit Atemübungen, Fingerudras und Mantras sowie Yoga-Übungen im Stehen mit abschließender Entspannungseinheit.

BreathWalk hilft beim Abbau von Stress. Die positiven Resultate können sein: Steigerung der Vitalität, Verbesserung des mentalen Gleichgewichts (der Kopf wird frei) sowie die Erfahrung von mehr Wohlgefühl und Lebensfreude.

Bitte mitbringen: gute Laufschuhe, Getränk und wetterangepasste Kleidung, Stöcke werden nicht eingesetzt.

Ort:	Bobenheim-Roxheim, Treffpunkt: Festplatz am Altrhein
Referent/in:	Sibylle Stocké
Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I301225B02</b>	Termin(e): 4 x ab Sa. 14.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

## ● Slow down Yoga in Achtsamkeit

Innere Ruhe finden, Energie tanken und bei dir ankommen.

- Komme erst mal an mit einer Anfangsentspannung und lass den Alltag hinter dir.
- Dann genieße deinen Körper in sanften Yoga Stellungen (Asanas).
- Bewährte Atemübungen laden dich ein, deine Energiespeicher wieder aufzufüllen.
- Im Anschluss runden wir ab mit speziellen Tiefenentspannungs- und Meditationstechniken. So kannst du auf die Reise gehen, um am Ziel dieser Reise bei dir anzukommen.

Auch für Anfänger- und Wiedereinsteiger\*innen geeignet.

Ort:	Mutterstadt, IGS
Referent/in:	Karin Ziemlich, Kurt Ziemlich
Gebühr:	47,00 €
<b>I301400M03</b>	Termin(e): 9 x ab Di. 24.09.24, 18.00 - 19.15 Uhr

## ● Selbstfürsorge und Achtsamkeit mit Yin-und-Yang-Yoga

Innere Ruhe finden, Energie tanken, bei dir ankommen.

- Eine gute Selbstfürsorge führt dich in deine Mitte. Dafür braucht es beides, Yin & Yang.
- Komme erst mal an mit einer Anfangsentspannung und lass den Alltag hinter dir.
- Yang Yoga ist der dynamische und aktive Teil der Yoga Stellungen (Asanas), er fördert deine Kraft und Ausdauer.
- Yin Yoga besteht aus passiven Asanas, denen du dich länger hingibst.
- Yin Yoga spricht insbesondere Bindegewebe und Faszien an.
- Bewährte Atemübungen laden dich ein, deine Energiespeicher wieder aufzufüllen.
- Im Anschluss runden wir ab mit speziellen Tiefenentspannungs- und Meditationstechniken. So kannst du auf die Reise gehen, um am Ziel dieser Reise bei dir anzukommen.

Auch für Anfänger- und Wiedereinsteiger\*innen geeignet.

Ort:	Mutterstadt, IGS
Referent/in:	Karin Ziemlich, Kurt Ziemlich
Gebühr:	56,00 €
<b>I301401M03</b>	Termin(e): 9 x ab Di. 24.09.24, 19.20 - 20.50 Uhr

Bitte melden Sie sich  
möglichst frühzeitig an!

## ● „Herz-Takt“ - Meditation in Bewegung



Das Herz wird allgemein als Ort der Liebe verstanden. Es steht auch für Vertrauen und Hingabe. Diese auf das Herz fokussierte Meditation wirkt wie ein Herzöffner. Sie bringt im wahrsten Sinne des Wortes Bewegung in Herzensangelegenheiten. So wird sie zu einer Quelle des Glücks für uns und andere. Wir begegnen uns selbst und andere mit neuer Herzensenergie. Sie hilft uns, zur inneren Ruhe zu kommen und unterstützt unser Wohlbefinden. Wir befassen uns auch gedanklich und kreativ mit dem Thema. Eine schöne Einstimmung in die Weihnachtszeit.

Diese Meditation ist Bewegung und Ruhe, rhythmische Musik, eingängige Schritte, „Flow“.

Gut für Kreislauf, Gelenke und Muskulatur, Ausdauer, Konzentrationsfähigkeit, „Sich-los-lassen“.

Außerdem Warm-up, Atemübungen und das Proben der einfachen Schritte bereiten die Meditation vor.

Bitte mitbringen: leichte Schuhe, Söckchen oder barfuß, Matte, Decke, Kissen, Getränk, Snack

Ort:	vhs-Bildungszentrum, Schifferstadt, Gymnastikraum
Referent/in:	Dorothea Manusch
Gebühr:	23,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 40,00 € (5 TN)
<b>I301138S01</b>	Termin(e): 1 x am So. 24.11.24, 10.00 - 14.30 Uhr

**Finde deinen Kurs**  
volkshochschule.de

**Begib dich auf neues Terrain.**

Immer mal was Neues:  
Bei Redaktionsschluss dieses  
Heftes waren eventuell noch nicht  
alle Angebote erfasst. Bitte informieren  
Sie sich deshalb auch im Internet.



Nutzen Sie die Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](https://vhs-rpk.de)

## ● Pilates - build your foundation



Ganzkörpertraining

Lange, starke Muskulatur, Beweglichkeit, Koordination und Klarheit sind Ergebnisse von regelmäßigem Training.

Das Training von Joseph Pilates ist so wertvoll, um dich voll und ganz auf die Stärkung deiner Abdomen, deines Beckenbodens und alle andere Muskulatur zu konzentrieren. Ziel ist es, dich "nach Hause in deinen Körper" zu holen, du sollst wissen, was und warum du was machst, und merken, dass es mit der Zeit immer besser geht.

Erlerne korrekt und aktiv die effektive Nutzung und Stärkung deiner Tiefenmuskulatur. Erlerne die 10 Prinzipien des Pilates.

Nicht geeignet für akute Rücken- oder Knieproblematiken. Du solltest in einem guten Allgemeinzustand sein.

Bitte mitbringen: Sportsachen, rutschfeste Gymnastikmatte

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Nicole Rosemann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN)
<b>I302107S01</b>	Termin(e):	9 x ab Fr. 04.10.24, 11.15 - 12.15 Uhr

## ● Muskelschwung - Problemzonengymnastik

Sie haben sich vorgenommen, Ihre Konturen zu straffen und Ihre Kraft zu verbessern? Mehr Kraft bedeutet mehr Energie, mehr Wohlbefinden und oben-drein ein attraktives Äußeres! In diesem Kurs geht es aber nicht um „Bodybuilding“, sondern um die funktionale Kräftigung der Muskulatur. Damit verbessern Sie Ihre Leistungsfähigkeit, erhöhen die Belastbarkeit Ihres Bewegungssystems, formen Ihre Figur, bauen Körperteile ab und leisten einen wichtigen Beitrag für Ihre Gesundheit. Sie erlernen gezielte Übungen, um Ihre Muskulatur im Alltag vor allem im Bereich Bauch, Beine und Po zu straffen und damit Ihre Figur zu verbessern.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Handtuch

	Ort:	Böhl-Iggelheim, GS Iggelheim (Turnhalle)
	Referent/in:	Ute Fiederer
	Gebühr:	34,00 / 49,00 € (6-7 TN)
<b>I302110C05</b>	Termin(e):	10 x ab Di. 24.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Ort:	Böhl-Iggelheim, GS Böhl, Turnhalle
	Referent/in:	Susanne Hall
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I302110C06</b>	Termin(e):	12 x ab Mo. 02.09.24, 17.30 - 18.30 Uhr

## ● Mobil bleiben mit Bewegung und Faszien-/Stretching-Training



Lernen Sie Übungen um Ihre Ausdauer und Mobilität zu stärken. Der Kurs richtet sich an Personen im Alter von 40 bis 60 Jahren. Es wechseln sich Übungen im funktionalem Training und Intervalltraining ab. Bei schönem Wetter findet der Kurs im Freien statt.

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Anja Eßwein
	Gebühr:	47,00 / 69,00 € (6-7 TN)
<b>I302110R03</b>	Termin(e):	14 x ab Mi. 28.08.24, 17.00 - 18.00 Uhr

## ● Beckenbodenkräftigung

Der Beckenboden ist das Fundament des Körpers - für Männer wie für Frauen. Wahrgenommen wird er meist erst, wenn er nicht mehr gut funktioniert, z.B. mit Inkontinenz, Blasenentleerungsstörungen, Kreuzschmerzen, männlichen Potenzproblemen und anderen Schwierigkeiten, die auf eine Schwäche oder Funktionsstörungen des Beckenbodens zurückzuführen sind.

Die Übungen zur Kräftigung des Beckenbodens, die Sie in diesem Kurs erlernen, werden eingebunden in eine ganzheitliche Körper- und Muskelstärkung. Zusätzlich helfen Ihnen praktische Tipps, Ihren Alltag besser zu gestalten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, großes Handtuch, Decke, kleines Kissen, Socken, etwas zum Trinken!

	Ort:	Römerberg, Haus am Lindenplatz Mechtersheim
	Referent/in:	Ursula Sifflet
	Gebühr:	24,00 / 35,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (4-5 TN)
<b>I302111R05</b>	Termin(e):	11 x ab Mo. 09.09.24, 18.30 - 19.30 Uhr

## ● Beckenbodenkräftigung mit Elementen aus Pilates und Wirbelsäulengymnast

Der Beckenboden ist das Fundament des Körpers - für Männer wie für Frauen. Wahrgenommen wird er meist erst, wenn er nicht mehr gut funktioniert, z.B. mit Inkontinenz, Blasenentleerungsstörungen, Kreuzschmerzen, männlichen Potenzproblemen und anderen Schwierigkeiten. Die Übungen, die Sie in diesem Kurs erlernen, beruhen zum Teil auf den Methoden von Joseph Pilates und wirken vorbeugend. Sie kräftigen damit nicht nur Ihren Beckenboden, sondern tun auch Ihrem Rücken etwas Gutes.

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

	Ort:	Waldsee, KiTa „Im Pavillon“ (Zugang über hinteres Schulhaus)
	Referent/in:	Katja Strunk
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I302115W03</b>	Termin(e):	12 x ab Do. 29.08.24, 18.30 - 19.30 Uhr

## ● Rücksicht auf den Rücken! Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie auf schonende Weise effizient Ihren Rücken stärken können. Sie lernen, mit gezielter Wirbelsäulengymnastik, Wahrnehmungsübungen und Anleitungen zur Entspannung den notwendigen Ausgleich für die Belastungen Ihres Rückens im Alltag zu schaffen. Praxisnahe Tipps werden durch Informationen über die Zusammenhänge ergänzt. Ziel ist die Förderung Ihrer Gesundheit und die Vermeidung von Rückenbeschwerden. Um eine Therapie handelt es sich nicht. Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, großes Handtuch, ggfls. Thera-Band, Socken, ggfls. Matte und etwas zum Trinken!

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kreissporthalle
	Referent/in:	Renate Müller
	Gebühr:	30,00 / 44,00 € (6-7 TN)
<b>I302120B03</b>	Termin(e):	12 x ab Do. 05.09.24, 09.45 - 10.30 Uhr
	Ort:	Böhl-Iggelheim, GS Böhl, Turnhalle
	Referent/in:	Susanne Hall
<b>I302120C03</b>	Termin(e):	12 x ab Mo. 02.09.24, 18.30 - 19.15 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Gisela Goos
	Gebühr:	20,00 / 30,00 € (6-7 TN)
<b>I302120M04</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Gebühr:	27,00 / 40,00 € (6-7 TN)
<b>I302120M05</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Marita Seemann
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN)
<b>I302120R05</b>	Termin(e):	10 x ab Mi. 21.08.24, 18.00 - 19.00 Uhr
	Ort:	Römerberg, Haus am Lindenplatz Mechtersheim
	Referent/in:	Ursula Sifflet
	Gebühr:	37,00 / 54,00 € (6-7 TN)
<b>I302120R06</b>	Termin(e):	11 x ab Di. 10.09.24, 09.00 - 10.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I302120S07</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 18.00 - 19.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I302120S08</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 30.10.24, 18.00 - 19.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I302120S09</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I302120S10</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 30.10.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Ort:	Waldsee, Rheinauenhalle
	Referent/in:	Katja Strunk
	Gebühr:	40,00 €
<b>I302120W05</b>	Termin(e):	12 x ab Do. 29.08.24, 09.00 - 10.00 Uhr
<b>I302120W06</b>	Termin(e):	12 x ab Do. 29.08.24, 10.15 - 11.15 Uhr
	Ort:	Waldsee, Rheinauenhalle
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 55,00 € (4-5 TN)
<b>I302122W05</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 11.00 - 12.00 Uhr
<b>I302122W06</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 30.10.24, 11.00 - 12.00 Uhr





### ● Rücksicht auf den Rücken (online)

Dieser Kurs ermöglicht Ihnen, Übungen fürs Gesundbleiben kennenzulernen, ohne Ihr Zuhause verlassen zu müssen. Er vermittelt Ihnen, wie Sie auf schonende Weise effizient ihren Rücken stärken können. Sie lernen, mit gezielter Wirbelsäulengymnastik, Wahrnehmungsübungen und Anleitungen zur Entspannung den notwendigen Ausgleich für die Belastungen Ihres Rückens im Alltag zu schaffen. Praxisnahe Tipps werden durch Informationen über die Zusammenhänge ergänzt.

Ziel ist die Förderung Ihrer Gesundheit und die Vermeidung von Rückenbeschwerden. Um eine Therapie handelt es sich nicht. Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Der Unterricht findet via Skype statt. Die Datenschutzregelungen von Skype stimmen nicht mit der Datenschutzerklärung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis überein. Mit der Teilnahme am digitalen Unterricht stimmen Sie der Nutzung von Skype zu.

	Ort: Online
	Referent/in: Petra Kempf
	Gebühr: 54,00 / 79,00 € (6-7 TN) / 118,00 € (4-5 TN)
<b>I302120Z04</b>	Termin(e): 16 x ab Mo. 05.08.24, 17.30 - 18.30 Uhr

### ● Rücken- und Funktionsgymnastik mit Pilateselementen

Sie stärken mit Hilfe von Kleingymnastikgeräten Rücken, Bauch, Beine und Po. Neben der klassischen Gymnastik kommen Übungseinheiten zur Körperwahrnehmung und Atmung nach Joseph Pilates zum Einsatz.

	Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
	Referent/in: Bettina Söffte
	Gebühr: 20,00 / 29,00 € ( 6-7 TN)
<b>I302124W03</b>	Termin(e): 5 x ab Do. 05.09.24, 09.30 - 10.30 Uhr
	Gebühr: 31,00 / 45,00 € ( 6-7 TN)
<b>I302124W04</b>	Termin(e): 8 x ab Do. 31.10.24, 09.30 - 10.30 Uhr

### ● RückenAktiv, bewegen statt schonen - nur für Männer und reine Bewegungsanfänger

	Ort: Otterstadt, Grundschule
	Referent/in: Bettina Söffte
	Gebühr: 23,00 / 34,00 € ( 6-7 TN)
<b>I302126W03</b>	Termin(e): 6 x ab Mi. 04.09.24, 17.00 - 18.00 Uhr
	Gebühr: 31,00 / 45,00 € ( 6-7 TN)
<b>I302126W04</b>	Termin(e): 8 x ab Mi. 30.10.24, 17.00 - 18.00 Uhr

### ● Wie Mann Rücken- und Bauchmuskeln stärkt

In diesem Kurs können Männer Übungen erlernen, die ihre Wirbelsäule trainieren sowie für eine stärkere Rücken- und Bauchmuskulatur sorgen.

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

	Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“ (Zugang über hinteres Schulhaus)
	Referent/in: Katja Strunk
	Gebühr: 40,00 / 59,00 € ( 6-7 TN)
<b>I302170W04</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 29.08.24, 19.35 - 20.35 Uhr

### ● Wirbelsäulengymnastik mit Antara®

Die Antara®-Methode, die Sie in diesem Kurs erlernen, bietet Ihnen: intensives Training der Tiefenmuskulatur, Core-Training stabiler Rücken, flacher Bauch, Kraft im Beckenboden, präzise, ruhige und funktionelle Bewegungen, aufrechte und attraktive Körperhaltung, ein ausgleichendes Training.

	Ort: Großniedesheim, Großsporthalle
	Referent/in: Margitta Doell
	Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
<b>I302130H02</b>	Termin(e): 7 x ab Di. 24.09.24, 09.00 - 10.00 Uhr

### ● Pilates-Übungen für den Rücken

In diesem Kurs lernen Sie, Ihren Rücken mit speziellen Pilatesübungen und der dazugehörigen Atemtechnik zu verwöhnen. Sie werden sehr schnell kräftiger durch die Stärkung Ihrer Körpermitte (Powerhouse), beweglicher durch Dehnübungen und durch die bessere Körperwahrnehmung auch achtsamer mit Ihrem Körper. Entsprechende Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Bitte mitbringen: Matte, dicke Socken oder Gymnastikschläppchen, Handtuch

	Ort: Lamsbheim, Karl-Wendel-Schule (Turnhalle)
	Referent/in: Martina Paulus-Cannito
	Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I302132H05</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 16.30 - 17.30 Uhr

### ● Pilates-Übungen für den Rücken für Fortgeschrittene

Text wie oben (I302132H05)

Bitte mitbringen: Matte, dicke Socken oder Gymnastikschläppchen, Kissen, Handtuch und Decke

	Ort: Lamsbheim, Karl-Wendel-Schule (Turnhalle)
	Referent/in: Martina Paulus-Cannito
	Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I302132H06</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 17.30 - 18.30 Uhr

### ● Rückenfit mit Pilates-Elementen

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie auf schonende Weise effizient Ihren Rücken stärken können. Sie lernen, mit gezielter Wirbelsäulengymnastik, Wahrnehmungsübungen und Anleitungen zur Entspannung den notwendigen Ausgleich für die Belastungen Ihres Rückens im Alltag zu schaffen. Praxisnahe Tipps werden durch Informationen über die Zusammenhänge ergänzt. Ziel ist die Förderung Ihrer Gesundheit und die Vermeidung von Rückenbeschwerden. Um eine Therapie handelt es sich nicht. Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

	Ort: Mutterstadt, Walderholungsstätte (Fohlenweide)
	Referent/in: Ursula Mertsching
	Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)
<b>I302136M03</b>	Termin(e): 6 x ab Mo. 02.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr
	Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)
<b>I302136M04</b>	Termin(e): 8 x ab Mo. 28.10.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● Kräftigung der Muskulatur mit der Pilates-Methode (für Anfänger\*innen)

Die Pilates-Methode ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, vor allem im Bereich von Beckenboden, Bauch und Rücken. Benannt ist sie nach ihrem Erfinder Joseph Hubert Pilates (1883 - 1967). Die Übungen können auf der Matte sowie mit speziell entwickelten Geräten ausgeführt werden. Sie erlernen in diesem Kurs Bewegungen, die langsam und fließend ausgeführt werden, um Muskeln und Gelenke zu schonen. Das bewusste Atmen ist dabei ebenfalls ein wichtiger Gesichtspunkt. Durch eine regelmäßige Anwendung des Erlernten lässt sich auch die Kondition und die Bewegungskoordination sowie die Körperhaltung und -wahrnehmung verbessern. Außerdem wird der Kreislauf angeregt.

	Ort: Evangelisches Pfarrheim Böhl
	Referent/in: Helga Nonninger
	Gebühr: 27,00 / 39,00 € (6-7 TN)
<b>I302143C04</b>	Termin(e): 7 x ab Mi. 28.08.24, 20.00 - 21.00 Uhr
<b>I302143C05</b>	Termin(e): 7 x ab Mi. 30.10.24, 20.00 - 21.00 Uhr

## ● Pilates für Geübte - Basic

	Ort:	Evangelisches Pfarrheim Böhl
	Referent/in:	Helga Nonninger
	Gebühr:	27,00 / 38,00 € (6-7 TN)
<b>I302144C07</b>	Termin(e):	7 x ab Mi. 28.08.24, 18.00 - 19.00 Uhr
	Gebühr:	28,00 / 38,00 € (6-7 TN)
<b>I302144C08</b>	Termin(e):	7 x ab Mi. 28.08.24, 19.00 - 20.00 Uhr
	Gebühr:	27,00 / 38,00 € (6-7 TN)
<b>I302144C09</b>	Termin(e):	7 x ab Mi. 30.10.24, 18.00 - 19.00 Uhr
	Gebühr:	28,00 / 38,00 € (6-7 TN)
<b>I302144C10</b>	Termin(e):	7 x ab Mi. 30.10.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Pilates trifft BodyArt

BodyArt ist ein intensives Ganzkörpertraining, welches Elemente aus Yoga, Bewegungstherapie und klassischen Atemtechniken zu einer Mischung aus Training und Entspannung verbindet. Durch funktionelle Kräftigungsübungen und Stabilisierung des gesamten Bewegungsapparates wird die Haltung verbessert, der Körper von Verspannungen befreit und eine seelische Ausgeglichenheit spürbar.

	Ort:	Lamsheim, Karl-Wendel-Schule
	Referent/in:	Dorit Gönninger
	Gebühr:	37,00 / 54,00 € (6-7 TN)
<b>I302151H03</b>	Termin(e):	11 x ab Di. 10.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Fitness mit Antara® und Pilates-Übungen

In diesem Kurs lernen Sie, mit der Antara®-Methode und Pilates-Übungen Ihre Tiefenmuskulatur intensiv zu trainieren - für einen stabilen Rücken, flachen Bauch und Kraft im Beckenboden. Ziel ist eine aufrechte und attraktive Körperhaltung. Gearbeitet wird mit präzisen, ruhigen und funktionellen Bewegungen.

	Ort:	Großniedesheim, Großsporthalle
	Referent/in:	Margitta Doell
	Gebühr:	24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
<b>I302153H02</b>	Termin(e):	7 x ab Di. 24.09.24, 10.00 - 11.00 Uhr

## ● AROHA® und KAHA®

AROHA® und KAHA® sind insbesondere für Sportanfänger und Wiedereinsteiger, die ohne komplizierte Übungen Stress abbauen, Gewicht reduzieren oder ihre allgemeine Fitness verbessern möchten, geeignet.

Die Wörter „AROHA“ und „KAHA“ stammen aus der Sprache der Maori. AROHA bedeutet „Liebe“, KAHA bedeutet „Energiegeladen“.

Die Übungen zur entsprechenden Musik fördern die körperliche Gesundheit und tragen zu einer besseren Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit bei.

AROHA® umfasst Elemente des Kampftanzes Haka (Kriegstanz der Maori), des Kung Fu und des Tai Chi. Der Ablauf ist vom Wechsel zwischen Körperanspannung und Entspannung geprägt. Starke, kraftbetonte und weiche Elemente lösen sich gegenseitig ab.

KAHA® ist inspiriert vom Tai Chi, Qigong und dem klassischen Yoga. Es wirkt mobilisierend, beruhigt den Geist, kräftigt, dehnt und entspannt Muskelgruppen und gibt innere Ruhe und Gelassenheit. Hier wird hauptsächlich der Rückenstrecker und die Schulter- und Nackenmuskulatur mobilisiert und gekräftigt.

Vorkenntnisse sind für die Kursteilnahme nicht erforderlich.

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Nicole Schall
	Gebühr:	17,00 / 25,00 € (6-7 TN)
<b>I302189R03</b>	Termin(e):	5 x ab Mo. 09.09.24, 20.15 - 21.15 Uhr
	Gebühr:	24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
<b>I302189R04</b>	Termin(e):	7 x ab Mo. 28.10.24, 20.15 - 21.15 Uhr

## ● Fit in den Herbst

Dieser Kurs richtet sich an alle, die fit und gesund bleiben möchten. Anfänger\*innen sind ebenso willkommen wie Fortgeschrittene.

Vermittelt werden Übungen für die Kräftigung der Rückenmuskulatur und der Muskelgruppen im Bereich Bauch, Beine und Po. Ziel ist es, die Fitness, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Haltung zu verbessern und damit Rückenproblemen vorzubeugen. Nach einer Aufwärmphase und der Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems folgen ganzheitliche Kräftigungsübungen. Den Abschluss bildet eine Dehn- und Entspannungsphase, die den Kreislauf wieder beruhigt.

Bitte mitbringen: Iso-Matte, Handtuch, Getränk, bequeme Sportkleidung

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Nicole Schall
	Gebühr:	17,00 / 25,00 € (6-7 TN)
<b>I302191R03</b>	Termin(e):	5 x ab Mo. 09.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Fit in den Winter

Dieser Kurs richtet sich an alle, die fit und gesund bleiben möchten. Anfänger\*innen sind ebenso willkommen wie Fortgeschrittene.

Vermittelt werden Übungen für die Kräftigung der Rückenmuskulatur und der Muskelgruppen im Bereich Bauch, Beine und Po. Ziel ist es, die Fitness, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Haltung zu verbessern und damit Rückenproblemen vorzubeugen. Nach einer Aufwärmphase und der Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems folgen ganzheitliche Kräftigungsübungen. Den Abschluss bildet eine Dehn- und Entspannungsphase, die den Kreislauf wieder beruhigt.

Bitte mitbringen: Iso-Matte, Handtuch, Getränk, bequeme Sportkleidung

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Nicole Schall
	Gebühr:	24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
<b>I302191R04</b>	Termin(e):	7 x ab Mo. 28.10.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Bodyworkout mit Aerobic, Step und Fitnesskleingeräten

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Andrea Weickenmeier
	Gebühr:	52,00 / 70,00 € (6-7 TN)
<b>I302201R03</b>	Termin(e):	12 x ab Do. 29.08.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Bodyworkout

In diesem Kurs lernen Sie Übungen kennen, die Ihre Fitness insgesamt verbessern. Nach einem Warm-up folgt ein ganzheitliches Bodyworkout - teils mit Theraband, Kurzhanteln oder am Step). Die Übungseinheit endet mit einem entspannenden Stretching.

	Ort:	Otterstadt, Jugendkeller
	Referent/in:	Gaby Flory
	Gebühr:	21,00 / 27,00 € (6-7 TN)
<b>I302204W17</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 02.09.24, 17.15 - 18.00 Uhr
	Gebühr:	21,00 / 27,00 € (6-7 TN)
<b>I302204W18</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 02.09.24, 18.15 - 19.00 Uhr
	Gebühr:	27,00 / 36,00 € (6-7 TN)
<b>I302204W19</b>	Termin(e):	8 x ab Mo. 28.10.24, 17.15 - 18.00 Uhr
	Gebühr:	27,00 / 36,00 € (6-7 TN)
<b>I302204W20</b>	Termin(e):	8 x ab Mo. 28.10.24, 18.15 - 19.00 Uhr

## ● Body und Ballett Balance (Freiluft-Angebot)

In diesem Kurs erlernen Sie Übungen, die unkompliziert und körperschonend aufgebaut sind, aber trotzdem die komplette Muskulatur beanspruchen. Body und Ballett Balance kräftigt und strafft den ganzen Körper und verleiht Elastizität. Die Bewegungen wirken sich positiv auf die Balance und Koordination aus. BB ist für alle Berufssparten und in jedem Alter zu empfehlen.

Der Treffpunkt ist immer das Haus am Lindenplatz. Bei gutem Wetter findet der Kurs auf der Naherholungsanlage/Spielplatz Mechtersheim, bei schlechtem Wetter im Haus am Lindenplatz statt.

	Ort:	Treffpunkt: Haus am Lindenplatz, Mechtersheim
	Referent/in:	Tina Tzschacktsch
	Gebühr:	44,00 / 64,00 € (6-7 TN)
<b>I302300R03</b>	Termin(e):	13 x ab Do. 12.09.24, 08.45 - 09.45 Uhr

**Wichtiger Hinweis:**  
Wer an chronischen oder akuten physischen oder psychischen Krankheiten leidet, sollte vor der Kursteilnahme unbedingt ärztlichen Rat einholen!

## ● Fit und Beweglich

Ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining für Frauen und Männer jeden Alters.

Vorgestellt werden Übungen zur Erhaltung der Muskelkraft und Ausdauer und Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination.

Die Referentin ist lizenzierte Übungsleiterin C/B.

Bitte mitbringen: Matte und ein Handtuch

	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, Mehrzweckraum, Eingang Schifferstadter Straße 4, links neben der Kulturhalle
	Referent/in:	Birgit Bauer
	Gebühr:	20,00 / 30,00 € (6-7 TN)
I302319W05	Termin(e):	6 x ab Di. 03.09.24, 17.30 - 18.30 Uhr
I302319W06	Termin(e):	6 x ab Di. 29.10.24, 17.30 - 18.30 Uhr

## ● Jonglieren für Jung und Alt (Wochenendworkshop)

Jonglieren trägt zur Verbesserung der Motorik und der Geschicklichkeit bei; es trainiert Muskulatur und Gehirn gleichzeitig. In diesem Kurs erlernen Sie mit Spaß und Leichtigkeit die Kunst des Jonglierens - bei geeignetem Wetter unter freiem Himmel. Willkommen sind nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder ab 8 Jahren. Gearbeitet wird mit zahlreichen Requisiten wie Bällen, Ringen, Tüchern, Keilen etc. sowie verschiedenen Zirkustechniken wie Balance, Rola Bola oder Diabolospiel. Zum Schluss sollten alle Teilnehmenden das Jonglieren so beherrschen, dass es zu einem Teil ihrer Freizeitgestaltung werden kann.

Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen.

Bitte mitbringen: Jongliermaterialien nach Wahl

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Katrin Winter
	Gebühr:	38,00 / 55,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN)
I302185S03	Termin(e):	Sa. 30.11.24, 10.00 - 16.00 Uhr So. 01.12.24, 10.00 - 16.00 Uhr

## Bewegung für Seniorinnen & Senioren

### Aktiv im Alter

Um die Muskulatur zu kräftigen, ist niemand zu jung und niemand zu alt. Was gut für den Körper ist und Spaß bereitet, kann sich jedoch je nach Lebensphase deutlich unterscheiden. Deshalb gibt es bei uns auch zielgruppenorientierte Angebote.

*Aktiv im Alter*

## ● Seniorengerechte Gymnastik - Gehen, Sitzen, Stehen, Tanzen

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Anja Eßwein
	Gebühr:	47,00 / 69,00 € (6-7 TN)
I302163R03	Termin(e):	14 x ab Mi. 28.08.24, 16.00 - 17.00 Uhr

## ● Silver Sport: Bewegung für Seniorinnen und Senioren

Sanfte Gymnastik zur Mobilisation der Gelenke; Erlernen von Übungen zur Stärkung der Muskulatur sowie zum Training von Koordination und Konzentration. Eine kurze Entspannung am Ende rundet die Stunde ab.

	Referent/in:	Bettina Söfftge
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Gebühr:	20,00 / 29,00 € (6-7 TN)
I302165S03	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 14.30 - 15.30 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Gebühr:	31,00 / 45,00 € (6-7 TN)
I302165S04	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 14.30 - 15.30 Uhr
	Ort:	Waldsee, Rheinauenhalle
	Gebühr:	20,00 / 29,00 € (6-7 TN)
I302165W03	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 10.45 - 11.45 Uhr
	Ort:	Waldsee, Rheinauenhalle
	Gebühr:	31,00 / 45,00 € (6-7 TN)
I302165W04	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 10.45 - 11.45 Uhr

## ● Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Stehen, Gehen und Sitzen

Einfache Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnungs-Übungen im Stehen, Gehen und Sitzen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Keine Bodenübungen!

	Ort:	Altrip, Sporthalle am Rheindamm
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	21,00 / 31,00 € (6-7 TN)
I302166A04	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 10.00 - 11.00 Uhr
	Gebühr:	30,00 / 43,00 € (6-7 TN)
I302166A05	Termin(e):	7 x ab Do. 31.10.24, 10.00 - 11.00 Uhr

## ● Gymnastik für Seniorinnen und Senioren mit Bodenübungen

Das Gesundheitstraining für Frauen und Männer ist konzipiert für Stuhl- und Mattenübungen! Ihr Herz-Kreislaufsystem wird stabilisiert und Elemente aus der Wirbelsäulengymnastik stärken Ihren Rücken. Bei den Koordinations-, Gleichgewichts- und Dehnübungen kommen u.a. Kirschkerne-Säckchen, Theraband, Pilates- oder Igelbälle zum Einsatz.

Eine angenehme Entspannung für Körper, Geist und Seele runden die Stunde ab.

Bitte mitbringen: Übungsmatte, Turnschuhe, Getränk

	Ort:	Dudenhofen, Bürgerhaus
	Referent/in:	Claudia Kiefer-Haußmann
	Gebühr:	46,00 / 68,00 € (6-7 TN)
I302166E05	Termin(e):	11 x ab Do. 05.09.24, 09.00 - 10.00 Uhr
I302166E06	Termin(e):	11 x ab Do. 05.09.24, 10.15 - 11.15 Uhr

## ● Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Stehen, Gehen und Sitzen

Einfache Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnungs-Übungen im Stehen, Gehen und Sitzen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Keine Bodenübungen!

	Ort:	Waldsee, Rheinauenhalle
	Referent/in:	Nicole Burmann
	Gebühr:	19,00 / 28,00 € (6-7 TN)
I302169W04	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 12.00 - 12.45 Uhr
I302169W05	Termin(e):	6 x ab Mi. 30.10.24, 12.00 - 12.45 Uhr

## ● Fit mit 55 plus: Gymnastik für Wirbelsäule, Beckenboden & Co.

Frauen und Männer, die das 55. Lebensjahr mehr oder weniger lange hinter sich haben, erfahren in diesem Kurs anhand praktischer Übungen, wie sie aktiv dazu beitragen können, dass ihre Muskeln noch möglichst lange in der Lage sind, die Gelenke zu bewegen. Das Trainingsprogramm, das sie kennenlernen, umfasst die Mobilisation sowie Übungen, die gezielt Kraft aufbauen und auch die Beckenbodenmuskulatur stärken. Ein Mix aus Dehnung und Entspannung ist ebenfalls vorgesehen.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Christa Spickermann
	Gebühr:	47,00 / 69,00 € (6-7 TN)
I302173S06	Termin(e):	14 x ab Fr. 30.08.24, 08.45 - 09.45 Uhr
I302173S07	Termin(e):	14 x ab Fr. 30.08.24, 10.00 - 11.00 Uhr



Depositphotos\_116694898\_XL

## ● Fit und beweglich mit „55 plus“

Bewegung und Sport sind in jedem Alter wichtig, machen Spaß und bringen Zufriedenheit und Freude ins Leben. Mit den sanften Übungen, die Sie in diesem Kurs erlernen, lassen sich Lebenslust und Vitalität in die zweite Lebenshälfte bringen und beides lange erhalten!

Durch regelmäßiges Üben können Sie Ihre körperliche und geistige Gesundheit stabilisieren, Veränderungen und Verluste kompensieren. Ihr psychisches Wohlbefinden wird gefestigt und alltagsmotorische Kompetenzen werden erhalten. Muskelaufbau, Koordination und Sturzprophylaxe sind Ziele feste Bestandteile der Übungseinheiten.

Für die Teilnahme sollten Sie sich fit und gesund fühlen und Freude daran haben, mit anderen in der Gruppe gemeinsam aktiv zu sein.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, feste Turnschuhe, ein kleines Handtuch, eine Gymnastikmatte, wenn vorhanden einen Yogagurt und genügend zu Trinken.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kreissporthalle
	Referent/in:	Karin Ultes
	Gebühr:	34,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 74,00 € (4-5 TN)
<b>I302176B03</b>	Termin(e):	10 x ab Di. 24.09.24, 18.30 - 19.30 Uhr

## ● 55-plus-Gymnastik mit Entspannungs-Elementen

Bewegung und Sport sind in jedem Alter wichtig, machen Spaß und bringen Zufriedenheit und Freude ins Leben. Mit den sanften Übungen, die Sie in diesem Kurs erlernen, lassen sich Lebenslust und Vitalität in die zweite Lebenshälfte bringen und beides lange erhalten!

Durch regelmäßiges Üben können Sie Ihre körperliche und geistige Gesundheit stabilisieren, Veränderungen und Verluste kompensieren. Ihr psychisches Wohlbefinden wird gefestigt und alltagsmotorische Kompetenzen werden erhalten. Muskelaufbau, Koordination und Sturzprophylaxe sind Ziele feste Bestandteile der Übungseinheiten.

Für die Teilnahme sollten Sie sich fit und gesund fühlen und Freude daran haben, mit anderen in der Gruppe gemeinsam aktiv zu sein.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Theo Kessler
	Gebühr:	47,00 / 69,00 € (6-7 TN) / 103,00 € (4-5 TN)
<b>I302175S05</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 26.08.24, 09.00 - 10.00 Uhr
<b>I302175S06</b>	Termin(e):	14 x ab Mo. 26.08.24, 10.15 - 11.15 Uhr

## ● Fit und beweglich mit „60 plus“

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie Ihren gesamten Körper mit über 60, aber auch schon in jüngeren Jahren, fit und beweglich halten können. Sie lernen, durch das Trainieren von Herz, Kreislauf und Muskulatur Ihre Kondition, Koordination und Beweglichkeit zu verbessern. Vorgestellt werden Kräftigungsübungen - teils mit Handgeräten, um den Trainingseffekt zu steigern und Spaß an der Bewegung zu wecken - sowie gezielte Rückenübungen. Auch Dehn- und Entspannungsübungen stehen auf dem Programm. Lassen Sie sich eine gute Möglichkeit aufzeigen, einseitige Belastungen im Alltag und Stress auszugleichen, um sich im Körper wohlfühlen. Ziel dieses Präventionskurses ist die Förderung und Erhaltung der Gesundheit. Es handelt sich um keine Therapie!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Handtuch

	Ort:	Böhl-Iggelheim, GS Iggelheim (Turnhalle)
	Referent/in:	Ute Fiederer
	Gebühr:	34,00 / 49,00 € (6-7 TN)
<b>I302176C03</b>	Termin(e):	10 x ab Di. 24.09.24, 17.45 - 18.45 Uhr

## ● Bewegung mit Musik im Sitzen - Aktiv im Alter

	Ort:	Schifferstadt, Pfarrzentrum St. Jakobus
	Referent/in:	Gerda Elmer
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
<b>I302320S03</b>	Termin(e):	15 x ab Mo. 02.09.24, 14.30 - 15.30 Uhr

## ● Rhythmische Bewegungen mit Musik 55+

	Ort:	Schifferstadt, Pfarrzentrum St. Jakobus
	Referent/in:	Gerda Elmer
	Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN)
<b>I302321S03</b>	Termin(e):	15 x ab Mo. 02.09.24, 09.00 - 10.00 Uhr

## Tanz

### ● Zumba®

Zumba® setzt sich aus verschiedensten Tanz- und Aerobic-Bewegungen zusammen, die zu einer Choreografie kombiniert werden. Dabei sind alle Schritte, die auf südamerikanische Musik getanzt werden, recht einfach zu erlernen. Das macht Laune und die Kalorien verfliegen im Nu. Tänzerische Vorkenntnisse sind beim Zumba® durch die relativ simplen Schrittfolgen nicht notwendig. Die Bewegungen sind meist schnell und kraftvoll. Zudem wird beim Zumba® besonders die untere Rückenmuskulatur gestärkt, da viele der Bewegungen aus der Hüfte heraus gemacht werden.

Gebühr für mind. 10 Teilnehmende.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kreissporthalle
	Referent/in:	Dorit Gönninger
	Gebühr:	53,00 / 67,00 € (8-9 TN)
<b>I302312B03</b>	Termin(e):	11 x ab Mi. 11.09.24, 19.15 - 20.15 Uhr

### ● Tanz für Frauen

Tanzen ist ein Rundum-Fitness-Programm.

Bauchtanz ist nicht nur ein facettenreicher Tanz, der ganze Körper ist im Einsatz und hat einen besonderen Effekt auf die Rücken-, Bauch- und Beckenmuskulatur.

Es werden unterschiedliche Bewegungen und Schritte kombiniert und dadurch der Herzkreislauf verbessert und die Bein- und Pomuskulatur gestärkt.

Nach einem kurzen Aufwärmtraining wird auf verschiedene Musikrichtungen getanzt.

Der Kurs ist für Frauen jeden Alters geeignet, die Freude und Spaß an Tanz und Bewegung haben.

Durch das große Repertoire an Tanzelementen ist ein Einstieg jeder Zeit möglich.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung zum Tanzen

	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, Mehrzweckraum, Eingang Schifferstadter Straße 4, links neben der Kulturhalle
	Referent/in:	Birgit Bauer
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN)
<b>I302317W06</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 18.00 - 19.15 Uhr
<b>I302317W07</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 30.10.24, 18.00 - 19.15 Uhr

## Bewegung im Wasser

### ● Aquafitness - Bewegung und Gymnastik im Wasser

Sie wollen Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Vitalität mit Hilfe von Wassergymnastik erhöhen? Hier sind Sie richtig:

Neben der Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und Ihrer Fitness werden Koordination und Muskelkraft verbessert. Die Übungen im Wasser schonen die Gelenke durch den Auftrieb des Wassers und fordern den passiven und aktiven Bewegungsapparat. Durch den Wasserwiderstand werden die Muskeln gekräftigt, der Wasserdruck regt den Stoffwechsel an, die Haut wird besser durchblutet. Lernen Sie Übungen kennen, mit denen Sie auch Ihre verhärteten Muskeln lockern!

Die Kursleiterin, Anna Laura Bauer, ist Studienrätin mit Staatsexamen im Fach Sport.

	Ort:	Römerberg, Kreisbad
	Referent/in:	Anna Laura Bauer
	Gebühr:	47,00 / 69,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302400R05</b>	Termin(e):	15 x ab Mi. 28.08.24, 17.00 - 17.45 Uhr
<b>I302400R06</b>	Termin(e):	15 x ab Mi. 28.08.24, 17.45 - 18.30 Uhr
<b>I302400R07</b>	Termin(e):	15 x ab Mi. 28.08.24, 18.30 - 19.15 Uhr

# Wasserspaß pur!

Spaß und Erholung  
das ganze Jahr in  
den Schwimm- und  
Freizeitbädern des  
Rhein-Pfalz-Kreises!

- Aquabella Mutterstadt
- Heidespaß Maxdorf-Lamsheim
- Kreisbad Schifferstadt
- Kreisbad Römerberg



**Aquabella Mutterstadt**  
Waldstraße 59  
67112 Mutterstadt  
06234 94530

**Kreisbad Heidespaß  
Maxdorf-Lamsheim**  
Heideweg 111  
67133 Maxdorf  
06237 920 99 22

**Kreisbad Schifferstadt**  
Am Sportzentrum 2  
67105 Schifferstadt  
06235 497590

**Kreisbad Römerberg**  
Viehtriftstraße 106  
67354 Römerberg  
(Ortsteil Heiligenstein)  
06232 8717343

Bild: adrift1 auf Pixabay



Nähere Informationen zu Preisen und Öffnungszeiten:

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

## Ihre Anlaufstellen fürs Anmelden

Wenn Sie sich nicht online anmelden können oder möchten, wenden Sie sich bitte an die Verwaltung des Veranstaltungsortes!

Wer zuständig ist, erkennen Sie an der drittletzten Stelle der Kursnummer:

Der Buchstabe A steht für Altrip,  
B für Bobenheim-Roxheim, C für Böhl-Iggelheim,  
D für Dannstadt-Schauernheim, E für Dudenhofen,  
H für Lamsheim-Heßheim, K für Limburgerhof,  
L für Maxdorf, M für Mutterstadt, N für Neuhofen,  
R für Römerberg, S für Schifferstadt und  
W für Waldsee.

Handelt es sich um den Buchstaben  
Z, enthält die Kursbeschreibung normalerweise  
einen gesonderten Hinweis auf die Anmeldestelle.

Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 4.

## ● Aquafit im Flachwasser

Sie wollen etwas für Ihre Herz-Kreislauf-Fitness tun und lieben es, im Wasser zu sein? Stärken Sie in den Kursen das Herz-Kreislauf-System, kräftigen Sie Ihre Muskeln und verbessern sie Ihre Koordination. Das Üben gegen den Wasserwiderstand und Auftrieb schont Gelenke und Wirbelsäule. Lernen Sie Übungen kennen, die die Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer Ihres Körpers erhalten und verspannte Muskulatur wieder lockern.

Die Kursgebühr beinhaltet nicht den Bad-Eintritt, dieser muss extra bezahlt werden.

	Ort:	Mutterstadt, Kreisbad Aquabella
	Referent/in:	Katrin Hartkorn
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302402M03</b>	Termin(e):	14 x ab Mi. 04.09.24, 19.20 - 20.05 Uhr

## ● Aquafit im Flachwasser

Sie wollen etwas für Ihre Herz-Kreislauf-Fitness tun und lieben es, im Wasser zu sein? Stärken Sie in den Kursen das Herz-Kreislauf-System, kräftigen Sie Ihre Muskeln und verbessern sie Ihre Koordination. Das Üben gegen den Wasserwiderstand und Auftrieb schont Gelenke und Wirbelsäule. Lernen Sie Übungen kennen, die die Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer Ihres Körpers erhalten und verspannte Muskulatur wieder lockern!

	Ort:	Mutterstadt, Kreisbad Aquabella
	Referent/in:	Regina Neumann
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302402M13</b>	Termin(e):	10 x ab Mi. 11.09.24, 10.45 - 11.30 Uhr

	Ort:	Schifferstadt, Kreisbad
	Referent/in:	Gabi Grün
	Gebühr:	17,00 / 23,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302402S03</b>	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 19.45 - 20.30 Uhr

	Ort:	Schifferstadt, Kreisbad
	Referent/in:	Gabi Grün
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302402S04</b>	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 19.45 - 20.30 Uhr

## ● Aquafit im Tiefwasser

Sie wollen etwas für Ihre Herz-Kreislauf-Fitness tun und lieben es, im Wasser zu sein? Stärken Sie in den Kursen das Herz-Kreislauf-System, kräftigen Sie Ihre Muskeln und verbessern sie Ihre Koordination. Das Üben gegen den Wasserwiderstand und Auftrieb schont Gelenke und Wirbelsäule. Lernen Sie Übungen kennen, die die Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer Ihres Körpers erhalten und verspannte Muskulatur wieder lockern.

	Ort:	Schifferstadt, Kreisbad
	Referent/in:	Gabi Grün
	Gebühr:	17,00 / 23,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302403S03</b>	Termin(e):	5 x ab Do. 05.09.24, 20.30 - 21.15 Uhr
<b>I302403S04</b>	Termin(e):	8 x ab Do. 31.10.24, 20.30 - 21.15 Uhr

## ● Aquafitness für Fortgeschrittene

Wenn Sie bereits Erfahrungen mit Gymnastik im Wasser gesammelt haben, sind Sie in diesem Kurs gut aufgehoben. Sie lernen hier neue Übungen kennen, die die Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer Ihres Körpers erhalten und verspannte Muskulatur wieder lockern.

	Ort:	Mutterstadt, Kreisbad Aquabella
	Referent/in:	Katrin Hartkorn
	Gebühr:	44,00 / 65,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302405M03</b>	Termin(e):	14 x ab Mi. 04.09.24, 18.30 - 19.15 Uhr
	Referent/in:	Ursula Mertsching
	Gebühr:	19,00 / 28,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302405M09</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 28.08.24, 09.15 - 10.00 Uhr
	Referent/in:	Ursula Mertsching
	Gebühr:	25,00 / 37,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302405M10</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 09.15 - 10.00 Uhr

## ● Kraftvolle Wassergymnastik für Anspruchsvolle mit „Power“ im Flachwasser

Sie erfahren, wie ein aktives, gelenkschonendes und abwechslungsreiches Gymnastikprogramm möglich ist, das Muskeln, Sehnen und Bänder kräftigt und mobilisiert, das Herz-Kreislauf-System stärkt sowie Verspannungen löst.

Sie verbessern Ihre Beweglichkeit und Koordination und stärken Ihre individuellen gesundheitsförderlichen Ressourcen. Durch die positiven Eigenschaften des Wassers werden Gelenke und Wirbelsäule entlastet und die gymnastischen Übungen erfolgreich unterstützt.

Im Vergleich zu normalen Aqua-Gymnastik-Kursen, muss für den „Power“-Kurs schon mehr Schnelligkeit und Ausdauer vorhanden sein.

	Ort:	Schifferstadt, Kreisbad
	Referent/in:	Stefanie Kretner-Lichti
	Gebühr:	35,00 / 51,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302408S03</b>	Termin(e):	11 x ab Mi. 04.09.24, 18.00 - 18.45 Uhr
<b>I302408S04</b>	Termin(e):	11 x ab Mi. 04.09.24, 18.45 - 19.30 Uhr

Für die Teilnahme müssen Sie schwimmen können.

## ● Aquabiking

Aquabiking - Angeboten in Kooperation mit dem Aquabiking Team Rhein-Neckar - verbindet die Effektivität des klassischen Radfahrens an Land mit den positiven Eigenschaften des Wassers, die auch in anderen Kursen wie Aquajogging oder Aquafitness geschätzt werden. Das Workout ist effektiver und gelenkschonender als außerhalb des Wassers. Radsport in freier Natur eignet sich witterungsbedingt nur für ganz hartgesottene Sportler als Ganzjahressport, Aquabiking ist dagegen zu jeder Jahreszeit gleichermaßen möglich.

Bitte mitbringen: wassergeeignete Schuhe zum Biken, Badekleidung, Handtuch, ein Getränk (keine Glasflaschen!)

	Ort:	Schifferstadt, Kreisbad
	Referent/in:	Trainer/in vom Aquabiking Team Rhein-Neckar
	Gebühr:	182,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S15</b>	Termin(e):	14 x ab Di. 03.09.24, 18.00 - 18.45 Uhr
	Gebühr:	182,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S16</b>	Termin(e):	14 x ab Di. 03.09.24, 19.00 - 19.45 Uhr
	Gebühr:	182,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S17</b>	Termin(e):	14 x ab Di. 03.09.24, 19.50 - 20.35 Uhr
	Gebühr:	182,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S18</b>	Termin(e):	14 x ab Mi. 04.09.24, 18.00 - 18.45 Uhr
	Gebühr:	182,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S19</b>	Termin(e):	14 x ab Mi. 04.09.24, 19.00 - 19.45 Uhr
	Gebühr:	169,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S20</b>	Termin(e):	13 x ab Do. 05.09.24, 18.00 - 18.45 Uhr
	Gebühr:	169,00 € ohne Bad-Eintritt
<b>I302410S21</b>	Termin(e):	13 x ab Do. 05.09.24, 19.00 - 19.45 Uhr

**Wichtig:** Zur Vorbereitung und Einstellung der Aqua-Rider mindestens 15 min vor Kursbeginn anwesend sein!

## Kurse in den Hallenbädern

OHNE Eintritt!

Den entrichten Sie im Bad.

Voraussetzung für den Kursbesuch ist, dass Sie schwimmen können.

i

Bitte beachten Sie:  
Unsere Kurse finden häufig  
während des öffentlichen  
Badebetriebs statt!



Depositphotos\_125951020\_XL

### ● Aquafit im Flachwasser 55+

Sie wollen etwas für Ihre Herz-Kreislauf-Fitness tun und lieben es, im Wasser zu sein? Stärken Sie in den Kursen das Herz-Kreislauf-System, kräftigen Sie Ihre Muskeln und verbessern sie Ihre Koordination. Das Üben gegen den Wasserwiderstand und Auftrieb schont Gelenke und Wirbelsäule. Lernen Sie Übungen kennen, die die Beweglichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer Ihres Körpers erhalten und verspannte Muskulatur wieder lockern.

	Ort:	Mutterstadt, Kreisbad Aquabella
	Referent/in:	Gisela Goos
	Gebühr:	15,00 / 22,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302421M04</b>	Termin(e):	6 x ab Mi. 04.09.24, 10.00 - 10.45 Uhr
	Gebühr:	20,00 / 30,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302421M05</b>	Termin(e):	8 x ab Mi. 30.10.24, 10.00 - 10.45 Uhr

### ● Aquafit im Flachwasser für Senioren

Sie erfahren, wie ein aktives, gelenkschonendes und abwechslungsreiches Gymnastikprogramm möglich ist, das Muskeln, Sehnen und Bänder kräftigt und mobilisiert, das Herz-Kreislauf-System stärkt sowie Verspannungen löst.

Sie verbessern Ihre Beweglichkeit und Koordination und stärken Ihre individuellen gesundheitsförderlichen Ressourcen. Durch die positiven Eigenschaften des Wassers werden Gelenke und Wirbelsäule entlastet und die gymnastischen Übungen erfolgreich unterstützt.

	Ort:	Mutterstadt, Kreisbad Aquabella
	Referent/in:	Gisela Goos
	Gebühr:	15,00 / 22,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302422M04</b>	Termin(e):	6 x ab Mo. 02.09.24, 13.00 - 13.45 Uhr
	Gebühr:	20,00 / 30,00 € (6-7 TN) ohne Bad-Eintritt
<b>I302422M05</b>	Termin(e):	8 x ab Mo. 28.10.24, 13.00 - 13.45 Uhr

## Bewegung im Freien

### ● Laufend fit - Koordination und Kondition im Freien stärken

In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Ausdauer richtig, langanhaltend und Ihrer Konstitution entsprechend zu verbessern. Sie erfahren, wie Sie sich schnell und effektiv erwärmen und nach der Tour Ihre Muskulatur gut ausdehnen, um Muskelkater zu vermeiden. Durch unterschiedliche Bewegungsübungen verbessern Sie Ihre Koordination und Ihre Kondition unter freiem Himmel. Verschieden lange Rundwege und unterschiedliche Geschwindigkeiten bringen den Kreislauf in Schwung.

Bitte beachten Sie: Der Kurs findet bei Wind und Wetter draußen statt, so dass entsprechende Kleidung notwendig ist.

	Ort:	Römerberg, Parkplatz Badesees/Sunsee Bar Mechtersheim
	Referent/in:	Tina Tzschacksch
	Gebühr:	40,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 104,00 € (4-5 TN)
<b>I302602R03</b>	Termin(e):	12 x ab Mo. 09.09.24, 08.45 - 09.45 Uhr

### ● „Frischer Wind“ für die Fitness (Freiluft)

Nach einer Phase mit eingeschränkter Bewegungsmöglichkeit kann es sein, dass sich die Muskulatur abgebaut hat und Gelenke „eingeroestet“ sind. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie nach einer Zwangspause Ihren Körper wieder schonend und effizient „in Betrieb nehmen“ können. Der Kurs findet wetterunabhängig im Freien statt.

Bitte mitbringen: Workout-Hanteln oder 2 Flaschen Wasser als Gewichte; Getränk

	Ort:	Limburgerhof, Rückseite Schlösschen (Treffpunkt)
	Referent/in:	Petra Kempf
	Gebühr:	64,00 / 93,00 € (6-7 TN) / 140,00 € (4-5 TN) (nicht ermäßigbar)
<b>I302604K03</b>	Termin(e):	19 x ab Fr. 02.08.24, 17.00 - 18.00 Uhr

## Ernährung/Küchen-Wissen

### ● Indische Geschmackserlebnisse



Lasst uns die einfachsten, leckersten Gerichte machen. Indisches Essen hat den Ruf, kompliziert und schwierig zu sein, aber wenn man erst einmal ein paar Grundlagen verstanden hat, ist es eigentlich ziemlich einfach.

Zubereitet werden Rosen-Lassi, Indische Pilaf, Palak Paneer (indischer Käse mit Spinat), kalte Kartoffel-Speise, Raita und vieles mehr.

Hinweis: Für die Gerichte werden Sahne, Milch und Joghurt verwendet.

	Ort:	Schifferstadt, Paul-v.-Denis-Schulz., Realschule Küche
	Referent/in:	Master of Science Sayani Roy-Saha
	Gebühr:	23,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 40,00 € (5 TN) zzgl. Umlage von 15,00 € für Lebensmittel
<b>I305101S01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 30.08.24, 18.00 - 21.30 Uhr

### ● Indische Köstlichkeiten



Mit Thali wird ein indisches Gericht bezeichnet, das aus einer Auswahl verschiedener Gerichte besteht, die auf einer Platte serviert werden.

Zubereitet werden Jeera Reis (Kreuzkümmel), Hähnchen-Curry, Zwiebeln (Pakoda) frittiert, Dal Tadka (Linsen mit Gewürzen) und dazu gibt es das klassische Getränk Mango-Lassi und vieles mehr.

Hinweis: Für die Gerichte werden Sahne, Milch und Joghurt verwendet.

	Ort:	Schifferstadt, Paul-v.-Denis-Schulz., Realschule Küche
	Referent/in:	Master of Science Sayani Roy-Saha
	Gebühr:	23,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 40,00 € (5 TN) zzgl. Umlage von 20,00 € für Lebensmittel
<b>I305101S02</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 15.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

### ● Herbst-Rezepte

Wir eröffnen den Herbst mit einer Pastinakencremesuppe mit Apfeltopping und Feldsalat mit karamellisierten Birnen und Kräuterseitlingen. Als Hauptgerichte gibt es Feigen-Honig-Hühnchen, Risotto mit Garnelen und Pilzen, Nudeln mit Pfifferlingen und Birne und gebackener Kürbis mit Honig. Ein süßer Quark-Zwetschgen-Auflauf rundet den Herbst ab.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhandtücher, 2 Behältnisse für restliche Lebensmittel, Schneidbrett, ggf. eigenes scharfes Küchenmesser

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Petra Kunz
	Gebühr:	30,00 / 43,00 € (6-7 TN) / 65,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 30,00 € für Lebensmittelumlage
<b>I305245M05</b>	Termin(e):	2 x ab Di. 10.09.24, 18.00 - 21.30 Uhr

### ● Herbstliche Tapas - auch zu neuem Wein

Lecker - deftiges zu neuem und altem Wein: Tarte mit Birnen, Käse und Haselnüsse, Bruschetta mit Feigen und roten Zwiebeln, Kürbisküchlein, Pizza mit Topinambur und Pesto oder Hefekranz mit Taleggio und Tomaten.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhandtücher, 2 Behältnisse für restliche Lebensmittel, Schneidbrett, ggf. eigenes scharfes Küchenmesser

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Petra Kunz
	Gebühr:	15,00 / 22,00 € (6-7 TN) / 33,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 15,00 € für Lebensmittelumlage
<b>I305245M06</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 09.10.24, 18.00 - 21.30 Uhr

● **Strudel - die tolle Rolle**



Kulinarisch zu Gast in Österreich bereiten wir Topfen-Tomaten-Strudel, Bergkäse-Kürbis-Strudel, Schinken-Chicoree-Strudel, Kraut-Strudel und Gemüse-Strudel zu.

Als süßen Abschluss gibt es einen Topfen-Kirsch-Strudel. Wir stellen unseren Strudelteig selbst her und lernen ihn über dem Handrücken „ausziehen“.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhandtücher, 2 Behältnisse für restliche Lebensmittel, Schneidbrett, ggf. eigenes scharfes Küchenmesser

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Petra Kunz
	Gebühr:	17,00 / 25,00 € (6-7 TN) / 37,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 17,00 € für Lebensmittelumlage
<b>I305245M07</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 30.10.24, 17.30 - 21.30 Uhr

● **Weihnachtsgeschenke aus der Küche**

DIY als Mitbringsel oder als Geschenk: Süßes von Apfel-Karamell-Kuchen im Glas, Rotwein-Pflaumen mit Vanille, kerniges Schokoladen-Granola, selbstgemachter Baileys-Likör bis zum Orient-Gewürz-Zucker. Die herzhaften Gaben sind Cranberry-Apfel-Chutney, Quitten-Essig, Pikantes Waldpilz-Öl, scharfes Kräuter-Tomaten-Salz bis zum Birnen-Senf. Alle Rezepte sind vegetarisch

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhandtücher, 2 Behältnisse für restliche Lebensmittel, Schneidbrett, ggf. eigenes scharfes Küchenmesser

	Ort:	Mutterstadt, IGS
	Referent/in:	Petra Kunz
	Gebühr:	15,00 / 22,00 € (6-7 TN) / 33,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 25,00 € für Lebensmittelumlage inkl. Gläser
<b>I305245M08</b>	Termin(e):	1 x am Do. 28.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

● **Traditionelles Brotbacken mit Sauerteig**

Wenn Sie Ihr „täglich“ Brot“ zumindest gelegentlich einmal selbst backen und dabei altbewährte Methoden anwenden möchten, können Sie sich in diesem Kurs die erforderlichen Kenntnisse aneignen. Eigenhändig dürfen Sie das Kneten, Dehnen, Falten, Formen und Schwaden ausprobieren. Was es mit Ruhezeiten und dem Gären auf sich hat, erfahren Sie natürlich ebenfalls. Während der Teig „geht“, steht als „Zeitvertreib“ die Herstellung von Brotaufstrichen auf dem Programm.

Der Sauerteig, der als Grundlage für den Hauptteig dient, wird Ihnen bereits vorbereitet zur Verfügung gestellt, weil seine Züchtung mehrere Tage dauert. Einen Sauerteigansatz bekommen Sie zum Schluss auch zum Mitnehmen - einschließlich Anleitung zur weiteren Fütterung und Pflege. Damit haben Sie dann beste Voraussetzungen, um das Erlernte auch in Ihrer privaten „Backstube“ umzusetzen.

Bitte mitbringen: Schürze, 2 Geschirrtücher, mind. 2 Behälter für Brotaufstriche, Papiertüte fürs Brot, Schneidbrett, Schneidmesser und Besteck (Messer, Löffel, Gabel)

	Referent/in:	Tania Storfinger
	Gebühr:	25,00 / 32,00 € (6-7 TN) / 43,00 € (4-5 TN) einschl. Lebensmittel und Material
	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kurpfalzschule
<b>I305362D03</b>	Termin(e):	1 x am Do. 07.11.24, 17.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kurpfalzschule
<b>I305362D04</b>	Termin(e):	1 x am Do. 21.11.24, 17.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Maxdorf, G8-Gymnasium, Küche
<b>I305362L03</b>	Termin(e):	1 x am Do. 17.10.24, 17.30 - 21.00 Uhr
	Ort:	Maxdorf, G8-Gymnasium, Küche
<b>I305362L04</b>	Termin(e):	1 x am Do. 05.12.24, 17.30 - 21.00 Uhr

Depositphotos\_194412502\_XL



**Wichtig!**

Für alle Koch- und Backkurse muss Ihre Anmeldung eine Woche vor Kursbeginn vorliegen, damit die Dozentin/der Dozent rechtzeitig den Einkauf disponieren kann. Aus diesem Grund ist eine kostenfreie Abmeldung bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich.

Die Kursgebühr enthält meist keine Kosten für die verwendeten Lebensmittel. Diese werden in der Regel von der Kursleitung auf die Teilnehmenden umgelegt und am ersten Kurstermin bar erhoben. Erfolgt die Abmeldung nach der 5-Tagesfrist, muss die Kursgebühr ebenso wie die anteilige Lebensmittelumlage trotzdem bezahlt werden.

In der Regel mitzubringen sind Küchenschürze, scharfes Messer, Dose oder Schüssel für restliche Speisen, Küchenhandtuch und Spülmittel sowie für den Eigenbedarf Getränke nach Wunsch.

Die Teilnehmenden beteiligen sich nach dem Kochen am Abwasch und Aufräumen der Küche.

Die Lebensmittelumlage zahlen Sie in der Regel am Kurstag in bar an die Dozentin/den Dozenten.

● **Asiatische Küche: Japan - gesund, vielseitig und lecker**

Japanisches Essen muss nicht mit Sushi gleichgesetzt werden. Lassen Sie sich mit alternativen Gerichten überraschen: Aus der Fülle der Möglichkeiten, Fleisch, Gemüse oder Sojaprodukte zu kombinieren, bereitet die Dozentin gemeinsam mit Ihnen einige Beispiele zu. Oft wird „Dashi“ - ein japanischer Fischsud - zur Abstimmung der Gerichte verwendet. Auf exotische Spezialitäten aus Asia-Shops kann man zumeist verzichten, wenn man auf alternative Zutaten aus dem Supermarkt zurückgreift.

**Achtung:** gestiegene Lebensmittelzulage von 18 Euro (wird mit der Kursgebühr erhoben)

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhandtücher, Dosen für Übriggebliebenes, Küchenschürze, eigene Getränke und - wenn vorhanden - das persönliche Lieblingsmesser

	Ort:	Schifferstadt, Paul-v.-Denis-Schulz., Realschule Küche
	Referent/in:	Sumi Aramaki-Dittrich
	Gebühr:	31,00 / 38,00 € (6-7 TN) einschl. Lebensmittelkosten
<b>I305580S02</b>	Termin(e):	1 x am Mi. 11.12.24, 18.00 - 21.30 Uhr

● **Kochen in der Männerrunde**

Vertiefen Sie Ihre Kenntnisse bei der Zubereitung neuer Gerichte. Der Kurs richtet sich an Männer, die bereits Kocherfahrung haben, und dient dazu die erlernten Fähigkeiten zu vertiefen und auszubauen.

Die Kursgebühr beinhaltet keine Kosten für die verwendeten Lebensmittel. Dieser Kostenaufwand wird als Lebensmittelumlage an jedem Kurstermin an die Kursleitung gezahlt (ca. 5 - 8 Euro).

Anmeldung nur über die Außenstelle Römerberg-Dudenhofen möglich!

	Ort:	Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in:	Fritz Mang
	Gebühr:	94,00 / 137,00 € (6-7 TN) zzgl. Lebensmittelumlage
<b>I305620E01</b>	Termin(e):	Do. 31.10.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 07.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 14.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 21.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 28.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 05.12.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 12.12.24, 18.00 - 21.30 Uhr Do. 19.12.24, 18.00 - 21.30 Uhr



## Ayurveda Kochkurs-Reihe

Ayurveda - muss ich dann immer indisch essen? Im Gegenteil - alles was die regionale und saisonale Gemüseküche hergibt, kann ayurvedisch verwendet werden.



In dieser kleinen Kochkursreihe lernen Sie, auch ohne tief in die Doshalehre (Vata, Pitta & Kapha) einzutauchen, wie Sie zuträglich und nach Jahreszeiten kochen und damit Ihren Körper und Ihre Gesundheit unterstützen. Die Kurse sind auch einzeln buchbar.

Zu jedem der Kochkurse gibt es ein Handout mit Theorieinformation und den Rezepten.

### ● Ayurveda - Gemüse, Kräuter, Gewürze & Geschmäcker

Sie riechen und schmecken und entdecken neu und erfahren, was das für Auswirkungen im ayurvedischen Sinne auf Ihre Gesundheit hat.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, scharfes Messer, Spülmittel, Müllbeutel und Behälter für Kostproben

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Nicole Rosemann
Gebühr:	14,00 / 18,00 € (6-7 TN) / 24,00 € (4-5 TN) einschl. Lebensmittelkosten
<b>I307321K01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 03.09.24, 17.00 - 19.00 Uhr

### ● Ayurveda - ayurvedische Jahreszeitenküche - Menü regional

Wir bereiten aus dem, was lokal gerade Saison hat, ein 3-Gang-Menü im ayurvedischen Sinne zu.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, scharfes Messer, Spülmittel, Müllbeutel und Behälter für Kostproben

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Nicole Rosemann
Gebühr:	30,00 / 37,00 € (6-7 TN) / 48,00 € (4-5 TN) einschl. Lebensmittelkosten
<b>I307321K02</b>	Termin(e): 1 x am Di. 10.09.24, 17.00 - 20.30 Uhr

### ● Ayurveda - ayurvedisch traditionelle Küche - Menü ayurvedisch

Dhal, Gemüse, Reis und Chutney und ein kleines Dessert, ganz im traditionellen ayurvedischen Sinne zubereitet.

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, scharfes Messer, Spülmittel, Müllbeutel und Behälter für Kostproben

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Nicole Rosemann
Gebühr:	32,00 / 40,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (4-5 TN) einschl. Lebensmittelkosten
<b>I307321K03</b>	Termin(e): 1 x am Di. 08.10.24, 17.00 - 21.00 Uhr

### ● Ayurvedisches 4-Gänge-Weihnachtsmenü

Köstlich ayurvedisch vegetarisches 4-Gang-Menü zu Weihnachten, leicht verdaulich und anregend für die Sinne

Bitte mitbringen: Geschirrhandtuch, scharfes Messer, Spülmittel, Müllbeutel und Behälter für Kostproben

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Nicole Rosemann
Gebühr:	32,00 / 40,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (4-5 TN) zzgl. ca. 15,00 € für Lebensmittelumlage
<b>I307322K01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 19.11.24, 17.00 - 21.00 Uhr

**i** Die Lebensmittelumlage zahlen Sie in der Regel am Kurstag in bar an die Dozentin / den Dozenten.

## Trinkgenuss

### Wein

#### ● Wein-Workshop

Weinproben werden erläutert, und es gibt praktische Ratschläge für das passende Essen dazu.

Aktive Mitarbeit ist erwünscht. Sehr gute Weinkenntnisse sind Voraussetzung für die Teilnahme.

Bitte mitbringen: 3 Weingläser, Dessertteller, Suppentasse, Besteck, Flasche Wasser, Schreibzeug

Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
Referent/in:	Gisela Graff-Höfgen
Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN) zzgl. pro Abend ca. 9,00 € Umlage für die Kostproben
<b>I305700D02</b>	Termin(e): Di. 29.10.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 12.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 26.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 10.12.24, 19.00 - 21.15 Uhr,

#### ● Wein-Kultur-Kolloquium

Weinproben und passendes Essen, Informationen schwerpunktmäßig zu Weinkultur und -geschichte.

Aktive Mitarbeit ist erwünscht.

Bitte mitbringen: 3 Weingläser, Dessertteller, Suppentasse, Besteck, Flasche Wasser, Schreibzeug

Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
Referent/in:	Gisela Graff-Höfgen
Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN) zzgl. pro Abend ca. 9,00 € Umlage für die Kostproben
<b>I305701D02</b>	Termin(e): Mo. 28.10.24, 20.00 - 21.15 Uhr Mo. 11.11.24, 20.00 - 21.15 Uhr Mo. 25.11.24, 20.00 - 21.15 Uhr Mo. 09.12.24, 20.00 - 21.15 Uhr

#### ● Wein - Repetitorium Ia

Lernen Sie Rebsorten, Anbauggebiete und Wein unter neuen Blickrichtungen kennen!

Aktive Mitarbeit ist erwünscht. Gute Weinkenntnisse sind Voraussetzung für die Teilnahme.

Bitte mitbringen: 3 Weingläser, Dessertteller, Suppentasse, Besteck, Flasche Wasser, Schreibzeug

Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
Referent/in:	Gisela Graff-Höfgen
Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN) zzgl. pro Abend ca. 9,00 € Umlage für die Kostproben
<b>I305703D02</b>	Termin(e): Mo. 04.11.24, 20.00 - 22.15 Uhr Mo. 18.11.24, 20.00 - 22.15 Uhr Mo. 02.12.24, 20.00 - 22.15 Uhr Mo. 16.12.24, 20.00 - 22.15 Uhr

#### ● Wein - Repetitorium II

Lernen Sie Rebsorten, Anbauggebiete und Wein unter neuen Blickrichtungen kennen!

Aktive Mitarbeit ist erwünscht. Gute Weinkenntnisse sind Voraussetzung für die Teilnahme.

Bitte mitbringen: 3 Weingläser, Dessertteller, Suppentasse, Besteck, Flasche Wasser, Schreibzeug

Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
Referent/in:	Gisela Graff-Höfgen
Gebühr:	50,00 / 74,00 € (6-7 TN) zzgl. pro Abend ca. 9,00 € Umlage für die Kostproben
<b>I305703D03</b>	Termin(e): Di. 05.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 19.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 03.12.24, 19.00 - 21.15 Uhr Di. 17.12.24, 19.00 - 21.15 Uhr

## Whisky

Sie trinken gerne Whisky, möchten aber noch ein bisschen mehr über Brennereien, Land und Leute, Fassstypen, Stärken, nationale oder regionale Besonderheiten oder Neuheiten erfahren? Dann sind Sie bei unseren Tastings richtig.

An einem Tasting-Abend werden in der Regel 6 x 2cl Whisky aus verschiedenen Brennereien verkostet und Bilder aus den Destillieren gezeigt. Zum Whisky steht Weißbrot und stilles Wasser zur Verfügung. In gemütlicher Atmosphäre können Sie herausfinden, welchen Whisky Sie bevorzugen und welche verschiedenen Sorten es von einzelnen Brennereien gibt. Bei den Themen-Tastings mögen sich zwar die Brennereien ab und zu wiederholen, aber nicht die Abfüllungen. Somit lernen Sie immer wieder Neues kennen.

**Wichtiger Hinweis:** Wird eine Anmeldung weniger als 6 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen, da der Whisky entsprechend der Teilnehmerzahl eingekauft wird. Sollte jemand nicht kommen können, besteht aber die Möglichkeit, sich den Whisky des Abends von der Kursleitung in kleine Flaschen abfüllen zu lassen und dort abzuholen.

### ● Whisky-Seminar: Fass-Stärke

Heute Abend geht es vor allem um Whiskys mit verschiedenen Fass-Stärken, also wirklich Hochprozentiges. Was ist der Geschmacksunterschied? Was bedeutet Fass-Stärke und Single Cask? Welchen Unterschied kann man schmecken, wenn man den Whisky mit Wasser auf Trinkstärke reduziert. Zum flüssigen Gold wird der Abend mit vielerlei Eindrücken aus der Welt der Whiskies untermalt.

Dieses Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten.

	Ort:	Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732A04</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 15.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr

### ● Whisky-Seminar: Weihnachtstasting

Dieses Tasting hat schon fast Kultstatus. Kurz vor Weihnachten klingt das Whiskyjahr mit einem besonderen Tasting aus. Am heutigen Abend werden 6 x 2 cl Whisky aus verschiedenen Whiskybrennereien verkostet. Die Schatztruhe wird geöffnet und es gibt die ein oder andere besondere Abfüllung wie z.B. Weihnachtsabfüllungen oder von unabhängigen Abfüllern wie z.B. von Cadenheads, Scots Malt Whisky Society etc. Außerdem gibt es passend zum Whisky verschiedene Schokoladensorten dazu. Lassen Sie sich überraschen, was der Nikolaus mitgebracht hat. Das schottische Lebenswasser stammt aus verschiedenen Regionen und variiert von mild bis torfig.

Das Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten. Wir lassen uns jedes Jahr etwas Neues einfallen.

	Ort:	Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732A05</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 13.12.24, 19.00 - 22.00 Uhr

### ● Whisky-Seminar: Insel-Hopping

Kommen Sie mit auf eine Reise zu den schottischen Inseln. Es gibt Informationen zu den verschiedenen Brennereien auf Arran, Islay, Jura, Mull, Skye und den Orkney-Inseln. An diesem Abend geht es vor allem um die Geschmacksensorik, zum Beispiel inwieweit das Fass oder die Lage der Brennerei den späteren Whiskygeschmack beeinflusst. Außerdem widmen wir uns ein paar Nosing-Techniken.

Dieses Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff unter den Arkaden
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732B04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 12.10.24, 19.00 - 22.00 Uhr
<b>I305732B05</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 14.12.24, 19.00 - 22.00 Uhr

### Für alle Whisky-Kurse gilt:

Gebühr: 48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN)  
einschl. Getränkeumlage  
(Wird eine Anmeldung weniger als  
6 Tage vor Kursbeginn storniert,  
sind Gebühr und Umlage  
dennoch zu zahlen.)

### ● Whisky-Seminar: Fass-Stärke

Heute Abend geht es vor allem um Whiskys mit verschiedenen Fass-Stärken, also wirklich Hochprozentiges. Was ist der Geschmacksunterschied? Was bedeutet Fass-Stärke und Single Cask? Welchen Unterschied kann man schmecken, wenn man den Whisky mit Wasser auf Trinkstärke reduziert. Zum flüssigen Gold wird der Abend mit vielerlei Eindrücken aus der Welt der Whiskies untermalt.

Dieses Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten.

	Ort:	Römerberg, Zehnthaus
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732R04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 16.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr

### ● Whisky-Seminar: Halloween



Halloween ist ein ursprünglich keltisches Fest, das am heutigen Abend im Mittelpunkt steht. Insofern gibt es spezielle Halloween-Abfüllungen, andere Sonderabfüllungen, die den Abend zu einer echten Alternative zu den bekannten Halloweenparties werden lässt. Lassen Sie sich überraschen, was wir in unserer Whiskykiste für Sie bereithalten. Es werden unter Umständen nicht nur schottische Whiskies verkostet. An diesem Abend geht es vor allem um die Geschmacksensorik und welche Techniken angewendet werden, um besondere Geschmacksergebnisse zu kreieren.

Dieses Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten. Wir lassen uns jedes Jahr etwas Neues einfallen.

	Ort:	Schifferstadt, Adlerstube
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732S04</b>	Termin(e):	1 x am Do. 31.10.24, 19.00 - 22.00 Uhr

### ● Whisky-Seminar: Nikolaustasting

Dieses Tasting hat schon fast Kultstatus. Kurz vor Weihnachten klingt das Whiskyjahr mit einem besonderen Tasting aus. Am heutigen Abend werden 6 x 2 cl Whisky aus verschiedenen Whiskybrennereien verkostet. Die Schatztruhe wird geöffnet und es gibt die ein oder andere besondere Abfüllung wie z.B. Weihnachtsabfüllungen oder von unabhängigen Abfüllern wie z.B. von Cadenheads, Scots Malt Whisky Society etc. Außerdem gibt es passend zum Whisky verschiedene Schokoladensorten dazu. Lassen Sie sich überraschen, was der Nikolaus mitgebracht hat. Das schottische Lebenswasser stammt aus verschiedenen Regionen und variiert von mild bis torfig.

Dieses Seminar ist geeignet für Interessierte und Einsteiger\*innen, aber auch Liebhaber\*innen des Lebenswassers mit mehr Erfahrung kommen hier auf ihre Kosten. Wir lassen uns jedes Jahr etwas Neues einfallen.

	Ort:	Schifferstadt, Adlerstube
	Referent/in:	Kerstin und Martin Scholl
	Gebühr:	48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN) einschl. Getränkeumlage
<b>I305732S05</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 29.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr

## Unser Tipp

Wie wäre es mit einem  
Geschenkgutschein  
der vhs?

## Verschenken Sie Bildung!

Sie können bei uns einen Gutschein über einen bestimmten Betrag, einen Kurs oder Einzelveranstaltungen erhalten.

Wir informieren und beraten Sie gerne persönlich oder unter Telefon 0621 5909 3500.





## Sprachen und Integration

©AdobeStock\_Kateryna Kovarzh

Herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Sprachkompetenzen ermöglichen das Verfolgen beruflicher Ziele, vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern Offenheit gegenüber anderen Kulturen. Sie sind ein Schlüssel der Integration und eine Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft.

Integration zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzt die vhs den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

- Sprache und Film
- Sprache und Kochen
- Sprache und Spielen
- Buch-Clubs
- Improtheater auf Englisch
- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Spanisch
- Sprachen der Welt
- Deutsch als Zweitsprache
- Integration

*...damit wir uns  
richtig verstehen!*

# Sprachen lernen mit System - Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)

Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs Stufen, denen unsere Kurse zugeordnet sind und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht. Jede Stufe hat definierte Lernziele für die Bereiche Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen. Die Beschreibung der Stufen gibt Ihnen Orientierung für die Selbsteinschätzung Ihrer Sprachkompetenz und hilft Ihnen, den richtigen Kurs zu finden.

<b>A1</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten.
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann kurze, einfache Postkarten schreiben und Formulare ausfüllen.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann mich in knappen Worten verständigen.
<b>A2</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann das Wesentliche in kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen verstehen.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann kurze, einfache Texte lesen (z. B. Anzeigen, persönliche Briefe).
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann mich mit einer Reihe von Sätzen in einfachen Situationen des Alltags verständigen.
<b>B1</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann Texte verstehen, in denen sehr gebräuchliche Alltags- oder Berufssprache vorkommt.
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann einfache, zusammenhängende Texte über vertraute Themen schreiben.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuelle Ereignisse teilnehmen.
<b>B2</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann längeren Redebeiträgen und den meisten Fernsehsendungen und Spielfilmen folgen, wenn das Thema einigermaßen vertraut ist.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann Artikel, Berichte und literarische Prosatexte lesen.
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann detaillierte Texte schreiben, z. B. Aufsätze, Berichte oder Briefe, und darin einen Standpunkt argumentativ vertreten.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann mich recht spontan und fließend verständigen und aktiv an Diskussionen teilnehmen.
<b>C1</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann mühelos längere Redebeiträge, Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann lange, komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann mich klar und gut strukturiert über komplexe Sachverhalte ausdrücken und dabei den jeweils angemessenen Stil wählen.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann mich spontan, fließend, flexibel und präzise ausdrücken.
<b>C2</b>	<b>Hören:</b>	Ich kann ohne Schwierigkeiten gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird.
	<b>Lesen:</b>	Ich kann alle Texte mühelos lesen.
	<b>Schreiben:</b>	Ich kann anspruchsvolle, komplexe Texte verfassen und Fachtexte sowie literarische Werke zusammenfassen und besprechen.
	<b>Sprechen:</b>	Ich kann mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen beteiligen und umgangssprachliche Wendungen verwenden.

Damit Ihre Sprachkenntnisse europaweit vergleichbar und grenzüberschreitend anerkannt sind, setzt die vhs Rhein-Pfalz-Kreis den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein.

## Mit der vhs.cloud schaffen wir gemeinsam ein neues Lernerlebnis.

Mit den Kursangeboten in der vhs.cloud gehört das Lernen im digitalen Raum selbstverständlich zum vhs Weiterbildungsangebot.

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland. Sie wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband e.V. betrieben und steht allen Volkshochschulen zur Verfügung. Mit der vhs.cloud können in Blended-Learning Konzepten Präsenzkurse ergänzt werden, indem die Teilnehmer\*innen Zugriff auf weitere Inhalte zur Vertiefung, Erweiterung oder Wiederholung haben. Ein vhs.cloud Kurs kann aber auch ein reiner online Kurs sein und einen Präsenzkurs ersetzen. Sie treffen sich dann mit Ihrer Kursleitung und den anderen Teilnehmer\*innen ausschließlich im virtuellen Klassenraum.

Für eine Teilnahme in einem vhs.cloud Kurs benötigen Sie eine stabile Internetverbindung, einen PC oder Laptop mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon bzw. Headset.

Bei Fragen sind wir gerne für Sie da:  
[sabine.weber@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.weber@rheinpfalzkreis.de)



# Sprachen lernen mit unterschiedlichen Zielen

Für die Mehrzahl der Kurse gilt eine normale, durchschnittliche Lerngeschwindigkeit. Kurse mit entspanntem Lerntempo sind in ihren Kursbeschreibungen entsprechend gekennzeichnet. In diesen Kursen lassen Sie sich Zeit und lernen schrittweise mit vielen Wiederholungen und Übungen, ohne dass bis zu einem bestimmten Zeitpunkt ein festgelegtes Lernziel erreicht werden muss.



Neue Konzepte und Angebote finden Sie mit dieser Kennzeichnung.



Kurse, die darauf fokussieren vorhandenes Wissen aufzufrischen und lebendig zu halten.



Kurse mit dem Fokus auf Sprechfertigkeit und den mündlichen Austausch über aktuelle und interessante Themen.



Landestypische Rezepte zubereiten und dabei die Fremdsprache anwenden und Neues lernen.



Unsere online Kurse finden vorzugsweise in der vhs.cloud statt. Sie benötigen dafür eine stabile Internetverbindung, Laptop oder PC mit Kamera und Mikrofon bzw. Headset.



Lernen ganz nebenbei: Mit speziellen Angeboten wie z.B. Filme im Original oder dem Improtheater verbessern Sie so „ganz nebenbei“ Ihre Sprachkenntnisse.



Wenn Sie vor Anmeldung eine Beratung wünschen, dann wenden Sie sich gerne an Sabine Weber, (Mo.- Do. vormittags) [sabine.weber@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.weber@rheinpfalzkreis.de) oder Tel. 0621 5909 3470



## Was kostet mein Kurs?

Mit min. 4 und max. 12 Teilnehmenden findet unser Unterricht in kleinen Lerngruppen statt.

Für die Berechnung der Gebühr gilt die Zahl der Anmeldungen am ersten Kurstermin. Kurse unter 4 Teilnehmenden werden in der Regel abgesagt.

Kursgebühren für einen Kurs mit 10 Terminen: 55,00 (ab 8 TN) | 81,00 (6-7 TN) | 97,00 (5 TN) | 140,00 (4 TN)

Bei abweichender Terminanzahl finden Sie die Gebühr direkt unter der Kursbeschreibung.

## Was Sie suchen ist nicht dabei?

Auf unserer Homepage [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de) finden Sie immer die aktuellsten Kursangebote.

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf – wir richten auch bei ausreichender Nachfrage neue Kurse für Sie ein!

Sabine Weber, 0621 5909 3470 [sabine.weber@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.weber@rheinpfalzkreis.de)

## Welcher Kurs ist der richtige für mich?

Damit Sie sich weder unter- noch überfordert fühlen, ist die Wahl des richtigen Kurses ein wichtiger erster Schritt. Wir unterstützen Sie dabei.

### Selbsteinschätzung und online Einstufungstest

Auf unserer Internetseite finden Sie unter dem Reiter „**Tests, Prüfungen und Zertifikate / Sprache**“ Sprachen, die Online-Einstufungstests. Das Ergebnis des kostenlosen Online-Einstufungstests gibt Ihnen eine Antwort, auf welchem Sprachniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen Ihre Sprachkenntnisse einzuordnen sind. Den Einstufungstest finden Sie auch unter [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

Unsere Sprachkurse sind nach den Kompetenzstufen A1 bis C1 entsprechend dem „**Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen**“ GER sortiert. Ergänzend zum Sprachniveau ist bei vielen Kursen angegeben, ob der jeweilige Kurs im ersten, zweiten oder dritten Drittel der Niveaustufe einzuordnen ist, also beispielsweise A1.1; A1.2 oder A.1.3.

Auf Seite 64 finden Sie eine Hilfe zur ersten groben Selbsteinschätzung Ihres Sprachniveaus.

Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst, wenn Sie genau wissen, dass der von Ihnen gebuchte Kurs stattfindet.



Aktuelle Informationen auf der Homepage der vhs Rhein-Pfalz-Kreis [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de) bzw. des Kinos [capitol-limburgerhof.com](http://capitol-limburgerhof.com) oder [kultic-limburgerhof.de](http://kultic-limburgerhof.de)

## Sprache und Film

### ● OmU Kino mit Input

In Kooperation mit dem Verein KultiC e.V. (Kultur im Capitol in Limburgerhof) bietet Ihnen die vhs Rhein-Pfalz-Kreis monatlich Filme in der Originalsprache mit deutschem Untertitel an.

Das OmU-Kino (Original mit Untertitel) öffnet seine Türen ab 19:00 Uhr. Um 19:30 Uhr gibt es durch eine\*n Sprachdozent\*in eine kurze Einleitung in der jeweiligen Fremdsprache zum Film, bei der Sie mehr zum Hintergrund, Entstehung, eventuellen Auszeichnungen etc. des Films erfahren können.

Im Anschluss an den Film besteht die Möglichkeit zum Gespräch im denkmalgeschützten Kinofoyer aus den 50er Jahren.

Eintritt 9 EUR. KultiC-Vereinsmitglieder bzw. registrierte Sprachkursteilnehmer\*innen zahlen 6 EUR.

Der Eintritt für Schülerinnen und Schüler ist bei Vorlage eines Schülersausweises ebenfalls ermäßigt (6 EUR statt 9 EUR). Lehrkräfte haben kostenlosen Eintritt, wenn Sie mit mindestens fünf Schüler\*innen ins Kino kommen.

### Die geplanten Termine für unser OmU Kino sind folgende

07.11.2024	Spanisch	Radical
21.11.2024	Englisch	Wicked Little Letters
05.12.2024	Französisch	Cocoricó
19.12.2024	Italienisch	C'è ancora domani

Aktuelle Informationen auf [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) bzw. auf der Homepage des Kino Capitol in Limburgerhof

Eine Anmeldung bei der vhs ist nicht erforderlich.



### Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis im Internet!

- mit aktuellem Semesterprogramm - Nutzen Sie die Online-Anmelde-möglichkeit unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



## Englisch

### Angebot der Jungen vhs

#### ● Elmer the elephant: Vorlesenachmittag für Kinder auf Englisch und Deutsch

Neu in der Gemeindebücherei in Mutterstadt! Das Angebot wird zweisprachig angeboten - die Kinder können die Geschichte auf Englisch und auf Deutsch erleben und vielleicht sogar ein einige Wörter in der Fremdsprache erlernen!

#### Elmer the Elephant

Elmer is an elephant and lives with many other elephants. All of them are grey, but Elmer is not. He is colourful and the others laugh at him. „You are not like us. You are different“, they say. So Elmer becomes unhappy and leaves the herd. Joe, a good friend of Elmer's, will tell Elmer's story and his adventures. He will also tell how he came back to the herd and how everything had a very happy end. So Elmer's story shows that being different is totally fine. It's up to us how we handle this in a good way.

At the end of the reading kids can act themselves. They can have a look into books about Elmer, they can color Elmer or make some things. For children aged 4 and over.

#### Elmar, der Elefant

Elmar ist ein Elefant und lebt mit vielen anderen Elefanten zusammen. Sie alle sind grau, aber Elmar nicht. Er ist bunt und die anderen lachen ihn aus. „Du bist nicht wie wir. Du bist anders“, sagen sie. So wird Elmar unglücklich und verlässt die Herde. Joe, ein Freund von Elmar, erzählt Elmars Geschichte und seine Abenteuer. Er erzählt auch, wie Elmar zur Herde zurückkehrt und alles sehr gut ausgeht. So zeigt Elmars Geschichte, dass es vollkommen in Ordnung ist, verschieden zu sein. Es liegt an uns, wie wir damit gut umgehen. Nach dem Vorleseteil können die Kinder selbst aktiv werden. Sie können sich Bücher über Elmar anschauen, sie können Elmar anmalen und manche Dinge basteln.

Für Kinder ab 4 Jahre. Der Dozent stellt das Material zur Verfügung.

	Ort:	Mutterstadt, Gemeindebibliothek
	Referent/in:	Dr. Joachim Feldes
	Gebühr:	8,00 € (Junge vhs - Kurse sind nicht ermäßigbar.)
<b>1909406M01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 08.11.24, 15.30 - 17.00 Uhr

### Englisch für Anfänger\*innen - A1

Mit Erreichen des Sprachniveaus A1 können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

#### ● Join us! - Englisch für Anfänger\*innen A1



Dieser Kurs richtet sich an Anfänger\*innen ohne oder mit nur ganz geringen Vorkenntnissen. Wir arbeiten uns entspannt durch das Buch „At your Leisure - Englisch mit Zeit und Muße“ A1 und bauen uns in gemüthlicher Runde spielerisch ein stabiles Fundament für ein brauchbares Alltagsenglisch, das uns zu einfachen Unterhaltungen befähigt.

Lerntempo: entspannt

At your leisure. Englisch mit Zeit und Muße A1, Hueber Verlag, ISBN 978 3 19 009599 5, ab Lektion 1

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
	Referent/in:	N.N.
	Gebühr:	61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)
<b>1406101D01</b>	Termin(e):	11 x ab Do. 05.09.24, 10.15 - 11.45 Uhr
	Ort:	Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
	Referent/in:	N.N.
	Gebühr:	66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>1406101N01</b>	Termin(e):	12 x ab Di. 03.09.24, 11.15 - 12.45 Uhr

Wenn Sie vor Anmeldung eine Beratung wünschen, dann wenden Sie sich gerne an Sabine Weber, (Mo.- Do. vormittags) [sabine.weber@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.weber@rheinpfalzkreis.de) oder Tel. 0621 5909 3470

## ● Englisch A1.1 Folgekurs

Dieser Kurs ist der erste Folgekurs des im Januar gestarteten Kurses für absolute Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse. Mit dem Buch First Steps von Let's Enjoy English bauen wir uns ein stabiles Grundgerüst in der englischen Sprache auf. In diesem Kurs geht es weiter mit den Grundlagen der englischen Sprache - Quereinsteiger mit ganz wenigen Vorkenntnissen sind willkommen.

*Let's Enjoy English, First Steps, Klett Verlag; Beendigung des Kursbuchs und Übergang zum neuen Buch A1*

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Sibilla Besser-Dieckmann
	Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)
<b>I406101E03</b>	Termin(e): 11 x ab Mi. 18.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Englisch A1.2

Wir trainieren in entspannter Atmosphäre vorwiegend Aussprache und Grammatik im Anfängerbereich. Das Vokabular ist übersichtlich und orientiert sich an den kulturellen Themen und Alltagssituationen, die in unserem Kursbuch „Let's Enjoy English A1.1“ aufgegriffen werden. Sie lernen sich vorzustellen, über sich selbst und Ihre Familie zu sprechen, Wohnungsumfeld und Arbeitsalltag zu beschreiben, erste Verabredungen im privaten Bereich zu treffen.

Der Einstieg ist auch für Anfänger jederzeit noch möglich.

*Let's Enjoy English A1.1, Klett Verlag, ISBN 978-312-501630-9, voraussichtlich ab Lektion 10*

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff unter den Arkaden
	Referent/in: Bhavna Mehta
<b>I406121B07</b>	Termin(e): 10 x ab Mi. 04.09.24, 16.00 - 17.30 Uhr

## ● Englisch A1.2 Folgekurs

Dieser Kurs ist der 2. Folgekurs des im Herbst 2023 gestarteten Anfängerkurses.

Mit dem Buch First Steps von Let's Enjoy English bauen wir uns ein stabiles Grundgerüst in der englischen Sprache auf.

*Let's Enjoy English, First Steps, Klett Verlag, voraussichtlich ab Lektion 4*

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Dr. Joachim Feldes
<b>I406121S04</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 02.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr

## ● Englisch A1.3/ A2.1

Wir werden in diesem Kurs das Buch „At your leisure - English mit Zeit und Muße A1“ abschließen und erreichen das Sprachniveau A2.1. Im Fokus stehen sprachliche Situationen wie Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies/Neigungen und Interessen sprechen, Gesundheitsbeschwerden benennen, ein Hotel buchen und einchecken, Reklamationen vornehmen, Wünsche formulieren und über Probleme berichten.

*restliche Lektionen im A1 Buch ISBN 978 3 19 009599 5 und Übergang auf das neue Buch At your leisure, English mit Zeit und Muße A2, ISBN:9783191095994, Hueber Verlag, ab Lekt. 1*

	Ort: Maxdorf, Haus im Horst, OG
	Referent/in: N.N.
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I406132L08</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr

## A2

Mit Erreichen des Sprachniveaus A2 können Sie Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

## Englisch A2.1

Mit "Let's Enjoy English A2.1" als Grundlage arbeiten wir uns entspannt durch die Inhalte des Buches. Der Unterricht ist lebendig und wird durch Spiele, Rollenspiele, Zusatzübungen und Wiederholungen ansprechend gestaltet. Über das Buch hinaus werden viele zusätzliche Materialien eingesetzt - auch über die vhs.cloud. Vorkenntnisse erforderlich. Quereinsteiger nach Rücksprache, Einstufungstest bzw. abgeschlossenem A1 Niveau sind herzlich willkommen.

(Fortsetzungskurs des bisherigen Mutterstädter Kurses.)

*Let's enjoy English A2.1, Klett Verlag; ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-501638-5*

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Sabine Weber
	Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7TN) / 107,00 € (5TN) / 154,00 € (4 TN)
<b>I406211K10</b>	Termin(e): 11 x ab Mi. 04.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Den Vokabeln auf der Spur! - Lernstrategien

Egal welche Sprache ich lerne - Vokabeln gehören immer dazu. Aber wie mache ich das sinnvoll und vor allem nachhaltig? Welche Vokabeln sollte ich lernen? Welche Lernmethoden gibt es denn? Mehr als Apps, Karteikarten, Golden List und Vokabelheft? Und welche dieser Methoden ist für mich sinnvoll? Wie lange sollte ich pro Tag lernen? Wie kann ich mir endlich Wörter merken, die einfach nicht in meinem Kopf bleiben wollen? In einer Stunde sind wir dem besseren Vokabeln lernen auf der Spur!

Der Kurs findet in der vhs.cloud über die Konferenzschaltung statt. (Bitte 15 min zeitlichen Puffer zum Ende der Onlinesitzung einplanen.)

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, Laptop, PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon

	Ort: Online
	Referent/in: Saskia Müller
	Gebühr: 10,00 €
<b>I400999Z03</b>	Termin(e): 1 x am Do. 12.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Let's Enjoy English A2.2

Mit Let's Enjoy English erarbeiten wir uns Schritt für Schritt die Grundlagen der englischen Sprache. Vorkenntnisse sind Voraussetzung für die Teilnahme. Quereinsteiger sind nach Rücksprache herzlich willkommen. Folgekurs.

*Let's enjoy English A2.2 Klett Verlag ISBN 978-3-12-501638-5*

	Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
	Referent/in: Uwe Schulz
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (7 TN) / 117,00 € (6 TN) / 168,00 € (5 TN)
<b>I406231N12</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

## ● Englisch A2.3 (Refresher)

Lerntempo: entspannt

*Great A2, Klett Verlag, 2nd Edition. Voraussichtlich ab Lektion 8*

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Uwe Schulz
	Gebühr: 72,00 / 105,00 € (6-7 TN) / 126,00 € (5 TN) / 182,00 € (4 TN)
<b>I406232S06</b>	Termin(e): 13 x ab Mo. 02.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr



Foto von Marcin Nowak auf Unsplash

Nehmen Sie sich ein wenig Zeit und überprüfen Sie Ihr aktuelles Sprachniveau **vor der Anmeldung mit dem kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest.** Mit Kenntnis Ihrer Niveaustufe in der jeweiligen Fremdsprache finden Sie den für Sie passenden Kurs. Gehen Sie dazu auf unsere Homepage **www.vhs-rpk.de** oder auf **www.sprachtest.de** Wir beraten Sie bei weiteren Fragen gerne.



**Tea & Scones - A Celebration of British Afternoon**

*Nebenbei  
Kochen & Sprache*

Afternoon Tea is a British ritual. It is a mini-meal in the late afternoon, which is meant to be bridging the time until dinner at 8 p.m. Scones are very often part of the afternoon tea. They are served with clotted cream and jam - but there are many more variants, which we will get to know in this course: plain, with dried fruit, with cheddar, herbs etc. While cooking and preparing we will be talking about the recipes, tea and this British tradition.

Learn more about this British ceremony, activate your English and find an opportunity to talk - and last but not least have fun and enjoy a good cup of tea and delicious scones. Suitable for vegetarians.

Your level of English should be on a good basic/ intermediate level (A2/B1). Please bring some boxes for left overs.

A lump-sum for food of 3-5 EUR will be paid directly to the teacher.

	Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in:	Saskia Müller
	Gebühr:	10,00 / 14,00 € (6-7 TN) / 17,00 € (5 TN) / 24,00 € (4 TN)
<b>1406299K01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 24.09.24, 17.00 - 19.30 Uhr
	Ort:	Maxdorf, G8-Gymnasium, Küche
<b>1406299L01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 12.11.24, 17.00 - 19.30 Uhr
	Ort:	Mutterstadt, IGS
<b>1406299M01</b>	Termin(e):	1 x am Di. 08.10.24, 17.00 - 19.30 Uhr

**High Noon English - Review A2/B1**

*Neu*

Der kurze Wiederholungsband Review A2 festigt die Inhalte von A2 und bereitet Lernende auf B1 vor. Ideal für Wiedereinsteiger! Sollte der Auffrischungsband A2 durchgearbeitet werden können, würde die Gruppe dann auf das nächsthöhere Level wechseln, um mit „Let's Enjoy English B1“ fortzufahren bzw. nach Absprache mit einem anderen Buch.

Let's Enjoy English Review A2, Klett Verlag, ISBN 978-312-501642-2 und später Übergang zu Let's Enjoy English B1 ISBN 978-3-12-501644-6

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff unter den Arkaden
	Referent/in:	Monica Christina Rodermund
<b>1406311B02</b>	Termin(e):	10 x ab Do. 26.09.24, 12.00 - 13.30 Uhr

**Kursgebühren für 10 Termine:**  
55,00 / 81,00 € (6-7 TN)  
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)  
Es gilt die Zahl der Anmeldungen am ersten Kurstermin.

**B1**

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B1 können Sie in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

**Knitting club - let's talk and knit or crochet**

*Konversation  
Neu*

English Conversation - all wool and a yard wide.

Whether knitting, crocheting or embroidering, do you enjoy needlework and would also like to brush up on your English? Then come to our „Knitting Club“. We will meet to make a beautiful scarf of your choice.

There are three variations to choose from in three levels of difficulty - please make your choice in advance of the course so that we can get started straight away on the first course date. Of course, you can also contribute your own ideas or find inspiration in the store. Wool and materials should be purchased directly from the store „Das Tapfere Schneiderlein“.

We will chat in English during the needlework and perhaps exchange a few needlework tips and ideas. The instructor will provide inspiration for interesting topics in the foreign language and give linguistic feedback.

Ihr Sprachniveau sollte auf Niveau B1 oder einer guten A2 sein.

Wir treffen uns in der Kaffee-Ecke des Handarbeitsgeschäfts „Das Tapfere Schneiderlein“ in Limburgerhof, Burgunderplatz 6.

Die Kooperation zwischen dem Tapferen Schneiderlein und der vhs Rhein-Pfalz-Kreis bedingt, dass die Teilnehmer\*innen Wolle, Garn und Material bitte im Geschäft „Das Tapfere Schneiderlein“ Limburgerhof kaufen.

	Ort:	Limburgerhof, Das Tapfere Schneiderlein
	Referent/in:	Saskia Müller
	Gebühr:	22,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 39,00 € (5 TN) / 56,00 € (4 TN) + Material
<b>1406379K02</b>	Termin(e):	4 x ab Fr. 08.11.24, 16.00 - 17.30 Uhr

**Englisch am Vormittag - 55+ (B1)**

In this course you will be practising listening and speaking, revise grammar structures and extend vocabulary. Our focus will be on spontaneous conversation.

Angesprochen sind insbesondere Teilnehmende ab 55+ mit Vorkenntnissen entsprechend der Niveaustufe A2/B1. Lerntempo: entspannt.

Go for it B1, Hueber Verlag, ab Lektion 1

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff unter den Arkaden
	Referent/in:	Ulrike Breit-Veil
<b>1406312B14</b>	Termin(e):	10 x ab Mi. 18.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

**Englisch B1.2 Standard**

Lerntempo: entspannt

English Next, B1/2, Hueber Verlag

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Dr. Joachim Feldes
<b>1406312S12</b>	Termin(e):	10 x ab Di. 03.09.24, 11.00 - 12.30 Uhr

**Englisch B2 Standard**

voraussichtlich Go for It, Hueber Verlag

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, EG
	Referent/in:	Dr. Joachim Feldes
<b>1406321D1</b>	Termin(e):	10 x ab Do. 05.09.24, 08.15 - 09.45 Uhr



## ● Englisch am Vormittag - young at heart B1.2

We will probably be working with our course book Go for It! - B1 until the end of the year - lessons 9-12. It is possible to join us any time! Neben dem Lehrbuch wird der Unterricht durch verschiedene authentische Texte aus der Presse/BBC News oder CNN auch interessante Artikel aus den Magazinen Spotlight und World Press ergänzt. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Go for It! - B1 Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-002940-2 (letzte Lektionen 11/12); möglicherweise Beendigung des Buches und evtl. Wechsel auf neues B2 Buch

Ort: Bobenheim-Roxheim,  
Kurpfalztreff unter den Arkaden

Referent/in: Monica Christina Rodermund

I406322B14 Termin(e): 10 x ab Do. 26.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

## ● English B1.3

Learning and practising English in a relaxed atmosphere: a mix of learning on the basis of the course book and talking about topics and recent events in the English speaking world. We work with newspaper articles, songs, poems, inspiring pictures and many other additional material on regional studies and focus on free conversation as well as our study book. In addition, we prepare and have follow-up discussions on the „OmU-movies“ (films in original language with German subtitle/ Capitol Limburgerhof) which we watch regularly.

Lerntempo: entspannt

Fairway 2; ab Unit 12/13

Ort: Altrip, Max-Schule

Referent/in: Annette Neidlinger-Hefe

I406332A15 Termin(e): 10 x ab Di. 24.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

## ● Talking Time - English Conversation B1/B2 Conversation

We love to talk! A conversation class in a relaxed and friendly atmosphere. This course is a fun way to practice and improve your speaking and listening skills and promotes interesting conversation for students. Feel free to join us when your level of English understanding is B1 / B2.

Class will take place during autumn holidays.

Ort: Altrip, Max-Schule

Referent/in: Samantha Beadle

I406372A06 Termin(e): 10 x ab Fr. 06.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

## ● English in Practice B1/B2

**Konversation**

Do you want to refresh your English skills? Come and join our lively conversation course. We talk about current topics, read short articles, short stories and song lyrics.

Sometimes we visit an English film or theatre together. Material will be distributed in class. We look forward to meeting you!

Voraussetzung für die Teilnahme: Fortgeschrittene Kenntnisse der englischen Sprache

Lerntempo entspannt

Ort: Großniedesheim, Friedenshalle

Referent/in: Margarete Durand

I406372H10 Termin(e): 10 x ab Mo. 07.10.24, 17.30 - 19.00 Uhr

Wenn Sie vor Anmeldung eine Beratung wünschen, dann wenden Sie sich gerne an Sabine Weber, (Mo.- Do. vormittags) [sabine.weber@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.weber@rheinpfalzkreis.de) oder Tel. 0621 5909 3470

Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst, wenn Sie genau wissen, dass der von Ihnen gebuchte Kurs stattfindet.



Foto: Depositfoto

## ● Early Bird English: Conversation in the morning

**Neu**  
**Online**  
**Konversation**

Start your day off right with our Early Bird

English Conversation course designed for busy professionals who want to improve their English speaking skills before heading to work. This course is perfect for individuals who have limited time but are committed to enhancing their language proficiency in a supportive and interactive environment. Course objectives:

Improve spoken English fluency and pronunciation, expand vocabulary, enhance listening comprehension skills and build confidence.

Recommended Level B1/ B2

Ort: Online

Referent/in: Saskia Müller

Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) / 39,00 € (5 TN) / 56,00 € (4 TN)

I406379Z01 Termin(e): 8 x ab Do. 19.09.24, 07.00 - 07.45 Uhr

## ● Let's play board games in English

**Nebenbei** **Neu**

Haben Sie mal wieder Lust auf einen Spieleabend? Do you fancy a game night again? We play board games like Taboo, Scrabble, Outburst, etc. But in English! Improve your English language skills through playing!

Recommended level: B1/B2

Ort: Mutterstadt, IGS

Referent/in: Saskia Müller

Gebühr: 10,00 / 12,00 € (6-7 TN) / 15,00 € (5 TN) / 22,00 € (4 TN)

I406389M02 Termin(e): 1 x am Fr. 08.11.24, 19.00 - 21.15 Uhr



Foto: Depositfoto



### ● She-Reads-Club (online): The English Book Club for Women

Neu Online

Are you passionate about reading and looking to improve your English skills? Do you like reading modern, light, bestseller-listed, and joyful literature? Join our She-Reads-Club and embark on an exciting journey through the world of modern English literature! In this course, you will:

- Present your favourite books to other course participants
- Read and discuss English-language books chosen by the class
- Engage in lively conversations with fellow book club members, sharing insights and perspectives
- Expand your vocabulary and improve your comprehension through guided discussions and activities
- Enhance your speaking and listening skills in a supportive and interactive environment.

Don't miss out on this opportunity to enrich your language skills while exploring captivating stories and ideas! Sign up now and let the journey begin!

The online meetings will take place every two weeks: sept 19, oct 2, oct 30, nov 13, nov 27, dec 12

Recommended language level: B1

Ort:	Online
Referent/in:	Saskia Müller
Gebühr:	33,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 59,00 € (5 TN) / 84,00 € (4 TN)
I406386Z01	Termin(e): 6 x ab Mi. 18.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● American Pumpkin Pie - Thanksgiving in the US

Kochen & Sprache

Neu

We will prepare a traditional pumpkin pie. One of many traditional dishes served on Thanksgiving. While cooking and preparing you will have enough time for some chit chat and learn something about the important holiday in the USA and of this tasty meal. Suitable for vegetarians!

Your level of English should be on an intermediate level (B1/ B2).

Please bring some boxes for left overs. Please bring something to drink.

Eine Lebensmittelpauschale von 6 EUR wird direkt von der Dozentin eingesammelt.

Ort:	Dudenhofen, Realschule plus
Referent/in:	Saskia Müller
Gebühr:	12,00 / 17,00 € (6-7 TN) / 20,00 € (5 TN) / 29,00 € (4 TN)
I406399D01	Termin(e): 1 x am Do. 28.11.24, 17.30 - 20.30 Uhr



### ● Harry Potter loves Treacle Tart

Neu Kochen & Sprache

We will prepare a wonderful Treacle Tart! Treacle Tart is a classic British dessert, beloved for its rich, sweet filling made from golden syrup, breadcrumbs, and lemon zest or ginger, all encased in a buttery shortcrust pastry. This comforting treat, often served with clotted cream or ice cream, has a unique, caramel-like flavor that has delighted palates for generations. No wonder that this was Harry Potter's favourite dessert.

While cooking and preparing you will have enough time for some chit chat and listen to some excerpts from the Harry Potter novel (The philosopher's Stone) and learn something about this tasty dessert.

Suitable for vegetarians!

Your level of English should be on an intermediate level (B1/ B2).

Please bring some boxes for left overs. Please bring something to drink.

Eine Lebensmittelpauschale von 6 EUR wird direkt von der Dozentin eingesammelt.

Ort:	Mutterstadt, IGS
Referent/in:	Saskia Müller
Gebühr:	12,00 / 17,00 € (6-7 TN) / 20,00 € (5 TN) / 29,00 € (4 TN)
I406399M02	Termin(e): 1 x am Do. 14.11.24, 17.30 - 20.30 Uhr

### ● Trick or Treat - delicious Halloween

Kochen & Sprache

Neu

Delicious Halloween: typical Halloween treats and interesting customs in the US. We will prepare Spider cupcakes, Pumpkin Cookies, candy apples and the famous witch's brew punch.

While cooking and preparing you will have enough time for some chit chat and learn something about the important holiday in the USA. Suitable for vegetarians!

Your level of English should be on an intermediate level (B1/ B2).

Please bring some boxes for left overs. Please bring something to drink.

Eine Lebensmittelpauschale von 6 EUR wird direkt von der Dozentin eingesammelt.

Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kurpfalzschule
Referent/in:	Saskia Müller
Gebühr:	12,00 / 17,00 € (6-7 TN) / 20,00 € (5 TN) / 29,00 € (4 TN)
I406399D03	Termin(e): 1 x am Di. 29.10.24, 17.30 - 20.30 Uhr



Nehmen Sie sich ein wenig Zeit und überprüfen Sie Ihr aktuelles Sprachniveau **vor der Anmeldung mit dem kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest.** Mit Kenntnis Ihrer Niveaustufe in der jeweiligen Fremdsprache finden Sie den für Sie passenden Kurs.

Gehen Sie dazu auf unsere Homepage [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) oder auf [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

Wir beraten Sie bei weiteren Fragen gerne.

## B2

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B2 können Sie fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen äußern und Vor- und Nachteile abwägen.

### ● B2 - English Conversation for Advanced Learners

*Konversation* **Neu**

Let's talk English! Do you want to have fun speaking English? Then come and join us! We will have interesting conversations about almost anything - from your hobbies and interests to current events in the news... and much, much more.

Class will take place during autumn holidays.

	Ort: Limburgerhof, Gemeindebücherei
	Referent/in: Samantha Beadle
<b>I406472K01</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 02.09.24, 11.00 - 12.30 Uhr

### ● Role play and impro theatre for beginners

*Nebenbei* **Neu**

In this course you will improve your English skills through acting in role plays and small impro games. You do not need any prior knowledge. Just come and be open-minded. Enjoy the fun! Wear comfortable clothes.

Your level of English should be on an intermediate level (B2).

Improvisation theatre means that the conversation is created spontaneously without a script or a predetermined storyline but with helpful clues and outlines. The participants create scenes on the spot - it emphasizes creativity, quick thinking, teamwork and the ability to adapt to unexpected situations. Perfect for the simulation of real-life situations that you encounter when speaking a foreign language.

	Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, Mehrzweckraum, Eingang Schifferstadter Straße 4, links neben der Kulturhalle
	Referent/in: Saskia Müller
	Gebühr: 12,00 / 17,00 € (6-7 TN) / 20,00 € (5 TN) / 29,00 € (4 TN)
<b>I406399W01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 23.11.24, 14.00 - 17.00 Uhr

### ● Englisch B2 Standard

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Christina Poggel
	Gebühr: 44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 78,00 € (5 TN) / 112,00 € (4 TN)
<b>I406421M10</b>	Termin(e): 8 x ab Mi. 04.09.24, 18.45 - 20.15 Uhr

### ● Let's talk: English for Refresher B2

*Auffrischung*

We talk about any topic of interest, either based on what is happening in our area or the world. We laugh a lot, sometimes listen to music, and also to texts presented by native speakers to improve our listening comprehension. We also do a bit of grammar. In our discussions we learn about differences between Germany and other cultures, especially in English speaking countries.

Voraussetzungen für die Teilnahme: Bereitschaft zum Sprechen, B2 Niveau  
Eingesetzte Materialien: aktuelle Texte aus unterschiedlichen Medien; Audio-Material (B2.2)

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Jutta Blankenburg
<b>I406451M12</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 23.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

### ● English - Refresher Course B2

Lerntempo: entspannt

A new Start - Refresher B2, Cornelsen Verlag; voraussichtl. ab Lektion 7 oder 8; Zusatzmaterialien wie Murphy: English Grammar in Use; Spotlight; BBC 6 mins English werden in den Kurs integriert.

	Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
	Referent/in: Dr. Joachim Feldes
<b>I406452N18</b>	Termin(e): 10 x ab Di. 03.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr



Foto-Depositfoto

### ● The Art of Small Talk: Building Connections with Confidence - B2 (online)

**Neu** *Online*

Not only business professionals quite often encounter situations in their life in which they manage their job-related topics or topics of interest quite well in English - but what about the breaks from the official talks?

Small talk with your business partners or colleagues from abroad is sometimes a big challenge. How do you start off with a general conversation, move on to a more personal topic, create a relaxed atmosphere and find subjects of common interest? What could you do to break the ice and to let conversation flow easily?

In this course you will train and improve your small talk skills. Get to know key phrases and dialogues and exercise dialogues that you could use in your future (business) conversations.

Your level of English should be on a B2 level.

The course will take place via zoom.

	Ort: Online
	Referent/in: Bhavna Mehta
	Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (5 TN) / 75,00 € (4 TN)
<b>I406466Z01</b>	Termin(e): 8 x ab Di. 29.10.24, 20.00 - 21.00 Uhr

### ● English Conversation B2

*Konversation*

We read novels together, short stories, recent newspaper reports. We talk about festivals, traditions, cultural aspects of different countries and we try to find a good combination of talking about literature and other aspects the participants are interested in. Come and join our conversation.

	Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule, hinteres Schulhaus, Saal 20
	Referent/in: Kerstin Scholl
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (7 TN) / 117,00 € (6 TN) / 168,00 € (5 TN)
<b>I406471W16</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## C1

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus C1 können Sie mühelos längere Redebeiträge und lange, komplexe Sachtexte verstehen. Sie können sich klar und gut strukturiert ausdrücken, sowie spontan, fließend und präzise kommunizieren.

### ● English B2/C1 - Conversation for advanced learners

*Konversation*

You should have a good standard of conversational English and wish to improve and practice through talking, listening and reading. Many different topics will be discussed and magazine and newspaper articles will be read. Come along and have fun speaking English in a relaxed atmosphere!

Recommended Level: B2/C1; (Jahnstraße 4, Mutterstadt)

Lerntempo: entspannt

	Ort: Mutterstadt, Seniorentreff
	Referent/in: Michelle Poulton
<b>I406472M11</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr



## ● Conversational Mastery: English for advanced learners B2/C1 (online)



Join our captivating discussions on contemporary global issues, learn to express your critical thinking in authentic English, improve your discussions skills through stimulating debates and elevate your fluency.

Be part of a dynamic group talking about international issues in English. We refer to press articles, internet articles or various podcasts. We focus on speaking and listening comprehension.

This course will take place every second week via the vhs.cloud.

Ort:	Online
Referent/in:	Michelle Poulton
Gebühr:	28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 49,00 € (5 TN) / 70,00 € (4 TN)
<b>I406476Z04</b>	Termin(e): 5 x ab Mi. 18.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr



## Kultic

Kultur im Capitol Limburgerhof e.V.

## ● OmU mit Input: Wicked Little Letters (Englisch)

Eine Kooperation der vhs Rhein-Pfalz-Kreis mit dem Verein Kultic - Kultur im Capitol Limburgerhof

Film in Englisch mit Untertitel in Deutsch

Ort:	Limburgerhof, Capitol LichtspielTheater
Referent/in:	Kerstin Scholl
Gebühr:	9,00 / 6,00 € (ermäßigt als vhs Teilnehmer*in/ OmU Card TN bzw. Kultic Mitglieder) / 6,00 € (Schüler*in) / 0,00 € (Lehrer*in in Begleitung von mind. 5 Schüler*innen)
<b>I406999K34</b>	Termin(e): 1 x am Do. 21.11.24, 19.00 - 21.30 Uhr

## Französisch

### Französisch für Anfänger\*innen - A1

Mit Erreichen des Sprachniveaus A1 können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

## ● Französisch für Anfänger\*innen A1



Entdecken Sie die Schönheit der französischen Sprache! In diesem Kurs werden die Grundlagen der französischen Grammatik und Aussprache kennengelernt und Sie können sich mit alltäglichen und einfachen Sätzen vertraut machen.

Voyages neu, Klett; ISBN ISBN 978-3-12-529412-7 ab Lektion 1

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Uwe Schulz
Gebühr:	72,00 / 105,00 € (6-7 TN) / 126,00 € (5 TN) / 182,00 € (4 TN)
<b>I408101S01</b>	Termin(e): 13 x ab Mo. 02.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

## ● Französisch A1.2 Folgekurs

Folgekurs des im April 2024 gestarteten Kurses für Teilnehmer\*innen mit nur ganz geringen Vorkenntnissen in Französisch, die die Sprache unseres Nachbarlandes von ganz vorne erlernen möchten. Wir machen eine Fantasiereise nach Frankreich und lernen dort einzukaufen, Essen zu gehen und unsere Garderobe zu erneuern. Zusammen testen wir verschiedene Vokabellernmethoden aus.

Voyages A1 neu, Klett Verlag ISBN 978-3-12-529412-7, Lektion 3-4.

Ort:	Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
Referent/in:	Goedele Pollentier
<b>I408111L02</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 19.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

Voyages neu A1, Klett Verlag, ab Lektion 6/7

Ort:	Mutterstadt, IGS
Referent/in:	Uwe Schulz
Gebühr:	77,00 / 113,00 € (6-7 TN) / 136,00 € (5 TN) / 196,00 € (4 TN)
<b>I408121M04</b>	Termin(e): 14 x ab Do. 05.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

## A2

Mit Erreichen des Sprachniveaus A2 können Sie Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

## ● Französisch A2.1

Für Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen in Französisch. Das Lerntempo ist entspannt.

Perspectives A1, Cornelsen Verlag. Kurs- und Übungsbuch, letzte Lektionen, evtl. Beginn mit dem neuen A2 Buch

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Marie-Laure Fargeix-Claassen
<b>I408211S10</b>	Termin(e): 10 x ab Fr. 06.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr
Gebühr:	66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I408211S12</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 10.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr
<b>I408211S20</b>	Termin(e): 10 x ab Fr. 06.09.24, 11.30 - 13.00 Uhr

## ● Französisch A2.3

Kurs mit ambitioniertem Lerntempo. Neuzugänge auf passender Niveaustufe sind willkommen.

Kursbuch Perspectives A2, Cornelsen Verlag, voraussichtlich ab Lekt. 7

Ort:	Dudenhofen, Realschule plus
Referent/in:	Marie-Laure Fargeix-Claassen
Gebühr:	66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I408232E10</b>	Termin(e): 12 x ab Mo. 09.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr



## Kursgebühren für 10 Termine:

55,00 / 81,00 € (6-7 TN)  
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

Es gilt die Zahl der Anmeldungen  
am ersten Kurstermin.

### ● Französisch A2.3 Standard

Continuons de bâtir vos connaissances « lentement mais sûrement ».

In kleinen Schritten bauen Sie Ihre Französischkenntnisse kontinuierlich aus. Sie können schon kleine Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen und sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen? Sie möchten aber Ihre vier Kompetenzen Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben in entspanntem Lerntempo erweitern und festigen, über Land und Leute mehr erfahren? Dann sind Sie bei uns richtig.

Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus

Referent/in: Marie-Sophie Brouty-Walter

I408232K17 Termin(e): 10 x ab Di. 03.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

### B1

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B1 können Sie in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

### ● Französisch für die Reise B1.2

Auf B1 Niveau angelangt üben wir die wesentlichen Dialoge denen man auf einer Reise begegnet. Mit lebendigen Themen wecken wir die Lust auf Französisch und behalten dabei typische Urlaubssituationen im Blick. Bon voyage!

Voyages B1, Klett Verlag, voraussichtlich ab Lektion 3 oder 4

Ort: Dannstadt-Schauernheim,  
Kulturhof Schrittmacher, EG

Referent/in: Marie-Laure Fargeix-Claassen

Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) /  
154,00 € (4 TN)

I408311D15 Termin(e): 11 x ab Mi. 11.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

### ● Den Vokabeln auf der Spur! - Lernstrategien

Egal welche Sprache ich lerne - Vokabeln gehören immer dazu. Aber wie mache ich das sinnvoll und vor allem nachhaltig? Welche Vokabeln sollte ich lernen? Welche Lernmethoden gibt es denn? Mehr als Apps, Karteikarten, Golden List und Vokabelheft? Und welche dieser Methoden ist für mich sinnvoll? Wie lange sollte ich pro Tag lernen? Wie kann ich mir endlich Wörter merken, die einfach nicht in meinem Kopf bleiben wollen? In einer Stunde sind wir dem besseren

Vokabeln lernen auf der Spur!

Der Kurs findet in der vhs.cloud über die Konferenzschaltung statt.  
(Bitte 15 min zeitlichen Puffer zum Ende der Onlinesitzung einplanen.)

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, Laptop, PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon

Ort: Online

Referent/in: Saskia Müller

Gebühr: 10,00 €

I400999Z03 Termin(e): 1 x am Do. 12.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

### ● Französisch B1.2 Standard

Bâtissons sur vos acquis et jouons avec la langue....

Vous pouvez lire, écrire des textes simples, vous exprimer assez spontanément sur des sujets familiers et faire part de vos expériences en français. Vous souhaitez pratiquer et parallèlement améliorer votre grammaire, enrichir votre vocabulaire, vous perfectionner à l'oral ainsi que (re)découvrir la culture et la civilisation françaises. Alors ce cours est pour vous !

Lehrmaterialien: Chapeau ! B1 (voraussichtlich ab Lektion 4)  
ISBN 978-3-19-143434-2

Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus

Referent/in: Marie-Sophie Brouty-Walter

I408321K15 Termin(e): 10 x ab Di. 03.09.24, 18.15 - 19.45 Uhr

### ● Raffraichissez votre français - B1 Französisch

*Auffrischung*

Quereinsteiger sind willkommen.

Wer vor einiger Zeit Französisch gelernt hat, aber die Fremdsprache jedoch nicht regelmäßig angewendet hat und zunächst die Kenntnisse in Ruhe wiederholen, konsolidieren und reaktivieren möchte, ist hier genau richtig.

Mit abwechslungsreichen Übungen wird Sicherheit gewonnen, individuelle Wiederholungsmöglichkeiten sind gegeben, so dass man schnell an vorhandenen Kenntnissen anknüpfen kann.

Voyages neu B1, Klett Verlag - voraussichtlich ab Lektion 9

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Marie-Laure Fargeix-Claassen

I408335W08 Termin(e): 10 x ab Do. 12.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Marie-Laure Fargeix-Claassen

I408335W19 Termin(e): 10 x ab Do. 12.09.24, 11.30 - 13.00 Uhr



Foto von Cecil Hourmau Unsplash

4

### B2

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B2 können Sie fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen äußern und Vor- und Nachteile abwägen.

### ● Französisch B2.2 Conversation

*Konversation*

Cultivez votre français !

Vous pouvez vous exprimer presque couramment en français et souhaitez pratiquer la langue tout en vous perfectionnant ? N'hésitez pas à venir nous rejoindre ! Tous les sujets nous intéressent et sont source de discussions, vous permettant d'enrichir vos connaissances, d'améliorer votre aisance à l'oral sans oublier une révision des principales structures syntaxiques et formes grammaticales si nécessaire; le tout dans une ambiance décontractée.

Die Dozentin stellt das Material.

Ort: Mutterstadt, IGS

Referent/in: Marie-Sophie Brouty-Walter

I408471M10 Termin(e): 10 x ab Mi. 04.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

## C1

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus C1 können Sie mühelos längere, komplexe Texte auf Französisch verstehen. Sie sind in der Lage sich präzise, spontan und strukturiert auszudrücken. Auf dieser Niveaustufe wird ausschließlich Französisch gesprochen

### ● Französisch C1.3 Conversation

Konversation

Echangeons, partageons, débattons...

Vous possédez de solides connaissances en français, vous permettant de vous exprimer couramment sur une grande gamme de sujets et souhaitez pratiquer? Venez nous rejoindre! Au cœur de notre programme: le plaisir de converser en langue étrangère sur des thèmes d'actualité et de société.

Die Dozentin stellt das Material (Zeitungsartikel, Gesellschaftsspiele, Videos, Lieder, usw.)

	Ort: Limburgerhof, Gemeindebücherei
	Referent/in: Marie-Sophie Brouty-Walter
<b>I408572K15</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr



**Kultic**  
Kultur im Capitol Limburgerhof e.V.

### ● OmU mit Input: Cocorico (Französisch)

Eine Kooperation der vhs Rhein-Pfalz-Kreis mit dem Verein Kultic - Kultur im Capitol Limburgerhof, Film in Französisch mit Untertitel in Deutsch

Einlass ab 19:00 Uhr. Filmbeginn: 19:30 Uhr. Im Anschluss an den Film besteht die Möglichkeit zum Gespräch im denkmalgeschützten Kinofoyer aus den 50er Jahren. Eintritt 9 EUR. Kultic-Vereinsmitglieder und registrierte Sprachkursteilnehmer\*innen zahlen 6 EUR.

	Ort: Limburgerhof, Capitol LichtspielTheater
	Referent/in: Uwe Schulz
	Gebühr: 9,00 / 6,00 € (ermäßigt als vhs Teilnehmer*in / OmU Card bzw. Kultic Mitglieder) / 6,00 € (Schüler*in) / 0,00 € (Lehrer*in Begleitung von mind. 5 Schüler*innen)
<b>I408999K33</b>	Termin(e): 1 x am Do. 05.12.24, 19.00 - 21.30 Uhr

## Italienisch

### Italienisch für Anfänger\*innen - A1

Mit Erreichen des Sprachniveaus A1 können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

### ● Italienisch für Anfänger\*innen A1

Neu

Am Ende der Stufe A1 sind Sie in der Lage, andere Menschen zu begrüßen und sich selbst vorzustellen. Sie können sehr einfache Gespräche führen, zum Beispiel über Ihre Herkunft, Familie oder Ihren Beruf. Außerdem können Sie Fragen stellen, sei es in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof oder auf dem Flughafen. Einfache Wegbeschreibungen sind ebenfalls möglich.

Azzurro A1-A2. Neubearbeitung. Kurs- und Übungsbuch mit Audio-CD.

ISBN 978-3-12-525521-0, Lektion 1 bis 5.

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Fatjola Gundersdorff
<b>I409101B01</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 09.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

### ● Italienisch A1.2

2. Folgekurs des im Januar 2024 gestarteten Kurses für absolute Anfänger\*innen.

Dieci A1, Hueber Verlag, ISBN 978-319-005647-7, voraussichtl. ab Lektion 6 oder 7

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Deborah Ferreri
<b>I409111K03</b>	Termin(e): 10 x ab Di. 03.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

### ● Italienisch A1.2 Folgekurs (online - live aus Rom)

Online

Ihre Dozentin unterrichtet Sie live aus Italien und dies ist der erste Folgekurs des im April 2024 gestarteten Kurses für absolute Anfänger\*innen.

Der Kurs richtet sich an diejenigen, die sich der italienischen Sprache nähern möchten und zielt darauf ab, den Teilnehmer\*innen den wichtigsten Wortschatz und die Grundkenntnisse der Grammatik und Redewendungen zu vermitteln. Sie werden in der Lage sein kurze Dialoge in Alltagssituationen wie Einkaufen, Auskunft, Restaurant- oder Arztbesuch durchzuführen, begleitet von praktischen Übungen.

Der Kurs wird über die vhs.cloud unterrichtet - dafür benötigen Sie eine stabile Internetverbindung, Headset/ Mikrofon und Kamera. Sie werden nach Ihrer Anmeldung von uns direkt in den vhs.cloud Kurs eingebucht.

Dieci A1, Hueber Verlag, ab Lektion 4

	Ort: Online
	Referent/in: Myriam Martone
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I409111Z07</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

### ● Non solo volare - Italienisch lernen mit Liedern

Neu Nebenbei

Dieser Kurs richtet sich an alle, die wenige Vorkenntnisse haben und gerne italienische Lieder anhören. Wir hören bekannte italienische Schlager, übersetzen, kommentieren und singen. Wir arbeiten mit Liedtexten und erlernen schöne italienische Lieder.

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Fatjola Gundersdorff
	Gebühr: 44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 78,00 € (5 TN) / 112,00 € (4 TN)
<b>I409131B01</b>	Termin(e): 8 x ab Fr. 06.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## A2

Mit Erreichen des Sprachniveaus A2 können Sie Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

### ● Italienisch A2 Standard

Erweitern Sie mit Texten, Hördialogen und Spielen Ihre Italienischkenntnisse. Die Kommunikation steht im Vordergrund und wird in Partner- und Gruppenarbeit eingeübt. In aktuellen Texten erfahren Sie Wissenswertes über Italien, seine Regionen und Kultur. Bis bald. A presto. Ciao!

Con piacere Nuovo A2 hybride Version ISBN 978-3-12-525209-7, ab Lektion 1

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Rosa Mennella
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I409211E11</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst, wenn Sie genau wissen, dass der von Ihnen gebuchte Kurs stattfindet.

Kursgebühren für 10 Termine:

55,00 / 81,00 € (6-7 TN)  
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

Es gilt die Zahl der Anmeldungen am ersten Kurstermin.

## ● Italienisch A2.1

Mit dem Lehrbuch üben wir die Sprache auf verschiedenen Kanälen. Die Grammatik wird in kleinen Schritten eingeführt und in kleinen Gruppen geübt. Im Unterricht legen wir den Schwerpunkt auf Hören und Sprechen und fördern das Mitarbeiten unter den Teilnehmern. In den 90 Minuten werden die Interaktionsformen vielfach verändert.

Quereinsteiger\*innen auf passender Niveaustufe sind willkommen.

*Dieci - lezioni di italiano A2, Hueber Verlag, ab Lektion 3*

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer  
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer

**I409211N10** Termin(e): 10 x ab Di. 10.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

## ● Italienisch A2

Am Ende der A2-Stufe sind Sie in der Lage, kurze Gespräche über alltägliche Gewohnheiten zu führen. Sie werden Vorlieben und Abneigungen ausdrücken und genaue Informationen zu verschiedenen Themen einholen können, sei es zu Wohnen, Reisen oder Freizeitaktivitäten. Außerdem sind Sie in der Lage, über gegenwärtige und vergangene Aktivitäten zu berichten, sowohl im privaten als auch im beruflichen Kontext.

Dieser Kurs wird im normalen Lerntempo durchgeführt. Nach Abschluss dieses Kurses haben Sie die Möglichkeit, in Anschlusskursen Ihre Sprachkenntnisse weiter zu vertiefen.

*Azzurro A1-A2. Neubearbeitung. Kurs- und Übungsbuch mit Audio-CD  
ISBN 978-3-12-525521-0, Lektion 6- Lektion 10*

Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus

Referent/in: Fatjola Gundersdorff

**I409212B01** Termin(e): 10 x ab Mi. 11.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

Foto: Depositfoto



## ● La canzone italiana - imparare l'italiano con i grandi classici

Online Nebenbei Neu

Italienische Lieder anzuhören ist eine fantastische Methode und Möglichkeit, um Italienisch zu lernen. Sie können somit die Sprachkenntnisse verbessern und gleichzeitig einige Besonderheiten über die italienische Kultur entdecken. Die grammatikalischen Strukturen sowie Verben und Vokabeln werden Sie sich dank der Musik viel leichter merken können.

Die Kursleiterin wird einige der beliebtesten italienischen Lieder auswählen und die Texte zur Verfügung stellen. Diese werden wir gemeinsam analysieren und auch übersetzen.

Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse auf A2/ B1 Stufe in Italienisch.

Der Kurs wird über die vhs.cloud unterrichtet - dafür benötigen Sie eine stabile Internetverbindung, Headset/ Mikrofon und Kamera. Sie werden nach Ihrer Anmeldung von uns direkt in den vhs.cloud Kurs eingebucht.

Ort: Online

Referent/in: Myriam Martone

Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 49,00 € (5 TN) / 70,00 € (4 TN)

**I409231Z03** Termin(e): 5 x ab Di. 17.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

**I409231Z04** Termin(e): 5 x ab Di. 05.11.24, 19.00 - 20.30 Uhr

## ● Italienisch A2 - Konversationskurs

Konversation

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, mit etwas fortgeschritteneren Italienischkenntnissen (A2.3). Durch Spiele, Videos und Hörverstehen werden Sie Ihre Kenntnisse vertiefen. Unser Schwerpunkt ist Kommunizieren, welches wir in einer lockeren Atmosphäre üben. *Prendi la parola!*

Dieser Kurs ist ein Folgekurs, doch ein Quereinstieg ist möglich.

Dieser Kurs arbeitet mit 2 Kursbüchern: *A voi la parola, Klett Verlag*

*ISBN 978-3-12-525574-6 und Dieci A2 (Hueber) - zweisprachige Ausgabe, ISBN 978-3-19-015647-4*

Ort: Römerberg, Haus am Lindenplatz  
Mechtersheim

Referent/in: Rosa Mennella

**I409271R16** Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

## B1

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B1 können Sie in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

## ● Italienisch B1.2 Standard

Il corso è rivolto a chi ha già raggiunto un livello di competenza linguistica B1.1 e desidera, parlando, leggendo e ascoltando, continuare a scoprire la lingua e la cultura italiana.

*Con piacere nuovo B1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525212-7, voraussichtlich ab Lektion 4*

Ort: Römerberg, Haus am Lindenplatz  
Mechtersheim

Referent/in: Rosa Mennella

**I409311R02** Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 11.30 - 13.00 Uhr

## ● Davvero italiano B1 (online)

Online

Quer- und Wiedereinsteiger, die schon einmal einen Kurs auf B1 Niveau besucht, aber dieses Level noch nicht abgeschlossen haben, sind herzlich willkommen.

Der Kurs richtet sich an Personen auf mittlerem Sprachniveau in Italienisch (mind. A2/ B1). Er ist sinnvoll für all diejenigen, die ihr Italienisch vertiefen und perfektionieren möchten, um es im Alltag richtig sprechen zu können. Die Kursziele sind den Teilnehmer\*innen ein tieferes Wissen über die Grammatik und Wortschatz, Bräuche und Gewohnheiten, sowie der Geographie des Landes zu vermitteln. Kleingruppen- und Partneraktivitäten werden nicht fehlen, um die Kommunikationsfähigkeiten in die Praxis umzusetzen.



Foto: Depositfoto

Der Kurs wird über die vhs.cloud angeboten. Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, Headset/ Mikrofon und Kamera.

Sie werden nach Ihrer Anmeldung von uns direkt in den vhs.cloud Kurs eingebucht.

*Con piacere nuovo, B1, Klett; ab Lektion 4*

Ort: Online

Referent/in: Myriam Martone

Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)

**I409311Z10** Termin(e): 12 x ab Mo. 02.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr



Foto: Depositfoto

### ● Den Vokabeln auf der Spur! - Lernstrategien

Egal welche Sprache ich lerne - Vokabeln gehören immer dazu. Aber wie mache ich das sinnvoll und vor allem nachhaltig? Welche Vokabeln sollte ich lernen? Welche Lernmethoden gibt es denn? Mehr als Apps, Karteikarten, Golden List und Vokabelheft? Und welche dieser Methoden ist für mich sinnvoll? Wie lange sollte ich pro Tag lernen? Wie kann ich mir endlich Wörter merken, die einfach nicht in meinem Kopf bleiben wollen? In einer Stunde sind wir dem besseren Vokabeln lernen auf der Spur!

Der Kurs findet in der vhs.cloud über die Konferenzschaltung statt. (Bitte 15 min zeitlichen Puffer zum Ende der Onlinesitzung einplanen.)

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, Laptop, PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon

	Ort: Online
	Referent/in: Saskia Müller
	Gebühr: 10,00 €
<b>I400999Z03</b>	Termin(e): 1 x am Do. 12.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

### ● Italienisch B1.2

Il corso è rivolto a chi ha già raggiunto un livello di competenza linguistica B1 e desidera, parlando, leggendo e ascoltando, continuare a scoprire la lingua e la cultura italiana.

*Dieci B1 von Hueber - zweisprachige Ausgabe*  
ISBN: 978-3-19-025647-1, voraussichtlich ab Lektion 6

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Rosa Mennella
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I409321E15</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

### B2

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B2 können Sie fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen äußern und Vor- und Nachteile abwägen.

### ● Italienisch B2.2 Standard

Il corso è rivolto a chi ha già raggiunto un livello di competenza linguistica B2 e desidera, parlando, leggendo e ascoltando, continuare a scoprire la lingua e la cultura italiana.

*Dieci B2 (Hueber Verlag) - einsprachige Ausgabe; ISBN 978-3-19-055476-8*

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Rosa Mennella
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I409421M15</b>	Termin(e): 12 x ab Mi. 04.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

Foto von Janeliene Resko auf Unsplash



### ● Italienisch B2.2

Il corso si rivolge a chi, già in possesso di una discreta padronanza dell'italiano, voglia rinfrescare e perfezionare le proprie competenze e sia interessato ad approfondire le conoscenze della società e della cultura italiana.

Wir werden die vorgeschlagenen Themen im Plenum oder in kleineren Gruppen bearbeiten. Das Lehrbuch bietet auch eine große Varietät an Übungen.

*Usiamo il libro Dieci lezioni di italiano e saremo all'incirca alla lezione 6; Hueber ISBN 9788861826991*

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
<b>I409422M19</b>	Termin(e): 10 x ab Mi. 11.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

### ● Il più grande cuoco di Francia: con i compagni e le compagne (online)



Il racconto dell'uomo con la gardenia: Il più grande cuoco di Francia: con i compagni e le compagne, di Stefano Benni. Primo '900, Parigi sotto la neve. È notte fonda. Un grande cuoco e il suo aiutante stanno preparando il pranzo per i commercianti d'oltremare. Più che un pranzo, stanno allestendo un banchetto di molte portate e lo chef Ouralphe darà prova della sua grande maestria. È notte. Fa freddo. Nella cucina entra un ospite con una precisa intenzione ... Ouralphe accetta la sfida.

Questa proposta di lettura è indirizzata a chi ama arricchire lo studio della lingua italiana anche attraverso racconti d'autore e abbia il piacere di confrontarsi con i compagni e compagne. Oltre alle domande iniziali, che svolgono la funzione di stimolare la riflessione e il confronto, la lettura è accompagnata da una serie di attività ed esercizi creati per riflettere sul lessico e le strutture grammaticali contenute nel testo.

Livello B2

	Ort: Online
	Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
	Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) / 49,00 € (5 TN) / 70,00 € (4 TN)
<b>I409486Z03</b>	Termin(e): 5 x ab Do. 26.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

### Italianisch C1

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus C1 können Sie mühelos längere Redebeiträge und lange, komplexe Sachtexte verstehen. Sie können sich klar und gut strukturiert ausdrücken, sowie spontan, fließend und präzise kommunizieren.

### ● Italienisch C1

Il corso si rivolge a chi, già in possesso di una discreta padronanza dell'italiano, voglia rinfrescare e perfezionare le proprie competenze e sia interessato ad approfondire le conoscenze della società e della cultura italiana.

Der Kurs arbeitet vorwiegend mit dem Lehrbuch, wird jedoch durch „La Grammatica vien leggendo“ (Erzählungen zum Lesen) ergänzt

In questo corso usiamo Nuovo Espresso C1 e saremo circa alla lezione 5, Hueber. ISBN 9788861825062

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
<b>I409432M20</b>	Termin(e): 10 x ab Di. 10.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

Foto von GR Stocks auf Unsplash



### ● OmU-Kino mit Input: C'è ancora domani (Italienisch)

Eine Kooperation der vhs Rhein-Pfalz-Kreis mit dem Verein Kultic - Kultur im Capitol Limburgerhof

Film in Italienisch mit Untertitel in Deutsch.

Einlass ab 19:00 Uhr. Um 19:30 Uhr gibt es durch eine\*n Sprachdozent\*in eine kurze fremdsprachliche Einleitung zum Film. Im Anschluss an den Film besteht die Möglichkeit zum Gespräch im denkmalgeschützten Kinofoyer aus den 50er Jahren. Eintritt 9 EUR. Kultic-Vereinsmitglieder und registrierte Sprachkursteilnehmer\*innen zahlen 6 EUR.

	Ort: Limburgerhof, Capitol LichtspielTheater
	Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
	Gebühr: 9,00 / 6,00 € (ermäßigt als vhs Teilnehmer*in / OmU Card) / 6,00 € (Schüler*in) / 0,00 € (Lehrer*in in Begleitung von mind. 5 Schüler*innen)
<b>I409999K12</b>	Termin(e): 1 x ab Do. 19.12.24, 19.00 - 21.30



## Spanisch

### Junge vhs

#### ● Spanischkurs für Kinder von 2-6 Jahren für deutsch-hispanische Familien.

Dieser Kurs richtet sich an deutsch-hispanische Familien mit Kindern im Alter von 2-6 Jahren. Wir werden Spiele, Märchenstunde, didaktische und kulturelle Aktivitäten durchführen, um das Interesse und die Neugier der Kinder für die spanische Sprache und Kultur zu wecken und die Sprache zu erlernen bzw. zu vertiefen und anzuwenden.

Die Aktivitäten werden auf Spanisch durchgeführt und richten sich an deutsch-hispanische Familien. Die Dozentin stellt das Material zur Verfügung, allerdings sind diese nicht im Kurspreis enthalten, sondern werden je nach Aktivität von der Dozentin gesondert berechnet. Zusätzliche Materialien sind nur für einige Termine vorgesehen.

	Ort: Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
	Referent/in: Chary Estefany Vargas Bedoya
	Gebühr: 41,00 / 69,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (5 TN) / 103,00 € (4 TN) (Junge vhs - Kurse sind nicht ermäßigbar.)
<b>I909422L01</b>	Termin(e): 11 x ab Fr. 06.09.24, 15.30 - 16.30 Uhr

### Spanisch für Anfänger\*innen - A1

Mit Erreichen des Sprachniveaus A1 können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

#### ● Spanisch für Anfänger\*innen A1 Neu

Entdecke die Schönheit der spanischen Sprache im Spanischkurs für absolute Anfänger\*innen!

*Perspectivas contigo A1 von Cornelsen ab Lektion 1*

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
<b>I422101B05</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

#### ● Spanisch A1.2 (Folgekurs)

Dieser Kurs ist der erste Folgekurs des im März 2024 gestarteten Anfängerkurses.

	Ort: Maxdorf, Im Horst 16, EG
	Referent/in: Carolina Schmitt
<b>I422101L02</b>	Termin(e): 10 x ab Fr. 06.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

#### ● Spanisch für Anfänger\*innen - A1.1 Neu

Dieser Kurs richtet sich an echte Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse.

*Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, oder Impresiones A1 von Hueber; nach Sprache; ab Lektion 1*

	Ort: Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
	Referent/in: Carolina Schmitt
	Gebühr: 83,00 / 121,00 € (6-7 TN) / 146,00 € (5 TN) / 210,00 € (4 TN)
<b>I422101L11</b>	Termin(e): 15 x ab Mi. 04.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr

*Impresiones A1 von Hueber, ab Lektion 1*

	Ort: Mutterstadt, IGS <span style="float: right;">Neu</span>
	Referent/in: Silvia Albert Abella
<b>I422101M01</b>	Termin(e): 10 x ab Mi. 18.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

#### ● Spanisch für Anfänger\*innen A1.1 (online) Online Neu

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse und findet online über Zoom statt. Sie benötigen für die Teilnahme eine stabile Internetverbindung, PC oder Laptop mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher.

Mit Ihrer Anmeldung willigen Sie ein, dass Ihre E-Mail Adresse an den Dozenten weitergegeben wird.

*Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-5146716, ab Lektion 1*

	Ort: Online
	Referent/in: Raul Miñarro Garrido
<b>I422101Z04</b>	Termin(e): 10 x ab Di. 24.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

#### ● Spanisch A1.1 Folgekurs

Der erste Folgekurs des im Februar 2024 gestarteten Anfänger\*innenkurses.

*Perspectivas Contigo A1, Cornelsen, 978-3-06-120933-9, voraussichtlich ab Lektion 3 oder 4*

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
<b>I422111B02</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 05.09.24, 19.30 - 21.00 Uhr

#### ● Spanisch A1.2 (online) Folgekurs Online

Für Teilnehmende, die sich mit einfachen Worten verständlich machen können.

Dieser Kurs findet online über Zoom statt. Mit Ihrer Anmeldung willigen Sie ein, dass Ihre E-Mail Adresse an den Dozenten weitergegeben wird.

Sie benötigen für die Teilnahme eine stabile Internetverbindung, PC oder Laptop oder Tablet. (Mit dem Smartphone ist die Teilnahme machbar, aber weniger komfortabel.)

*Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-5146716, voraussichtl. ab Lektion 4*

	Ort: Online
	Referent/in: Raul Miñarro Garrido
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I422111Z04</b>	Termin(e): 12 x ab Mo. 02.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

Nehmen Sie sich ein wenig Zeit und überprüfen Sie Ihr aktuelles Sprachniveau vor der Anmeldung mit dem **kostenlosen und unverbindlichen Einstufungstest**.

Mit Kenntnis Ihrer Niveaustufe in der jeweiligen Fremdsprache finden Sie den für Sie passenden Kurs.

Gehen Sie dazu auf unsere Homepage [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) oder auf [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

Wir beraten Sie bei weiteren Fragen gerne.

## ● Spanisch A1.2 (Fortsetzung und Wiedereinstieg)



Dieser Kurs nimmt gerne all die Teilnehmer\*innen auf, die mit einem reinen Anfängerkurs vor nicht allzu langer Zeit gestartet haben und deren Folgekurs nicht zustande kam. Mit dem Buch „Impresiones A1“ vom Hueber Verlag wird ein Wiedereinstieg in die Sprache gefunden und es werden natürlich auch gerne grundlegende Themen wiederholt. (1. Folgekurs)

Impresiones A1, Hueber Verlag

	Ort: Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in: Guillermo Grote
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I422121C02</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

## ● Spanisch A1.2 (Folgekurs)

Folgekurs des im September 2023 gestarteten Anfängerkurses.

Impresiones A1, voraussichtlich ab Lektion 7

	Ort: Dudenhofen, Realschule plus
	Referent/in: Guillermo Grote
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I422121E04</b>	Termin(e): 12 x ab Mo. 02.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

## ● Spanisch A1.2 Folgekurs

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit nur geringen Vorkenntnissen in Spanisch und ist der erste Folgekurs des im März 2024 gestarteten Kurses für absolute Anfänger\*innen.

Impresiones A1, von Hueber Verlag, voraussichtlich ab Lektion 4 bzw. 5

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Laura Guerrero Martínez
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I422121K03</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 19.15 - 20.45 Uhr

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Laura Guerrero Martínez
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) / 117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)
<b>I422121K04</b>	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

	Termin(e): 12 x ab Di. 03.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr
--	--

## ● Den Vokabeln auf der Spur! - Lernstrategien

Egal welche Sprache ich lerne - Vokabeln gehören immer dazu. Aber wie mache ich das sinnvoll und vor allem nachhaltig? Welche Vokabeln sollte ich lernen? Welche Lernmethoden gibt es denn? Mehr als Apps, Karteikarten, Golden List und Vokabelheft? Und welche dieser Methoden ist für mich sinnvoll? Wie lange sollte ich pro Tag lernen? Wie kann ich mir endlich Wörter merken, die einfach nicht in meinem Kopf bleiben wollen? In einer Stunde sind wir dem besseren Vokabeln lernen auf der Spur!

Der Kurs findet in der vhs.cloud über die Konferenzschaltung statt. (Bitte 15 min zeitlichen Puffer zum Ende der Onlinesitzung einplanen.)

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, Laptop, PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon

	Ort: Online
	Referent/in: Saskia Müller
	Gebühr: 10,00 €
<b>I400999Z03</b>	Termin(e): 1 x am Do. 12.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr

## ● Spanisch A1.3

Folgekurs. Quereinstieg möglich für Teilnehmer\*innen kurz vor A2 Niveau.

Neben dem Kursbuch kommen verschiedene Aktivitäten zum Einsatz (z. B. Arbeiten mit Videos, Spiele, Texte, Lesungen, Übungen, Lehrbuch, Debatten).

Impresiones A1, Hueber Verlag; voraussichtlich ab Lektion 10/11. Die Dozentin bringt noch zusätzliches Material, wie z.B. online Spiele, Videos, Texte, selbst-erstellte Übungen etc. mit.

	Ort: Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
	Referent/in: Silvia Albert Abella
<b>I422131K09</b>	Termin(e): 10 x ab Do. 12.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr

## A2

Mit Erreichen des Sprachniveaus A2 können Sie Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

## ● Spanisch für die Reise A2.1

Wer ein wenig mehr über die spanischsprachigen Kulturen erfahren und die verschiedenen Fertigkeiten (Hören, Schreiben, Sprechen, Lesen) stärken möchte, um zu reisen oder Freunde und Familie in Spanien oder Südamerika zu besuchen, findet in diesem Kurs die Gelegenheit mit Spaß schnell Fortschritte zu machen.

Voraussetzung für die Teilnahme sind ein abgeschlossenes A1 Level in Spanisch - und selbstverständlich Interesse und Motivation die Sprache zu lernen.

Spanisch ganz leicht Sprachkurs für Genießer ISBN 978-3-19-409592-2, Hueber Verlag, voraussichtlich ab Lektion 6

	Ort: Lamsheim, Rathaus
	Referent/in: Chary Estefany Vargas Bedoya
	Gebühr: 72,00 / 105,00 € (6-7 TN) / 126,00 € (5 TN) / 182,00 € (4 TN)
<b>I42214H08</b>	Termin(e): 13 x ab Di. 03.09.24, 09.30 - 11.00 Uhr

## ● Spanisch A2.2

Wer ein wenig mehr über die spanischsprachigen Kulturen erfahren und die verschiedenen Fertigkeiten (Hören, Schreiben, Sprechen, Lesen) stärken möchte, um zu reisen oder Freunde und Familie in Spanien oder Südamerika zu besuchen, findet in diesem Kurs die Gelegenheit mit Spaß schnell Fortschritte zu machen.

Voraussetzung für die Teilnahme sind Vorkenntnisse auf A2 Level in Spanisch - und selbstverständlich Interesse und Motivation die Sprache zu lernen.

Wir lesen im Kurs Kurzgeschichten und sprechen über deren Inhalt.

Wir arbeiten neben dem Buch auch mit Arbeitsblättern, Musik, Brettspielen, Karten, Bildern und Videos oder Power Point Präsentationen.

Impresiones A2, letzte Lektionen im Buch; evtl. schon Übergang auf das nächste Level

	Ort: Maxdorf, Hauptstraße 66
	Referent/in: Chary Estefany Vargas Bedoya
	Gebühr: 66,00 / 97,00 € (7 TN) / 117,00 € (6 TN) / 168,00 € (5 TN)
<b>I42222L15</b>	Termin(e): 12 x ab Do. 05.09.24, 09.00 - 10.30 Uhr

## ● Spanisch A2.3

Folgekurs im letzten Drittel des Kursbuchs.

Impresiones A2, Hueber Verlag, voraussichtlich Lektion 9 und 10

	Ort: Mutterstadt, IGS
	Referent/in: Silvia Albert Abella
	Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)
<b>I42231M17</b>	Termin(e): 11 x ab Di. 10.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr



● **Conversación fácil para principiantes avanzados (online)**

Neu **Konversation** Online

Bei diesem Online Kurs steht die Konversation im Fokus: Filmsequenzen bzw. Kurzfilme werden besprochen, Bilder und Grafiken sollen den mündlichen Austausch über interessante und spannende Themen anregen. Hierbei werden unter Anleitung der Dozentin nützliche Wörter und authentische Redewendungen kennengelernt und trainiert, damit sich die eigene Ausdrucksfähigkeit verbessern kann.

Spanischlernende, die einen A2 Kurs abgeschlossen haben bzw. kurz vor oder Anfang B1 stehen, sind hier genau richtig!

	Ort: Online
	Referent/in: Laura Guerrero Martínez
	Gebühr: 44,00 / 65,00 € (6-7 TN) / 78,00 € (5 TN) / 112,00 € (4 TN)
<b>I422276Z02</b>	Termin(e): 8 x ab Mi. 11.09.24, 19.00 - 20.30 Uhr

● **Spanisch A2: Club de Lectura (online)**

Online

Leseratten und Spanish Fans sind in unserem Leseclub herzlich willkommen. Einmal im Monat treffen wir uns in familiärer Atmosphäre, um über das gelesene Buch zu diskutieren. Wir wählen die Bücher, die wir lesen, von einer Bücherliste (Niveau A2), aber neue und interessante Buchvorschläge sind erlaubt und ausdrücklich erwünscht!

Teilnahmevoraussetzung: Spanischkenntnisse auf A2 Niveau.

Termine: 27.09., 08.11., 06.12.2024

Dieser Kurs wird über die vhs.cloud online angeboten.

Gemeinsame Auswahl der Lektüren über eine Buchliste bzw. Buchvorschläge seitens der Teilnehmer\*innen.

	Ort: Online
	Referent/in: Silvia Albert Abella
	Gebühr: 17,00 / 29,00 € (6-7 TN) / 34,00 € (5 TN) / 43,00 € (4 TN)
<b>I422281Z08</b>	Termin(e): 3 x ab Fr. 27.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

**B1**

Mit dem Erreichen des Sprachniveaus B1 können Sie in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

● **Spanisch B1.1**

Neben dem Kursbuch wird mit zusätzlichem Material, das die Dozentin mitbringt, gearbeitet, wie z.B. Videos, Spielen, Texten, Lesungen, Übungen, etc.

Quereinsteiger\*innen sind mit passender Niveaustufe willkommen.

*Impresiones B1, Hueber Verlag*

	Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
	Referent/in: Silvia Albert Abella
	Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)
<b>I422311N15</b>	Termin(e): 11 x ab Mo. 09.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

● **Spanisch B1 Standard**

Este curso es de progresión lenta. La persona que esté buscando un aprendizaje lento con repeticiones se encontrará bien en este grupo. Se trabaja con Impresiones B1 y el curso empezará con la lección 7. Se pone énfasis en el lenguaje oral.

*Lehrbuch: Impresiones B1, Hueber Verlag, vsl. ab Lektion 7*

	Ort: Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
	Referent/in: Martha Huber
<b>I422321L17</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 16.09.24, 18.30 - 20.00 Uhr

● **Spanisch am Vormittag B1.3/B2**

Terminaremos el nivel B1, y seguiremos avanzando en el aprendizaje del español, con gusto y con alegría, comunicando con más seguridad! Lecturas, videos, cine y discusiones „con todos los sentidos“ estarán siempre presentes!!

*Con Gusto Nuevo B1, Klett Verlag, voraussichtlich ab Lektion 8/9, Voraussichtlicher Wechsel auf das neue Buch Con Gusto Nuevo B2*

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Graciela Puebla
<b>I422332S13</b>	Termin(e): 10 x ab Di. 17.09.24, 08.45 - 10.15 Uhr

● **Spanisch Conversación B1**

Konversation

Lektüre und Konversation bzw. Diskussion von/über über aktuelle politische, gesellschaftliche, wissenschaftliche und kulturelle Themen. Basis: aktuelle Medieninhalte, Tagesaktualität und Teilnehmerinteressen.

Lehrmaterialien: Presseartikel und Übungen

	Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
	Referent/in: Marta Rivas López
<b>I422371W15</b>	Termin(e): 10 x ab Mi. 18.09.24, 17.30 - 19.00 Uhr

● **Spanisch Conversación B2**

Konversation

En este curso se conversa sobre diferentes temas.

	Ort: Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
	Referent/in: Martha Huber
<b>I422472L14</b>	Termin(e): 10 x ab Mo. 16.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr



**Kultic**  
Kultur im Capitol Limburgerhof e.V.

● **OmU-Kino mit Input: Radical (Spanisch)**

Eine Kooperation der vhs Rhein-Pfalz-Kreis mit dem Verein Kultic - Kultur im Capitol Limburgerhof.

Film in Spanisch mit Untertitel in Deutsch.

Einlass ab 19:00 Uhr. Um 19:30 Uhr gibt es durch eine\*n Sprachdozent\*in eine kurze fremdsprachliche Einleitung zum Film. Im Anschluss an den Film besteht die Möglichkeit zum Gespräch im denkmalgeschützten Kinofoyer aus den 50er Jahren. Eintritt 9 EUR. Kultic-Vereinsmitglieder und registrierte Sprachkursteilnehmer\*innen zahlen 6 EUR.

	Ort: Limburgerhof, Capitol LichtspielTheater
	Referent/in: Chary Estefany Vargas Bedoya
	Gebühr: 9,00 / 6,00 € (ermäßigt als vhs Teilnehmer*in/ OmU Card) / 6,00 € (Schüler*in) / 0,00 € (Lehrer*in in Begleitung von mind. 5 Schüler*innen)
<b>I422999K10</b>	Termin(e): 1 x ab Do. 07.11.24, 19.00 - 21.30 Uhr



Foto von Jon Tyson auf Unsplash

Foto von Elisa Calvet B. auf Unsplash

Foto von GR Stocks auf Unsplash



# Sprachen der Welt

## ● KOS: Kooperation online Sprachkurse



KOS - Ihr Netzwerk für besondere Online-Sprachkurse: Wir sind nicht irgendein Spracheninstitut oder eine x-beliebige Lernapp!

Wir sind ein deutschlandweiter Verbund der Volkshochschulen,

- mit laufend neuen Online-Angeboten in vielen Sprachen und auf allen Niveaustufen,
- mit qualifizierten und innovativen Dozierenden,
- auf dem neuesten Stand der digitalen Didaktik,
- mit technischem Support für Ihren unkomplizierten Einstieg in alle Kurse,
- für interessante Begegnungen mit Sprachenliebhaber\*innen aus aller Welt.

Schon mehr als 50 Volkshochschulen kooperieren um als Qualitätsnetzwerk die Volkshochschule mit hochwertigen Kursangeboten zum zentralen Ort für digitale Weiterbildung zu entwickeln. Die drei Säulen sind Innovation, Qualität und Solidarität. Mit einer gemeinsamen Programmplanung, einer Fortbildungsreihe für Online-Dozent\*innen und einer Transfertechnologie in Form des KOS-Portals bietet der Verbund ein ganzheitliches Konzept, das vielerorts erfolgreich umgesetzt wird. Gerne überzeugen wir Sie von den Vorzügen und enormen Potentialen der Kooperation.

Profitieren Sie von unserem gemeinsamen Sprachenangebot und der Möglichkeit weitere Sprachen wie

**Arabisch, (Brasilianisches) Portugiesisch, Finnisch, Koreanisch, Japanisch, Polnisch, Russisch, Schwedisch ...** und viele weitere mehr zu erlernen.

Schauen Sie auf unserer Homepage und finden unter

**Sprachen/Sprachen der Welt** ein immer wieder neu aktualisiertes online Kursangebot an weiteren Sprachen!

Kontaktieren Sie bei Fragen gerne die  
**Fachbereichsleiterin  
 Fremdsprachen, Sabine Weber,  
 Telefon 0621 5909 3470  
 bzw. Sabine.Weber@rheinpfalzkreis.de.**



Zitat Humboldt

**Sprache ist der Schlüssel zur Welt.**



## ● Den Vokabeln auf der Spur! - Lernstrategien

Egal welche Sprache ich lerne - Vokabeln gehören immer dazu. Aber wie mache ich das sinnvoll und vor allem nachhaltig? Welche Vokabeln sollte ich lernen? Welche Lernmethoden gibt es denn? Mehr als Apps, Karteikarten, Golden List und Vokabelheft? Und welche dieser Methoden ist für mich sinnvoll? Wie lange sollte ich pro Tag lernen? Wie kann ich mir endlich Wörter merken, die einfach nicht in meinem Kopf bleiben wollen? In einer Stunde sind wir dem besseren Vokabeln lernen auf der Spur!



Foto: Depositphoto

Der Kurs findet in der vhs.cloud über die Konferenzschaltung statt.

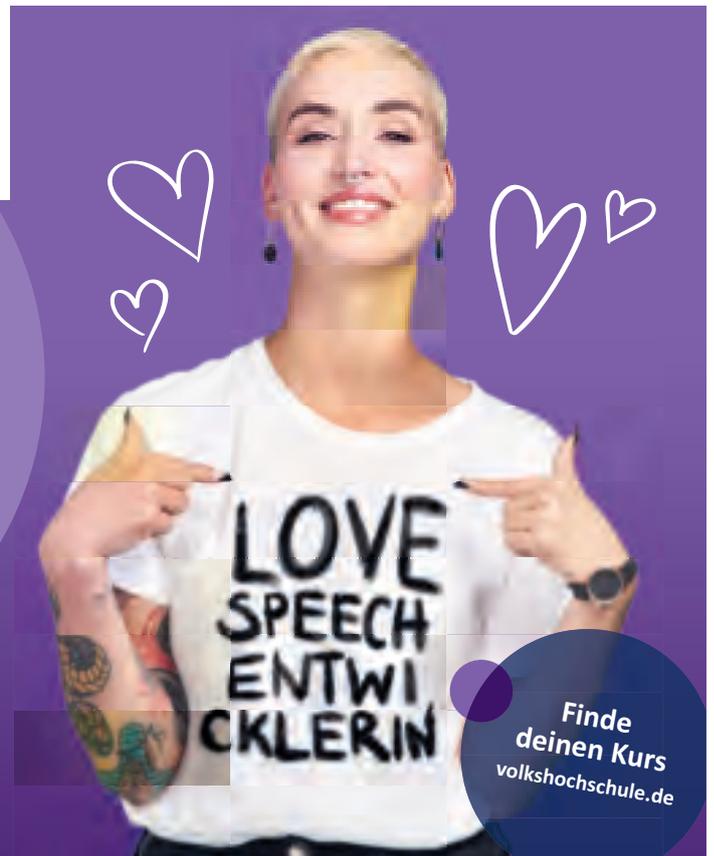
(Bitte 15 min zeitlichen Puffer zum Ende der Onlinesitzung einplanen.)

Voraussetzung: stabile Internetverbindung, Laptop, PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon

Ort:	Online
Referent/in:	Saskia Müller
Gebühr:	10,00 €
1400999Z03	Termin(e): 1 x am Do. 12.09.24, 19.00 - 20.00 Uhr



Foto von Greg Rosenike auf Unsplash



**Finde deinen Kurs  
 volkshochschule.de**

# Besonders hoch im Kurs



bei 16- bis 59-jährigen  
**berufliche Qualifikation\***

bei 45- bis über 60-jährigen  
**Sprachen und Gesundheit\***

\*Quelle: vhs-Marktstudie, Ipsos GmbH



# Deutsch als Zweitsprache

Beratung, Anmeldung, Antragsstellung und Einstufung ist NUR nach voriger Terminvereinbarung möglich!  
Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de) und teilen Sie uns Ihr Anliegen mit!

Bitte bringen Sie zum Beratungstermin folgende Unterlagen mit:

- Ihren gültigen amtlichen Lichtbildausweis/Pass/ Aufenthaltstitel
- eine gültige Berechtigung **im Original** (ausgestellt vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge) oder
- einer Verpflichtung **im Original** (ausgestellt von der Ausländerbehörde oder vom Jobcenter)
- eine Bestätigung über die Kostenbefreiung (**falls vorhanden**)
- Nachweis über besuchte Deutschkurse / abgelegte Prüfungen
- Ihren aktuellen Leistungsbezug (Jobcenter oder Sozialamt)
- Ihre aktuelle Lohnabrechnung, wenn Sie berufstätig sind

Termine für Anmeldung, Antragsstellung, Beratung werden in der Regel vergeben:

montags 8 - 15 Uhr  
mittwochs 12 - 15 Uhr

Einstufungstests zur Feststellung finden nach Bedarf statt.

Bitte informieren Sie sich online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

**Pädagogische Fachbereichsleitung:**

Volha Baschnagel, [volha.baschnagel@rheinpfalzkreis.de](mailto:volha.baschnagel@rheinpfalzkreis.de)  
Tel. 0621 5909 3490

**Verwaltung:**

Rezan Kilic, [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de)  
Tel. 0621 5909 3480

Emine Yilmaz, [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de)  
Tel. 0621 5909 3481

## Integration und Sprache

Die deutsche Sprache zu lernen, ist ein wichtiger Grundpfeiler der Integration in eine multikulturelle Gesellschaft.

Sprache kann Horizonte erweitern, Verständnis füreinander wecken und ist wesentliche Grundlage der weiteren beruflichen Bildung.

Unsere Kurse mit qualifizierten Dozentinnen und Dozenten bieten dazu die besten Voraussetzungen.

**Sie wollen Deutsch lernen?  
Sprechen Sie uns an.**

Sie sind Dozent\*in mit einer Zulassung des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge?

**Bewerben Sie sich  
als freiberufliche Honorarkraft  
bei uns!**

Wir freuen uns auf Sie.

Bild vhs Rhein-Pfalz-Kreis



## Integrationskurse

### Was ist ein Integrationskurs?

Ein Integrationskurs ist ein staatlich gefördertes Angebot vorrangig zum Spracherwerb für den Alltag im neuen Lebensumfeld und alle Bereiche der alltäglichen Sprachverwendung. Er besteht aus 600 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45 min) Sprachkurs und 100 Stunden Orientierungskurs. Spezielle Kurse, beispielsweise für Menschen, die erst die Buchstaben oder eine neue Schrift lernen müssen (Alphabetisierung), dauern 900 Stunden.

### Wer kann im Integrationskurs lernen?

- Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler sowie neu zugewanderte Menschen mit auf Dauer angelegtem Aufenthaltsstatus.
- Ausländerinnen und Ausländer, die bereits länger in Deutschland leben, Bürgerinnen und Bürger aus den EU-Staaten und der Ukraine sowie besonders integrationsbedürftige Deutsche.
- Asylbewerberinnen und Asylbewerber mit guter Bleibeperspektive, Geduldete mit einer Duldung nach § 60a Abs. 2 Satz 3 AufenthG sowie Inhaber\*innen einer Aufenthaltserlaubnis nach § 25 Abs. 5 AufenthG.
- Arbeitsmarktnahe Asylbewerberinnen und Asylbewerber mit unklarer Bleibeperspektive, wenn sie vor dem 1. August 2019 eingereist sind und sich seit mindestens drei Monaten gestattet in Deutschland aufhalten.
- Es gibt auch Menschen, die von den Ausländerbehörden oder den Jobcentern zu einer Kursteilnahme verpflichtet werden.

Näheres unter <https://www.bmi.bund.de> unter FAQs zum Thema Integrationskurs

### Was lernt man im Integrationskurs?

Sie lernen Deutsch für den Alltag bis zur Niveaustufe B1. Der Kurs ist in sechs Module aufgeteilt. Jedes Modul hat 100 Stunden. Mit Erreichen von B1 können Sie ohne Hilfe Dritter in allen Angelegenheiten des täglichen Lebens selbstständig handeln. Das Sprachniveau wird durch einen Abschlusstest (DTZ – Deutsch-Test für Zuwanderer) festgestellt.

Wenn Sie bereits Sprachkenntnisse haben, müssen Sie den Kurs nicht komplett machen. Nach einem Einstufungstest sehen wir, wie viele Stunden Sie brauchen, bis Sie das B1-Niveau erreicht haben.

Im anschließenden Orientierungskurs lernen Sie Wichtiges über deutsche Politik, Kultur und Geschichte. Er endet ebenfalls mit einem Test: „Leben in Deutschland“.

### Was brauche ich für den Integrationskurs?

Sie brauchen eine Berechtigung zur Teilnahme an einem Integrationskurs. Diese bekommen Sie beim Ausländeramt, dem Jobcenter oder beim BAMF. Gerne stellen wir den Antrag für Sie beim BAMF.

### Was kostet der Integrationskurs?

Wenn Sie Geld vom Staat bekommen, ist der Kurs auf Antrag gebührenfrei. Wenn Sie oder Ihr/e (Ehe)partner/in selbst Geld verdienen, müssen Sie einen Teil der Kosten selbst bezahlen. Im Moment sind dies für 100 Stunden 229 €. Wenn Sie keine Berechtigung/Verpflichtung haben, beträgt die Gebühr zurzeit 458 € pro Modul.

## ● Integration - Einstufungstest

Der Einstufungstest dient der Feststellung der Kenntnisse, die in der deutschen Sprache schon vorhanden sind. Dieser schriftliche und mündliche Einstufungstest ist die Voraussetzung, um an einem Integrationskurs teilzunehmen.

Direkt nach dem Test erfolgt die Einzelanmeldung auf Grundlage des Testergebnisses.

Nähere Informationen unter [www.bamf.de](http://www.bamf.de)



### Wann beginnt der nächste Kurs?

Den jeweiligen Kursbeginn können Sie telefonisch oder per Mail erfragen.

### Was mache ich nach dem Integrationskurs?

Nach dem Integrationskurs können Sie weiter Deutsch lernen. Bitte informieren Sie sich auf unserer Internetseite unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) oder fragen Sie nach aktuellen Projekten. (Momentan bieten wir nur Kurse bis zum B1-Niveau an.)

### Wie kann ich mich anmelden?

Telefonisch sind wir momentan leider schwer zu erreichen. Bitte schicken Sie uns Ihren Terminwunsch und Ihr Anliegen möglichst per E-Mail unter [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de). Dann erhalten Sie von uns einen Terminvorschlag.

Bitte bringen Sie Ihre Berechtigung für einen Kurs und Ihren Pass mit. Danach laden wir Sie zu einem Einstufungstest ein. Mit dem Ergebnis des Einstufungstests können Sie sich direkt zu einem Kurs anmelden. Wenn wir keinen Platz für Sie haben, können Sie sich mit dem Testergebnis auch bei einem anderen Träger anmelden.

### Haben Sie noch Fragen?

Nehmen Sie Kontakt zu uns auf: [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de). Vielleicht können wir Ihre Fragen vorab beantworten. Wenn nicht, vereinbaren wir mit Ihnen einen Beratungstermin.

## Aufbau der Integrationskurse

### Vor der Teilnahme an einem Integrationskurs:

1. Entscheidung über Status des Migranten / der Migrantin durch die Ausländerbehörde (zur Teilnahme am Sprachkurs verpflichtet, berechtigt oder auf Antrag zugelassen)
2. Vorlage des Berechtigungs- bzw. Verpflichtungsscheins / Stellen eines Zulassungsantrags
3. Sprachlicher Einstufungstest vor Kursbeginn bei der vhs
4. Schriftliche Anmeldung

Orientierungskurs (100 UE)

Aufbaukurs 3: 100 UE  
Aufbaukurs 2: 100 UE  
Aufbaukurs 1: 100 UE

Basiskurs 3: 100 UE  
Basiskurs 2: 100 UE  
Basiskurs 1: 100 UE

Test Leben in Deutschland

Deutsch-Test für Zuwanderer (A2-B1) (Abschlusstest)

Sprachniveau (A2) (Zwischentest)

4

Die Anmeldung zum Test muss in der vhs-Geschäftsstelle erfolgen. Einen Termin erhalten Sie per E-Mail unter [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de).

Bitte zur Anmeldung mitbringen: **Bescheinigung** des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge oder der Ausländerbehörde oder des Jobcenters **im Original!**

Beratung und Einstufungstest sind gebührenfreie Dienstleistungen Ihrer vhs Rhein-Pfalz-Kreis.

Beratungsstelle für Sprachförderung Deutsch im Kreishaus in Ludwigshafen, Europaplatz 5, 3.OG, Z. B349.

Ein Beratungsgespräch erhalten Sie nach Terminvereinbarung unter [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de). Erste Fragen können Sie auch telefonisch klären.

# Sprachprüfungen

Wir bieten aktuell keine telc-Sprachprüfungen für allgemeinsprachliches Deutsch Zertifikat B1 an.

Informieren Sie sich beim Goethe-Institut oder bei einem Prüfungszentrum von telc, wenn Sie eine B1-Prüfung ablegen möchten.



## ● g.a.s.t. Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist zugelassene Prüfstelle des BAMF für die Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ).

Der **Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)** ist eine standardisierte Sprachprüfung zur Feststellung von Deutschkenntnissen auf den Niveaus A2 und B1 des **Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER)**. Der Test dient als abschließende Sprachprüfung in Integrationskursen. Die Vorbereitung auf den Abschlusstest erfolgt im letzten Kursabschnitt des Integrationssprachkurses.

Der **Deutsch-Test für Zuwanderer** besteht aus 2 Teilen: einer schriftlichen und einer mündlichen Prüfung. Die schriftliche Prüfung (Hören, Lesen, Schreiben) dauert ca. 100 Minuten. Die mündliche Prüfung (Sprechen) dauert insgesamt ca. 16 Minuten. Sie erhalten ein DTZ-Zertifikat, wenn Sie Leistungen **auf den Niveaus A2 und B1** erbringen.

Liegen Ihre Leistungen **unter dem Niveau A2**, erhalten Sie nur ein DTZ-Ergebnisbogen.

Folgende Personengruppen können ab dem **01.01.2023** an der Prüfung teilnehmen:

- Personen mit einer Teilnahmeberechtigung/Verpflichtung für Integrationskurs.
- Personen ohne Teilnahmeberechtigung oder Verpflichtung, die mindestens einen Kursabschnitt im Integrationskurs auf eigene Kosten besucht haben (Nachweis erforderlich).

**Personen außerhalb des Integrationskurssystems können NICHT am DTZ teilnehmen.**

### Anmeldeverfahren:

Der Anmeldeschluss beträgt **6 Wochen vor dem Prüfungstermin**.

Die Prüfungsanmeldung erfolgt persönlich in der Geschäftsstelle der vhs Rhein-Pfalz-Kreis (Europaplatz 5, Ludwigshafen) unter Vorlage eines gültigen amtlichen Lichtbildausweises. Bitte vereinbaren Sie einen Termin (telefonisch oder per E-Mail):

E-Mail: kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de

Tel.: 0621 5909 3480/ 0621 5909 3481

**Wichtig:** Externe Teilnehmende müssen bei der Prüfungsanmeldung eine Teilnahmeberechtigung/Teilnahmeverpflichtung mit BAMF-Kennziffer vorlegen.

### Prüfungsgebühr:

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) übernimmt die Kosten für DTZ-Prüfungen für geförderte Teilnehmende im Erst- und Wiederholerverfahren.

Für Kursteilnehmende, die als „Selbstzahler“ am Integrationssprachkurs teilgenommen haben, beträgt die Prüfungsgebühr **130 Euro**.

Nähere Informationen zum Inhalt und Ablauf der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“, FAQ für Teilnehmende sowie kostenlose Übungssätze finden Sie hier:

(BAMF: Informationen zur Sprachprüfung)

(g.a.s.t.: FAQ für Teilnehmende)

(g.a.s.t.: Vorbereitungs-materialien)



## ● Einbürgerungstest

Mit dem bundeseinheitlichen Einbürgerungstest werden Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachgewiesen. Diese gelten als eine Einbürgerungsvoraussetzung im Sinne des Staatsangehörigkeitsgesetzes.

Wer auf dem Prüfungsfragebogen mindestens 17 der 33 Fragen richtig beantwortet, hat den Test bestanden. In jedem Test sind drei Fragen enthalten, die sich auf das Bundesland beziehen, in dem man wohnt.

**Nähere Informationen und online-Übungen sind unter [www.bamf.de](http://www.bamf.de) erhältlich.**

Die Anmeldung ist nur schriftlich und persönlich möglich. Bitte vereinbaren Sie hierzu einen Termin unter kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de

Die Gebühr von 25,00 € wird bei der Anmeldung erhoben.

Für die Anmeldung ist ein gültiges Personaldokument (Personalausweis, Pass etc.) erforderlich.

Ort: Ludwigshafen, Kreishaus am Europaplatz

Gebühr: 25,00 €

**1102404** Termin(e): 13.09.24 und 06.11.24, 9:00 Uhr

Anmeldeschluss: **je 4 Wochen vor Prüfungsbeginn**



Auf Anfrage richten wir auch Kurse für Firmen und Ihre Mitarbeitenden ein.

**Sprechen Sie uns an!**

Wenn Sie einen Integrationskurs besucht haben, müssen Sie sich für den Test „Leben in Deutschland“ anmelden.

# Beruf und Qualifizierung



## Beruf und Qualifizierung

www.Fotolia.de



Erfolgreiche Berufsfindung und Bewältigung beruflicher Anforderungen sind ohne ausreichende Qualifizierung nicht möglich. Wichtig ist, nicht nur das einmal Erlernte zu erhalten, sondern sich auch weiterzubilden und neue berufliche Kompetenzen zu entwickeln.

Dies sichert Ihren Arbeitsplatz und ermöglicht Ihnen das Übernehmen qualifizierter Aufgaben.

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis will Sie mit ihren Angeboten für Ihren Job fit machen.

Weil auf dem Arbeitsmarkt sehr oft die Notwendigkeit gegeben ist, berufliche Qualifikationen nachzuweisen, bereiten viele unserer Angebote auf die Teilnahme an einer Abschlussprüfung vor oder dienen dem Erwerb eines Zertifikats.

- **Kommunikation -  
Persönlichkeitsentwicklung -  
Arbeitstechniken**
- **Rechnungswesen**
- **EDV für den Beruf**
- **Qualifizierung und Fortbildung Kindertagespflege**
- **Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten**
- **Branchenspezifische Fachlehrgänge und  
Fortbildungen (Pädagogik und Hauswirtschaft)**

**Unter bestimmten  
Voraussetzungen können  
Berufstätige einen Zuschuss  
zur beruflichen Weiterbildung  
erhalten (Qualischeck).  
Informationen dazu unter**

**[www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)**

# Kommunikation – Persönlichkeitsentwicklung – Arbeitstechniken



## ● Den Wortschatz trainieren: flüssig sprechen, auch in stressigen Situationen (online)

Um uns flüssig mitzuteilen, müssen wir die passenden Wörter schnell finden. Manchmal fällt das gerade in wichtigen Situationen (vor Publikum, in Prüfungen, wenn viel davon abhängt) besonders schwer.

Wortschatztraining zeigt Ihnen wirkungsvolle Methoden und Trainingsmöglichkeiten, um sich einen raschen Zugriff auf Wörter zu verschaffen. Dadurch entwickeln Sie Ihren aktiven und passiven Wortschatz.

Teilnehmende des Schlagfertigkeitstraining können dieses Seminar auch als zusätzliches Trainingsforum nutzen.

**Inhalte sind:** kurzer theoretischer Hintergrund, Trainingsmethoden zur Entwicklung des Wortschatzes, Training in spezifischen Stresssituationen, Tipps und Anregungen für schwierige Gesprächssituationen, den gewonnenen Wortschatz gezielt und überzeugend einsetzen, Training, Training Training

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen
1500011Z01	Termin(e): 1 x am Mo. 01.07.24, 18.30 - 21.30 Uhr
1500011Z02	Termin(e): 1 x am Do. 05.12.24, 18.30 - 21.30 Uhr



## ● Schlagfertigkeit: Von der Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden (online)

Fallen Ihnen die passenden Worte zu spät ein? Haben Sie später die besten Ideen? Dann ist dieses Seminar für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie lernen, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen. Sie werden den aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen.

Dieses Impulsseminar gibt viele Anregungen für das Training zuhause, macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst. Das Online-Forum kann auch genutzt werden, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

**Inhalte sind:** spontan mit Sprache umgehen, sicher und überzeugend argumentieren, die eigene Betroffenheit überwinden, Einwände schlagfertig behandeln und Wortschatz erweitern.

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen
1500012Z02	Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 18.30 - 21.30 Uhr



## ● Smalltalk trainieren: Kontakte sicher und souverän aufbauen (online)

Freundlich und offen auf Menschen zugehen: Viele Menschen wünschen sich diese Fähigkeit. So wird aus einem vielversprechenden Beginn vielleicht viel mehr. Möchten Sie geschäftlich oder privat mit Fremden leichter und charmant ins Gespräch kommen? Sie wollen sich vielleicht gegenseitig näher kennenlernen, eine sympathische Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen.

In diesem Seminar werden Strategien aufgezeigt, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Und Sie werden kommunikative Verhaltensweisen gezielt einsetzen, damit sich Menschen in Ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen.

**Seminarinhalte sind:** den Gesprächseinstieg finden, Kontakte sicher aufbauen, auch zu Fremden, Ihr (Arbeits-) Leben interessant gestalten und darüber reden, spontan und unterhaltend sein, offene und versteckte Komplimente machen, Ihre Leistungen und Fähigkeiten in den Vordergrund stellen, kreativer werden und phantasievoller formulieren.

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen
1500013Z02	Termin(e): 1 x am Fr. 15.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr



## ● Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen (online)

Fällt es Ihnen manchmal schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen, „nein“ zu sagen oder die eigenen Fähigkeiten ins rechte Licht zu rücken? Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten oft nicht das, was Sie wollen. Sie werden von anderen überholt und ärgern sich oft im Nachhinein über sich selbst. Die gute Nachricht: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. Sie trainieren in dieser Online-Veranstaltung, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft sind Ihre Partner. So gewinnen Sie Schritt für Schritt den Zugang zu den eigenen Kraftquellen und Ressourcen. Der Workshop gibt Ihnen außerdem zahlreiche Tipps und Anregungen auch zur Umsetzung über das Seminar hinaus.

**Inhalte sind:** Ge- und Verbote für eine starke Persönlichkeit, vom Mut aus dem Schatten herauszutreten, die Rolle von Sprache und Körpersprache, Strategien der Motivation und der Selbstmotivation, Aufmerksamkeit erzeugen, souverän und überzeugend auftreten, Anregungen für karriereentscheidende Situationen

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen
1500015Z02	Termin(e): 1 x am Di. 24.09.24, 18.30 - 21.30 Uhr



## ● Vom Mitarbeitenden (Kollegen/Kollegin) zur Führungskraft (online)

Häufig werden neue Führungskräfte ohne viel Vorbereitung „ins kalte Wasser geworfen“. Gleichzeitig ändern sich Aufgaben und Erwartungen deutlich. In den Bereichen Umgang mit Mitarbeiter\*innen, Ziele setzen und erreichen und Umgang mit Fehlverhalten wird führendes Handeln erwartet, wo bisher geführtes Verhalten passend war. Diese geänderten Anforderungen an die neue Führungskraft stellen die zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar.

Ziel der Veranstaltung ist es den Rollenwechsel aktiv zu managen. Außerdem werden schwierige Situationen in der Führungspraxis besprochen und trainiert. Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden runden das Seminar ab.

**Seminarinhalte sind:** Akzeptanz schaffen in der Rolle der Führungskraft, Erwartungen und Anforderungen an die moderne Führungskraft, kommunikatives Handwerkszeug, Techniken der Motivation und Selbstmotivation, Delegation über Zielvereinbarungen, Kontrolle und Motivation, Kritikgespräche und andere Instrumente der Verhaltensänderung

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen
1500016Z02	Termin(e): 1 x am Fr. 08.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr

Aktuelle  
Programmergänzungen der  
vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet!  
Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



## Motivieren - Delegieren – Kritisieren: Erfolgsfaktoren der Führungskraft (online)

Führungskräfte stehen heute unter starkem Erfolgsdruck. Dieses Seminar setzt an drei Erfolgsfaktoren an:

**Motivieren:** Die Führungskraft sollte motiviert sein und andere motivieren. Sie werden dazu Methoden und Werkzeuge kennenlernen. Damit schaffen Sie die Voraussetzung, dass auch die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen mit viel Freude Leistung erbringen.

**Kritisieren:** In vielen Unternehmen gibt es zu wenig Rückkopplung über erbrachte Leistungen. Regelmäßige Kritik und Anerkennung geben den Mitarbeitenden mehr Orientierung. Der Aufbau von Kritikgesprächen wird praxisnah dargestellt und trainiert.

**Delegieren:** Die beste Personalentwicklungsmaßnahme ist die Delegation anspruchsvoller Aufgaben. Hier erhalten die Teilnehmenden Gesprächsstrukturen, die verlässliche Absprachen ermöglichen.

Das Online-Seminar erarbeitet praktische Führungshilfen zu den drei Erfolgsfaktoren. Das Online-Forum kann auch genutzt werden, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

**Inhalte sind:** Herausforderungen für die moderne Führungskraft, Strategie zur Selbstmotivation, Mitarbeiter\*innen nachhaltig motivieren, das „Können“ und „Wollen“ der Mitarbeiter\*innen steigern, mit Kritik und Anerkennung zur Leistungssteigerung, Delegation als praktisches Führungsinstrument, Erfahrungsaustausch

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

Ort: Online

Referent/in: Matthias Dahms

Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen

1500017Z02

Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 21.30 Uhr



## ● Workshop Moderation (online)

Moderation ist die zielorientierte Steuerung einer Gruppe durch sachliche und/oder prozessorientierte Impulse. Wir reflektieren in diesem Seminar den Moderationsprozess zum Beispiel im Beruf, im Verein oder in der politischen Arbeit. Dabei spielen die Erfahrungen der Teilnehmenden eine wichtige Rolle. Auf dieser Basis werden Ideen und Strategien entwickelt und Fähigkeiten trainiert.

Wir beginnen mit der Organisation und der Motivation der Teilnehmenden, spannen den Bogen über die gesamte Arbeitsphase und enden mit der Reflexion. Zu jeder Phase erhalten Sie praktische Empfehlungen und Tipps.

**Inhalte sind:** die Moderation professionell vorbereiten, das rollenadäquate Verhalten von Moderator\*in und Gruppenmitglied, die Autorität des Moderators / der Moderatorin steigern, unbeteiligte Gruppenmitglieder in den Prozess integrieren, sicher mit Vielredner\*innen und Störungen umgehen, eine Lerneinheit gruppenbezogen strukturieren, die Gefühle der Gruppe steuern, Argumentation, Frage- und Einwandtechniken zielorientiert einsetzen, Kritik- und Streitgespräche sowie Diskussionen steuern.

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

Ort: Online

Referent/in: Matthias Dahms

Gebühr: 60,00 € inkl. Seminarunterlagen

1500018Z02

Termin(e): 1 x am Di. 10.12.24, 18.30 - 21.30 Uhr

Bild: Deposiphotos



Werbeanzeige

Wir nennen  
uns Bank.

Tanja  
nennt uns  
ihre  
Zukunfts-  
schmiede.

Morgen  
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Bewirb dich jetzt um eine Ausbildung oder ein duales Studium bei der Vereinigten VR Bank Kur- und Rheinpfalz eG.

[vvrbank-krp.de/ausbildung](http://vvrbank-krp.de/ausbildung)



**Vereinigte VR Bank**  
Kur- und Rheinpfalz eG

## ● Reden hilft - gute Kommunikation für alle Fälle

Um die vielfältigen Anforderungen des Alltags zu bewältigen und auch in stressigen Zeiten die richtigen Worte für einen konstruktiven Dialog zu finden, ist eine gute Kommunikationskompetenz von großer Bedeutung.

Durch verbindliche Absprachen und eine gute Gesprächsführung können auch schwierige Situationen positiv beeinflusst werden.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie freundlich und mit klarer Haltung Ihre Bedürfnisse äußern, Gesprächssituationen bewusst gestalten und wie Sie auch mal „Nein“ sagen.

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum

Referent/in: Petra Nagl

Gebühr: 14,00 / 21,00 € (6-7 TN) / 31,00 € (4-5 TN)

1500019W02

Termin(e): 1 x am Mo. 30.09.24, 18.00 - 20.45 Uhr



**Der Rhetorik-Workshop am Samstag: Sicher auftreten - überzeugend argumentieren - souverän ankommen (online)**



Wer in Reden und Verhandlungen überzeugend und sicher auftritt, erreicht seine Ziele leicht. Die besondere Herausforderung liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass das Gegenüber emotional berührt wird. Dann kann der Funke der Begeisterung überspringen. Besseres Argumentieren und sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft.

Sie erhalten viele Übungen, die Sie auch zuhause nutzen können, um Ihre rhetorischen Fähigkeiten zu entwickeln und Redeängste und Lampenfieber abzubauen.

Weitere Schwerpunkte dieses Workshops sind: mit Blackout und Störungen souverän umgehen sowie die Behandlung von Einwänden. Aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden können ggf. besprochen werden.

**Inhalte:** die Wirkungsmittel (z.B. Haltung, Gestik, Mimik) überzeugend einsetzen, Reden oder Verhandlungen richtig aufbauen, der wirkungsvolle Einstieg, Redeängste und Lampenfieber abbauen, sicher argumentieren, Umgang mit Blackout, Störungen und Einwänden sicher begegnen

Bei der ganztägigen Veranstaltung gibt es mehr Zeit fürs Training und nützliche Impulse zur individuellen Fallarbeit.

**Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.**

	Ort: Online
	Referent/in: Matthias Dahms
	Gebühr: 115,00 € inkl. Seminarunterlagen
<b>1500020Z01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 30.11.24, 09.00 - 15.30 Uhr

**Kopf oder Zettel - Merktechniken für jede\*n (ab 16 Jahre)**

Schnelles und sicheres Abspeichern von Informationen ist in Schule und Studium, am Arbeitsplatz oder im Ruhestand für jeden Trumpf.

Wie kann ich mir problemlos Namen oder Zahlen merken, den Einkaufszettel getrost zur Seite legen? Wie kann ich mein Erinnerungsvermögen nachhaltig und besser trainieren? Mit gezielten, auf die Teilnehmer\*innen abgestimmten kleinen Übungen gelingt es spielend. Kenntnisse über die Funktionen unseres Gehirns helfen dabei. Sie erhalten tolle Tipps zur Steigerung der Merkfähigkeit sowie zum eigenen Training.

Der Referent ist Gedächtnistrainer, Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

	Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in: Harald Drescher
	Gebühr: 13,00 / 20,00 € (6-7 TN)
<b>1106031A01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 14.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

**Zufrieden und gesund im Beruf altern - ein Workshop für ältere erwerbstätige Menschen (Kleingruppe mit max. 8 Teilnehmenden)**

Während ein verbesserter Arbeits- und Gesundheitsschutz in den letzten Jahrzehnten bewirkten, dass ein frühzeitiges Ausscheiden aus dem Beruf aufgrund körperlichen Beeinträchtigungen seltener wurde, stieg die Anzahl der erwerbstätigen Menschen, die aufgrund von psychischen Erkrankungen länger arbeitsunfähig waren und vorzeitig in Rente gingen.

Was kann ich selbst tun um (möglichst) zufrieden und gesund im Beruf zu altern? In diesem Workshop werden Sie dieser Frage nachgehen und Lösungsideen entwickeln.

Wie altern wir? Wie können wir gesundes Altern unterstützen? Welche Maßnahmen altersgerechter Arbeitsplatzgestaltung gibt es?

**Referentin:** Waltraud Oberfrank-Paul, Dipl. Pädagogin, langjährige berufliche Erfahrungen in der Beratungs- und Coachingarbeit von Menschen im Berufsleben. Jahrlange Dozententätigkeit u.a. in den Bereichen Kommunikation und Selbstmanagement sowie in der beruflichen Qualifikation im pädagogischen Bereich.

	Ort: Waldsee, Hermann Gmeiner Schule, Saal 21
	Referent/in: Waltraud Oberfrank-Paul
	Gebühr: 26,00 / 39,00 € (4-5 TN)
<b>1500200W01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 07.11.24, 17.00 - 20.30 Uhr



**Bei uns zählt nicht, wo man herkommt. Sondern wo man hinwill.**

**Nutzen Sie die Weiterbildungsangebote der Handwerkskammer der Pfalz.**

- Betriebswirt HwO
- Ausbildung der Ausbilder (AdA)
- Schweißtechnik
- Kfz-Technik
- Elektrotechnik
- Klima- und Umwelttechnik
- CAD-Fachkraft u.v.m.

**Sie haben Fragen? Wir sind für Sie da!**

**Team Weiterbildung**

0621 53824-14 (Ludwigshafen)  
 0631 3677-315 (Kaiserslautern)  
 06341 9664-23 (Landau)  
 0631 3677-173 (Meisterwesen, Betriebswirt)  
 weiterbildung24@hwk-pfalz.de



Die neue Weiterbildungsbroschüre 2024 finden Sie auch zum Download unter: [www.hwk-pfalz.de/weiterbildung](http://www.hwk-pfalz.de/weiterbildung)



**Handwerkskammer der Pfalz**

## ● Rente in Sicht?! (Kleingruppe mit max. 8 Teilnehmenden)

Planen Sie in den nächsten zwei Jahren Ihren (Un-)Ruhestand oder sind Sie von Erwerbsminderungsrente betroffen? Wie können Sie sich auf diese neue Lebensphase vorbereiten? In diesem Workshop werden Sie dieser Frage nachgehen und Lösungsideen entwickeln.

Themen sind:

- Vorbereitung auf den Ruhestand - warum?
- Abschied vom Beruf - den Neubeginn gestalten
- Bestandsaufnahme: eigenes Leben
- Erwartungen und Befürchtungen in der 3. Lebensphase
- Aktivitäten im Ruhestand: geschenkte Jahre nutzen

**Referent/in:** Waltraud Oberfrank-Paul, Dipl. Pädagogin, langjährige berufliche Erfahrungen in der Beratungs- und Coachingarbeit, langjährige Dozententätigkeit u.a. in den Bereichen Kommunikation und Selbstmanagement sowie in der beruflichen Qualifikation im pädagogischen Bereich.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Waltraud Oberfrank-Paul
	Gebühr:	26,00 / 39,00 € (4-5 TN)
<b>I500201S01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 10.10.24, 17.00 - 20.30 Uhr

## ● Clever in Rente! Früher, aber wie?

Immer mehr Menschen im Alter von 55 plus beschäftigen sich mit folgender Kernfrage: Wie kann ich nach dem Ende meines Beschäftigungsverhältnisses meinen Lebensunterhalt bis zur Rente finanzieren und wird diese im Anschluss ausreichen? Die Klärung wird im Workshop anhand folgender Fragen praxisnah vermittelt.

1. Was ist bei einem Aufhebungsvertrag zu prüfen?
2. Welche Altersrente darf ich beantragen?
3. Soll ich Arbeitslosengeld beanspruchen?
4. Welche KV-Beiträge muss ich leisten?
5. Was habe ich bei Betriebsrenten zu beachten?
6. Wie kann ich Steuern optimieren?

**Bitte unbedingt beachten:** Es handelt sich nicht um eine klassische Finanzberatung. Über Geld und Renditen wird nicht gesprochen!

**Referent:** Andreas Winkler ist ausgebildeter Rentenberater und kann Interessierten aus eigener Erfahrung berichten, wie nach über 40 Jahren Erwerbstätigkeit die steuer- und sozialversicherungsrechtlichen Hürden eines Vorruhestandes erfolgreich genommen werden.

	Referent/in:	Andreas Winkler
	Gebühr:	47,00 € inkl. Kursbegleitmaterial
	Ort:	Altrip, Max-Schule, Saal 3
<b>I500202A01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 21.11.24, 17.00 - 18.30 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>I500202S01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 19.09.24, 17.00 - 18.30 Uhr
	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
<b>I500202W02</b>	Termin(e):	1 x am Do. 04.07.24, 17.30 - 19.00 Uhr

## ● Altersrente - Wer? Wann? Wieviel?



In diesem Vortrag wird die Dozentin, eine Mitarbeiterin der Deutschen Rentenversicherung, über die verschiedenen Altersrentenarten, deren Zugangsvoraussetzungen, Rentenabschläge, Ausgleich dieser Abschläge durch Einmalzahlungen, Hinzuverdienst und Teilrenten informieren

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff unter den Arkaden
	Referent/in:	Kerstin Diener, noch nicht bekannt
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I500203B01</b>	Termin(e):	1 x am Do. 05.09.24, 18.00 - 19.30 Uhr

**Unter bestimmten Voraussetzungen können Berufstätige einen Zuschuss zur beruflichen Weiterbildung erhalten (Qualischeck). Informationen dazu unter [www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)**

## Xpert Business (XB)



Das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem Xpert Business vermittelt fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen besonders praxisnah. Der modulare Aufbau ermöglicht einen Einstieg mit unterschiedlichen Vorkenntnissen - auch ganz ohne Vorkenntnisse und Berufserfahrung ist der Einstieg möglich. Jedes Modul kann mit einer freiwilligen Prüfung abgeschlossen werden (Gebühr: 75,00 €). Für jede bestandene Prüfung wird ein Einzelzertifikat ausgestellt. Bestimmte Zertifikate lassen sich zu Xpert Business-Abschlüssen kombinieren, z.B. Xpert Business Finanzbuchhalter/in, und befähigen zur Weiterqualifizierung.

XB Abschlüsse sind bei Partner\*innen anschlussfähig: Z. B. rechnen über 60 Hochschul-Studienzentren XB-Zertifikate direkt als Studienleistung an. Damit können die Absolventinnen und Absolventen sich nahtlos weiterqualifizieren und im Studium wertvolle Zeit sparen.

Weitere Informationen zu Xpert Business finden Sie unter [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Wenden Sie sich an uns unter Tel. 06235 6022 oder E-Mail [tina.mueller@rheinpfalzkreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalzkreis.de), wenn Sie Fragen zu Angeboten haben oder wenn Sie eine Beratung wünschen.

## ● XB: Finanzbuchführung Grundlagen (1) für Frauen



Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Er ist aber auch zur Auffrischung bereits vorhandener Kenntnisse geeignet.

Nach dem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. So sind Sie in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen. Die erworbenen Fähigkeiten können Sie direkt einsetzen und schon im Kurs mit zahlreichen Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis üben.

**Kursinhalte:** Buchführungspflicht nach Handels- und Steuerrecht; Aufzeichnungspflichten; Gewinnermittlungsarten; Aufbau und Inhalte einer Bilanz; Inventurarten und -verfahren; Führen und Aufbewahren von Büchern; Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands- und Erfolgskonten mittels der in der Praxis gängigen DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04; Trennung und Abschluss der Warenkonten; Buchen der Umsatzsteuer, Vorsteuer und Zahllast; Rechnungen im Sinne des Umsatzsteuergesetzes; Privatentnahmen; unentgeltliche Wertabgaben und Privateinlagen; Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben in Form von Geschenken; Bewirtungskosten; Reisekosten; Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren; Sachbezüge und geldwerte Vorteile; betriebliche und private Steuern; Buchen von Belegen.

Die vhs lädt Interessentinnen zu einem Infotermin am Dienstag, 09.07.24, um 18 Uhr ins Bildungszentrum Schifferstadt ein. Bitte geben Sie unter E-Mail [tina.mueller@rheinpfalzkreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalzkreis.de) oder Tel. 06235 6022 Bescheid, wenn Sie zum Infotermin kommen möchten.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Sabine Dromnitzki
	Gebühr:	162,00 € inkl. Lehrbuch im Wert von 24,95 € und Übungsbuch im Wert von 27,95 €

Der Kurs wird zusätzlich aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz zur Gleichstellung von Mann und Frau gefördert und kann deshalb zu einer ermäßigten Gebühr angeboten werden. Weitere Ermäßigungen können nicht gewährt werden.

<b>I505012S01</b>	Termin(e):	15 x ab Sa. 07.09.24, 09.00 - 12.00 Uhr
-------------------	------------	---

Im Anschluss an dieses Seminar können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen (180 Minuten), über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat. Bei Anmeldung zur Prüfung ist eine zusätzliche Gebühr in Höhe von 75,00 Euro zu entrichten. Die bestandene Prüfung ist u.a. Teilqualifikation zum Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“.

**Prüfungstermin:** voraussichtlich am 25.01.25, 9:00 Uhr

**Der Folge-Kurs „Finanzbuchführung (2) für Frauen“ wird im ersten Halbjahr 2025 angeboten.**



www.Fotolia.de © Yuri Arcurs



## EDV für den Beruf

Eine Qualifizierung im Bereich EDV | IT-Kompetenz ist in nahezu allen Berufen notwendig. Speziell beruflich ausgerichtete Kursangebote sind hier aufgeführt. Das gesamte Programm finden Sie im Fachbereich 8 – EDV und Medien.

Wenn Sie eine Beratung zu den EDV-Kursen wünschen, wenden Sie sich bitte an Sibylle Rösner, Tel. 06235 9573 345, E-Mail [sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de](mailto:sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de).

### ● Fit im Büroalltag - EDV-Wiedereinstieg für Frauen MS Word

Sie planen nach einer längeren Pause die Rückkehr in das Berufsleben? Sie wollen Ihr Wissen für die Arbeitsabläufe in Büros auf den neuesten Stand bringen?

In diesem Kurs werden die wichtigsten Grundlagenkenntnisse für den Büroalltag vermittelt und vertieft. Er richtet sich dabei speziell an Frauen, die längere Zeit nicht berufstätig waren und aktuelle EDV Kenntnisse für einen (Wieder-)Einstieg erwerben möchten.

Die Teilnehmerinnen erlernen das Arbeiten mit Windows 10 und den MS Office 2016 Programmen Word, Excel, PowerPoint und Outlook: u. a. Dateimanagement, Textgestaltung, Serienbriefe, einfache Kalkulationen erstellen und formatieren, Präsentationen erstellen, E-Mails, Termine und Kontakte verwalten.

Jedes einzelne Modul kann mit einer freiwilligen Xpert Online Prüfung abgeschlossen werden. Für die bestandene Prüfung wird ein Zertifikat ausgestellt. Das Prüfungsentgelt beträgt pro Modul zusätzlich 39,00 € (Änderungen vorbehalten).

Im Kurs kann ein Buch zum Thema "Fit im Büroalltag mit Windows 10 und Office 2016" zum Preis von 18 Euro erworben werden. (Änderungen vorbehalten). Das Buch umfasst alle Module (außer Outlook) und muss deshalb nur einmalig angeschafft werden.

**Ort:** Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum

**Referent/in:** Dagmar Hohlüchte

**Gebühr:** Der Kurs wird ab 5 Teilnehmenden aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz zur Gleichstellung von Mann und Frau gefördert und kann daher vergünstigt angeboten werden. (Siehe Gebührendarstellung der einzelnen Module).

**Bitte bringen Sie einen eigenen USB-Stick mit, um Ihre Arbeiten zu sichern.**

### ● Modul „MS WORD und Dateiverwaltung“

In Modul "MS Word" erlernen Sie die grundlegenden Techniken zu Word, Text- und Layoutgestaltung, Dokumentenvorlage nutzen, Serienbriefe erstellen etc. Außerdem wird auf das Thema "Dateiverwaltung" eingegangen.

Gebühr: 28,00 € (ab 5 TN) / 130,00 € (4 TN)

**1801075S05** Termin(e): 4 x ab Fr. 06.09.24, 15.00 - 18.00 Uhr

### ● Modul „MS POWER POINT“

In Modul "MS Power Point" erlernen Sie die Grundlagen der Folienbearbeitung, Folientexte eingeben/gestalten, Objekte erzeugen/ gestalten und Präsentationen steuern.

Gebühr: 25,00 € (ab 5 TN) / 70,00 € (4 TN)

**1801075S06** Termin(e): 2 x ab Fr. 04.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr

### ● Modul „MS EXCEL“

In Modul "MS Excel" erlernen Sie die grundlegenden Techniken zu Excel, Dateieingabe, grundlegende Formeln und Funktionen, Diagrammerstellung und Layoutgestaltung.

Gebühr: 35,00 € (ab 5 TN) / 100,00 € (4 TN)

**1801075S07** Termin(e): 3 x ab Fr. 08.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr

### ● Modul „MS OUTLOOK“

In Modul "MS Outlook" erlernen Sie, wie Sie mit Outlook per E-Mail kommunizieren, Kontakte erstellen, Termine sowie Aufgaben erstellen und verwalten.

Gebühr: 25,00 € (ab 5 TN) / 70,00 € (4 TN)

**1801075S08** Termin(e): 2 x ab Fr. 29.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr

Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet! Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



# Begib dich auf neues Terrain.



Finde deinen Kurs  
[volkshochschule.de](http://volkshochschule.de)



## ● Qualifizierung für die Kindertagespflege

Lehrgang nach dem Kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB) des Deutschen Jugendinstituts in Zusammenarbeit mit dem Jugendamt des Rhein-Pfalz-Kreises

Kinder haben ab der Vollendung des ersten Lebensjahres einen Rechtsanspruch auf Betreuung in einer Kindertagesstätte oder in einer Kindertagespflegegestelle. Die Betreuung von Kindern bei Tagesmüttern oder Tagesvätern (Kindertagespflegepersonen) ist eine individuelle, familiennahe und flexible Betreuungsform, die vom örtlichen Jugendamt gefördert wird. Die Tätigkeit in der Kindertagespflege beinhaltet die Bildung und Erziehung sowie Betreuung und Versorgung der Kinder und die Zusammenarbeit mit den Eltern. Um diesem Auftrag gerecht zu werden, bedarf es neben der persönlichen Eignung auch einer fachlichen Qualifizierung der Kindertagespflegepersonen.

- Nur qualifizierte Kindertagespflegepersonen können die notwendige Pflegeerlaubnis des Jugendamtes erhalten.
- Geleitet wird der Kurs von einer sozialpädagogischen Fachkraft, die über vielfältige Erfahrungen in der frühpädagogischen Arbeit und in der Erwachsenenbildung verfügt. Themenbezogene Unterstützung erhält sie durch weitere Fachkräfte.
- Die Unterrichtsthemen beziehen sich auf die Bereiche Bildung / Förderauftrag, Erziehung, Entwicklung, Hygiene, Ernährung, Gesundheit, Erste-Hilfe, Aufbau der Kindertagespflegegestelle und Selbständigkeit, rechtliche Grundlagen.
- Die Inhalte orientieren sich eng an den für die Kindertagespflege typischen Situationen.
- Zusammenhänge von Theorie und Praxis werden immer durch Fallbeispiele und das Einbringen von Erfahrungen verdeutlicht.
- Sie können Ihre vorhandenen Kompetenzen einfließen lassen und weiter ausbauen.
- Sie erhalten die Möglichkeit, sich mit anderen Kindertagespflegepersonen auszutauschen und zu vernetzen.
- Verpflichtende Praktika in Kita und Kindertagespflege ermöglichen erste Praxiseinblicke.

**Teilnahmevoraussetzungen:** Ein entscheidendes Merkmal der Qualität in der Kindertagesbetreuung ist neben der fachlichen auch die persönliche Eignung der Betreuungsperson. Daher ist vor der Kursanmeldung ein persönliches Gespräch mit den pädagogischen Mitarbeiterinnen der Fachstelle Kindertagespflege notwendig.

Formale Zugangsvoraussetzung ist mindestens der Hauptschulabschluss und ausreichende Deutschkenntnisse (mindestens Niveau B2).

Unverzichtbare Voraussetzung für die Teilnahme ist die Freude am Umgang mit Kindern, Einfühlungsvermögen und die Bereitschaft zukünftig Tageskinder zu betreuen.

**Der Lehrgang ist vom Bundesverband für Kindertagespflege e.V. anerkannt und wird durch das Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz gefördert. Er umfasst insgesamt mind. 300 Unterrichtsstunden zzgl. Praktikum. 160 Unterrichtsstunden plus 80 Stunden Praktikum finden tätigkeitsvorbereitend statt. Anschließend laufen 140 Unterrichtsstunden tätigkeitsbegleitend.**

Unterricht ist in der Regel samstags von 9 bis 14.15 Uhr und donnerstags von 18 bis 21.15 Uhr im vhs-Bildungszentrum Schifferstadt statt, teilweise findet der Unterricht auch online als Videokonferenz statt.

Einzelne Termine können evtl. auch an einem Dienstag stattfinden.

**Lehrgangsbeginn:** Samstag, 07.09.2024

**Gebühr:** 300 Euro zzgl. Kosten für den Erste-Hilfe-Kurs und (bei Beantragung) für die Zertifikate des Bundesverbandes Kindertagespflege

Wenn Sie unsicher sind, ob die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson für Sie das Richtige ist, kann ein Beratungsgespräch mit den zuständigen Mitarbeiterinnen der Fachstelle Kindertagespflege bei der Entscheidungsfindung helfen.

**Information und Beratung:** Rhein-Pfalz-Kreis, Jugendamt, Sabine Asal-Frey, Tel. 0621 5909 1340, E-Mail [sabine.asal-frey@rheinpfalzkreis.de](mailto:sabine.asal-frey@rheinpfalzkreis.de)

Sie erhalten im Anschluss an das Beratungsgespräch und die Eignungsfeststellung die Anmeldeunterlagen der vhs.



Bild: Depositphotos

## ● Fortbildung Kindertagespflege: **Gesund-Lecker-Praktikabel - Mittagessen in der Kindertagespflege (Bildungswerkstatt)**

Fortbildung mit theoretischem und praktischem Teil

Theorie: Bedarfsorientierte Auswahl und praktikable Umsetzung der Mittagsverpflegung - auch für Kleinkinder (U3)

Praxis: Zubereiten von (klein)kindgerechten Gerichten mit anschließender Verkostung

Ein frisch gekochtes Mittagessen gehört meist zum Standard in der Kindertagespflege. Für die gesunde Entwicklung der Kinder ist eine abwechslungsreiches, kindgerechtes Speisenangebot besonders wichtig. Idealerweise orientiert sich die Zusammenstellung der Mahlzeiten an dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“.

Die Fortbildung bietet Unterstützung in der täglichen Arbeit, um die Anforderungen an die Qualität einer vollwertigen, kindgerechten Verpflegung zu bewältigen.

In einem theoretischen Teil erörtern wir die Themen:

- Kleinkinder (U3), was dürfen und können die Kleinsten essen? Was bedarf besonderer Beachtung?
- Gesund-lecker-praktikabel: Wie kann man alles in Einklang bringen?
- Wie kann ich das Mittagessen abwechslungsreich gestalten und Gemüse integrieren?
- Wie gehe ich mit Lebensmittelunverträglichkeiten um? Welche Möglichkeiten bieten sich?

Im anschließenden praktischen Teil werden wir gemeinsam in Gruppen Speisen nach Rezepturen zubereiten, reflektieren und natürlich unsere Ergebnisse verkosten.

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kurpfalzschule
	Referent/in:	Christiane Groß
	Gebühr:	frei
<b>1502109D01</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 07.09.24, 09.00 - 14.00 Uhr

Gefördert durch das Ministerium für Bildung des Landes Rheinland-Pfalz.

Die Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen finden in Kooperation mit dem Jugendamt des Rhein-Pfalz-Kreises statt und richten sich ausschließlich an tätige Kindertagespflegepersonen.

Unter bestimmten Voraussetzungen können Berufstätige einen Zuschuss zur beruflichen Weiterbildung erhalten (Qualischeck). Informationen dazu unter [www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)

## ● Fortbildung Kindertagespflege: Achtsamkeit von Anfang an - die Pikler Pädagogik in der Praxis



### 1. Einführung in die Pikler-Pädagogik

Wie kann es gelingen, dass Kleinkinder in den ersten 3 Jahren sich ihren Bedürfnissen entsprechend entwickeln können? Die Betreuungssituation von Kleinkindern erfordert eine gute Vorbereitung, damit sich Kinder in sicheren und stabilen Beziehungen geborgen fühlen. So können sie sich, gemäß ihren eigenen Interessen, aus eigener Initiative bewegen und spielen. Dieser Einführungskurs orientiert sich am pädagogischen Ansatz der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902-1984), die gezeigt hat, wie die kindliche Entwicklung kompetent unterstützt und begleitet werden kann, so dass junge Kinder physisch und psychisch gesund aufwachsen können. Anhand von Selbsterfahrungsübungen, Filmen und Gesprächen werden wir die Bedeutung dieses Ansatzes für die Praxis erarbeiten und für den Alltag in der Kindertagespflege nutzbar machen.

#### Der Einführungskurs umfasst folgende Schwerpunkte:

- Die Biografie von Emmi Pikler
- Die drei Säulen der Pikler-Pädagogik
- Die selbständige Bewegungsentwicklung
- Die Beziehungsgestaltung in der Pflege
- Spielentwicklung und selbständiges Spiel

### 2. Beziehungsvolle Pflege - im Dialog sein mit dem Kind

In wiederkehrenden Momenten des Alltags ist der Erwachsene in besonderer Beziehung zum einzelnen Kind. Die Qualität des Umgangs mit ihm ist in diesen Situationen entscheidend, ob sich das Kind gut aufgehoben und geborgen fühlt. Durch zugewandte Pflege entsteht eine Atmosphäre der Entspannung. Erwachsener und Kind können in einen Dialog von Wort und Handlung treten. Dieses aufmerksame und achtsame Verhalten im täglichen Umgang wirkt sich positiv auf die Entwicklung des Kindes und der Beziehung zum Erwachsenen aus. Auf dieser Grundlage kann sich Ruhe und Freude ausbreiten.

#### Gemeinsam schauen wir auf eigene Alltagssituationen in der Kindertagespflege und wie diese gestaltet werden können anhand der folgenden Fragestellungen:

- Welche Alltagssituationen können beziehungsvoll gestaltet werden?
- Welche Rahmenbedingungen sind dafür nötig?
- Wie sieht bedürfnisorientierte Begegnung und Ansprache aus?
- Wie können Abläufe in der Pflege so gestaltet werden, dass sie zu wertvollen Momenten des Alltags werden?

### 3. Spielen ist Lernen

Spielen und tätig sein bedeutet für das Kind lernen. Im freien Spiel kann das Kind aktiv seinen Interessen folgen. Im Spiel entdeckt das Kind die Welt. Es spielt aus Freude, Lust und Neugier. Dafür braucht es günstige Bedingungen. Diese schafft der Erwachsene, indem er eine gute Beziehung zum Kind aufbaut, die Umgebung entwicklungsgemäß vorbereitet und genügend Zeit zur Verfügung stellt. Dann kann das Kind seinen eigenen Interessen nachgehen, Fähigkeiten selbst entdecken und seine Selbstbildungsprozesse autonom gestalten.

#### Wir werden uns mit folgenden Fragestellungen beschäftigen:

- Welches sind Entwicklungsthemen des Kindes in den ersten 3 Jahren?
- Welches sind geeignete Spiel und Bewegungsmaterialien?
- Wie sieht eine vorbereitete Umgebung aus?
- Wie können geeignete Rahmenbedingungen das freie Spiel unterstützen?
- Wie kann das freie Spiel pädagogisch begleitet werden?

Praxisnah werden wir den Alltag der Kindertagespflege betrachten, der eine Vielzahl an kindorientierten Lernmomenten bieten kann.

Zu allen Terminen bitte bequeme Kleidung tragen und eine Matte oder Decke oder Handtuch zum Liegen am Boden mitbringen.

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Zentrum Alte Schule (1. OG)
	Referent/in:	Elisabeth Mendoza
	Gebühr:	frei
<b>1502117D01</b>	Termin(e):	Sa. 14.09.24, 09.00 - 15.30 Uhr Sa. 21.09.24, 09.00 - 15.30 Uhr Sa. 09.11.24, 09.00 - 15.30 Uhr

Gefördert durch das Ministerium für Bildung des Landes Rheinland-Pfalz.

**Unter bestimmten Voraussetzungen können Berufstätige einen Zuschuss zur beruflichen Weiterbildung erhalten (Qualischeck). Informationen dazu unter [www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)**

## ● Fortbildung Kindertagespflege: Kinderschutz nach § 8a SGB VIII Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung

Kindertagespflegepersonen haben einen wichtigen Auftrag zum Schutz von Kindern vor Kindeswohlgefährdung, der im § 8a SGB VIII neu geregelt wurde.

In den nächsten Jahren müssen alle Kindertagespflegepersonen nach und nach die Fortbildung „Kinderschutz“ absolvieren. Eine Auffrischung ist in einem dreijährigen Rhythmus geplant. Wir bieten Ihnen 2023 zwei Termine zur Auswahl an.

#### Inhalte der Fortbildung:

- Welche Arten von Kindeswohlgefährdung (KWG) gibt es?
- Wie erkenne ich die Hinweise für eine KWG?
- Wie spreche ich mit den Kindern und deren Eltern?
- Welche Beratungsmöglichkeiten gibt es für mich?
- Welche Pflichten muss ich bei einem Verdacht der KWG beachten?
- Ablauf einer Beratung durch eine „insoweit erfahrene Fachkraft“

In der Fortbildung wird den Teilnehmenden viel Raum gegeben, eigene Erfahrungen einzubringen.

Der gegenseitige Austausch soll den Bereich der eigenen Kompetenz erweitern. Die Teilnehmenden werden gestärkt im Ansprechen von schwierigen Themen.

	Ort:	Hochdorf-Assenheim, Historisches Rathaus Assenheim
	Referent/in:	Olaf von Knobelsdorff
	Gebühr:	frei
<b>1502120D02</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 31.08.24, 09.00 - 14.00 Uhr

Gefördert durch das Ministerium für Bildung des Landes Rheinland-Pfalz.

## ● Fortbildung Kindertagespflege: Erste-Hilfe-Fortbildung

Innerhalb von zwei Jahren können die Kenntnisse des Erste-Hilfe-Grundlehrgangs durch eine Erste-Hilfe-Fortbildung mit ebenfalls neun Unterrichtseinheiten aufgefrischt werden. Die Unfallkasse Rheinland-Pfalz trägt für alle tätigen Kindertagespflegepersonen die Kosten der Erste-Hilfe-Fortbildung.

Liegt die letzte Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Grundlehrgang länger als zwei Jahre zurück, muss zunächst ein Erste-Hilfe-Grundlehrgang absolviert werden, um die Kosten der Erste-Hilfe-Fortbildung von der Unfallkasse übernehmen zu bekommen. Ein Erste-Hilfe-Grundlehrgang wird nicht über das Fortbildungsprogramm für Kindertagespflegepersonen angeboten.

Ein Referent der Firma Juniormed wird Sie spielerisch mit vielen praktischen Übungen und interaktiven Trainingsmethoden auf den neuesten Stand bringen. Da die Kosten den Erstattungsbetrag der Unfallkasse übersteigen, übernimmt das Kreisjugendamt den Differenzbetrag für Sie. Angemeldeten Personen, die nicht an der Schulung teilnehmen, wird der Gesamtbetrag in Rechnung gestellt!

Teilnehmende, die keine Kindertagespflegepersonen des Rhein-Pfalz-Kreises sind, müssen vorab die Beantragung der Kostenübernahme bei der Unfallkasse RLP durch das für sie zuständige Jugendamt oder den Arbeitgeber auf den Weg bringen.

#### Zur Schulung sind die Zusage zur Kostenübernahme sowie die Teilnehmerliste mitzubringen. Die Mehrkosten in Höhe von 14 Euro je Teilnehmer\*in werden am Schulungstag beim Referenten bezahlt.

Veranstalter: „Juniormed“ Antonio NietoBerdote & Holger Buchwald GbR ([www.juniormed.de](http://www.juniormed.de))

	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, OG
	Referent/in:	Nieto-Berdote und Buchwald GbR
	Gebühr:	Die Mehrkosten i.H.v. 9 Euro je TN sind am Schulungstag beim Referenten zu zahlen.
<b>1502130D02</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 16.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr

**Die Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen finden in Kooperation mit dem Jugendamt des Rhein-Pfalz-Kreises statt und richten sich ausschließlich an tätige Kindertagespflegepersonen.**

● **Fortbildung Kindertagespflege: Hygieneschulung - Lebensmittelhygiene und Infektionsschutz in der Kindertagespflege**

Eine Auffrischung der Hygieneschulung muss alle fünf Jahre mit 3 Unterrichtseinheiten für aktive Kindertagespflegepersonen erfolgen.

Herr Dr. Sebastian Kevekordes, Hygienebeauftragter des Klinikums Ludwigshafen, unterrichtet Sie in dieser Schulung zum Thema Lebensmittelhygiene und Infektionsschutz in der Kindertagespflege.

Die Schulung findet im Rahmen der Qualifizierungsmaßnahme für Kindertagespflegepersonen statt.

Ort:	Hochdorf-Assenheim, Historisches Rathaus Assenheim
Referent/in:	Sebastian Kevekordes
Gebühr:	frei
<b>I502135D01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.00 - 20.30 Uhr

## Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten

Anmeldungen für Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten bei Anja Gerent-Schneider, E-Mail [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de), bei Rückfragen Tel. 06235 9573 343 (vorm.)

● **Kita-Verpflegung - gesund und lecker**

Das Angebot einer Mittagsverpflegung gehört heute zum Standard der meisten Kindertageseinrichtungen. In vielen Kitas und Tagespflegeeinrichtungen wird dabei täglich frisch gekocht. Für die gesunde Entwicklung der Kinder ist ein abwechslungsreiches, kindgerechtes Speisenangebot besonders wichtig. Idealerweise orientiert sich die Zusammenstellung der Mahlzeiten an dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“. Die Seminarreihe „Kita-Verpflegung - gesund und lecker“ richtet sich an Hauswirtschaftskräfte und Tagespflegepersonen, die mit der Gestaltung und Zubereitung des Mittagessens in der Tageseinrichtung in Rheinland-Pfalz betraut sind. Die Seminarreihe bietet Unterstützung in der täglichen Arbeit, um die immer größer werdenden Anforderungen an die besondere Qualität einer vollwertigen, kindgerechten Verpflegung zu bewältigen.

In verschiedenen Praxis-Modulen werden unterschiedliche Themenfelder bearbeitet. Zu den grundlegenden Inhalten gehören das Basiswissen „Kochen“, Warenkunde, sowie Praxistipps zur Arbeitsorganisation und Speisenplanung. In allen Bereichen wird Bezug auf den DGE-Qualitätsstandard genommen. Folgemodule werden mit veränderten Rezepten, Schwerpunkten und Praxisinformationen angeboten.

Die Modulreihe ist ein Kooperationsprojekt des Landesverbandes der Volkshochschulen mit der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung und der Ernährungsberatung am FACHZENTRUM ERNÄHRUNG Rheinland-Pfalz. Die Fortbildungen werden gefördert vom Ministerium für Bildung. Die Seminare können einzeln oder als Kursreihe belegt werden.



● **Kita-Verpflegung - gesund und lecker: Traditionelle Klassiker aus der Pfälzer Küche kleinkindgerecht zubereitet (Modul IV)**

Kochpraxis: traditionelle Klassiker aus der Pfälzer Küche kleinkindgerecht zubereitet

Bitte melden Sie sich bis spät. 04.09.24 für diesen Kurs an.

Bitte mitbringen: Kochschürze, 5 Geschirrhandtücher, Spüllappen, Müllbeutel, Behälter für evtl. entstehende Essensreste, etwas zum Trinken

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Julia Frary-Schantz
Gebühr:	10,00 €
	Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss keine kostenfreie Stornierung mehr möglich ist.
<b>I503307Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 11.09.24, 17.30 - 20.30 Uhr

● **Kita-Verpflegung - gesund und lecker: Gemüsebeilagen kindgerecht**



Kochpraxis: kindgerechte Gemüsebeilagen

Bitte melden Sie sich bis spät. 18.09.24 für diesen Kurs an.

Bitte mitbringen: Kochschürze, 5 Geschirrhandtücher, Spüllappen, Müllbeutel, Behälter für evtl. entstehende Essensreste, etwas zum Trinken

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Elvira Wirt
Gebühr:	10,00 €
	Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss keine kostenfreie Stornierung mehr möglich ist.
<b>I503308Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 25.09.24, 17.30 - 20.30 Uhr

● **Kita-Verpflegung - gesund und lecker: Praktische Umsetzung von Hygieneregeln an saisonalen Rezepten (inkl. Hygieneschulung und Belehrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz)**

Der Herbst ist da: bunt - regional - saisonal - lecker!

Kochpraxis: Küchenpraxis anhand ausgewählter Rezepturen von „fitkid“ DGE, praktische Umsetzung der Hygieneregeln

Das Modul schließt die jährliche Hygieneschulung (Verordnung Nr. 852/2004) und die Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz § 43 ein

Bitte melden Sie sich bis spät. 23.10.24 für diesen Kurs an.

Bitte mitbringen: Kochschürze, 5 Geschirrhandtücher, Spüllappen, Müllbeutel, Behälter für evtl. entstehende Essensreste, etwas zum Trinken

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Christiane Groß
Gebühr:	10,00 €
	Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss keine kostenfreie Stornierung mehr möglich ist.
<b>I503309Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 30.10.24, 17.30 - 20.30 Uhr

Bild: Fotolia



Anmeldungen für Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten bei Anja Gerent-Schneider, E-Mail [kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaefsstelle@vhs-rpk.de), bei Rückfragen Tel. 06235 9573 343 (vorm.)

Ein Rücktritt ist bei Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten nur bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich.



Anmeldungen für Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten bei Anja Gerent-Schneider, E-Mail kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de oder Tel. 06235 9573 343 (vorm.)

Ein Rücktritt ist bei Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten nur bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich.



Bild von Jill Wellington auf Pixabay

**vhs** Landesverband Rheinland-Pfalz

## Weiterbildung für die Weiterbildung

### Fortbildungsveranstaltungen für Kursleiter\*innen

Der Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz bietet in jedem Semester ein umfangreiches Fortbildungsprogramm für Kursleiterinnen und Kursleiter an. Sie finden Fortbildungsveranstaltungen zu folgenden Bereichen:

- Erwachsenenpädagogische Qualifizierung
- Lehren und Lernen
- Weblernen
- Gesundheit
- Kultur
- Gesellschaft
- Sprachen – Integration – Alphabetisierung

[www.vhs-rlp.de/fortbildungen/veranstaltungen-fuer-kursleitende/](http://www.vhs-rlp.de/fortbildungen/veranstaltungen-fuer-kursleitende/)



Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Geschäftsstelle Ihrer Volkshochschule vor Ort oder direkt beim Landesverband:

**Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.**  
 Hintere Bleiche 38  
 55116 Mainz  
 Telefon: 0 61 31 2 88 89-0, Fax -30  
 E-Mail: [geschaeftsstelle@vhs-rlp.de](mailto:geschaeftsstelle@vhs-rlp.de)  
[www.vhs-rlp.de](http://www.vhs-rlp.de)

### ● Kita-Verpflegung - gesund und lecker: Gemüse und Hülsenfrüchte versteckt (Modul II)



Kochpraxis: Rezept mit Gemüse und Hülsenfrüchten - gute „Versteckte“ in Soßen, Suppen, Dressings und mehr!

Bitte melden Sie sich bis spät. 13.11.24 für diesen Kurs an.

Bitte mitbringen: Kochschürze, 5 Geschirrhandtücher, Spüllappen, Müllbeutel, Behälter für evtl. entstehende Essensreste, etwas zum Trinken

Ort:	Limburgerhof, Rudolf-Wihr-Realschule plus
Referent/in:	Christiane Groß
Gebühr:	10,00 €
	Bitte beachten Sie, dass nach dem Anmeldeschluss keine kostenfreie Stornierung mehr möglich ist.
<b>1503310Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mi. 20.11.24, 17.30 - 20.30 Uhr

### ● Fachkraft für Kinderperspektive im Kita-Beirat (FaKiB)

Qualifizierung für Erzieher\*innen und pädagogische Fachkräfte

Kindertageseinrichtungen sind Orte FÜR und VON Kindern. Das neue Kita-Gesetz möchte diese Tatsache stärker berücksichtigen und hat daher den Kita-Beirat ins Leben gerufen. Dort kommen Vertreter\*innen von Träger, Einrichtung und Eltern zusammen. Damit auch die Perspektive der Kinder nicht vergessen wird, wurde die neue Stelle „Fachkraft für Kinderperspektiven“ geschaffen. Diese bringt die Ansichten und Meinungen der Kinder mit ein.

Als Fachkraft für Kinderperspektiven setzen Sie sich dafür ein, dass Kinder sich mit ihrer Kita identifizieren, sie mitgestalten und Spuren hinterlassen. In dieser eintägigen Basisfortbildung lernen Sie, die Kita mit Kinderaugen zu sehen. Intensives Hinhören, genaues Beobachten und festhalten, auf Schatzsuche gehen sind methodische Schlüssel, die in der Fortbildung vermittelt werden. Außerdem beschäftigen Sie sich mit Methoden der Partizipation wie z.B. dem Gruppenrat oder dem Kinderparlament und mit Möglichkeiten der Ermutigung, so dass der „Stärkekoffer“ der Kinder gefüllt wird.

Ziel der Fortbildung ist es, die Sichtweise von Kindern erfassen, interpretieren und analysieren zu können, sowie die Interessen der Kinder im Kita-Beirat vertreten zu können. Nach dem Besuch der Fortbildung können Sie von Ihrer Einrichtung als „Fachkraft für Kinderperspektiven“ in den Kita-Beirat entsandt werden.

Referentin: Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbilderin, systemischer ElternCoach

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Ulrike Strubel
Gebühr:	88,00 / 75,00 € (ab 10 TN)
<b>1503450Z02</b>	Termin(e): 1 x am Di. 05.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr

## ● Gewaltfreie Kommunikation in der Kita - Wenn die Giraffe mit dem Wolf tanzt



Mit den Handpuppen von Wolf und Giraffe vermitteln Sie Kindern anschaulich und leicht die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation (GFK). So lernen beide Seiten eine Sprache von Herz zu Herz, die sog. „Giraffensprache“, mit der sich Konflikte und Streit vermeiden, bzw. leichter lösen lassen.

### Inhalte:

- Die vier Schritte der GFK: Beobachtung - Gefühl - Bedürfnis - Bitte
- Beobachtung von Bewertung/Interpretation unterscheiden lernen
- Wut, Angst, Enttäuschung, Ärger: die gelbe Warnlampe blinkt SOS
- Nach Giraffen-Art hören und Bedürfnisse formulieren lernen
- Meine Bitte an dich: Damit machst du mein Leben schöner und leichter

Die Inhalte werden praxisnah und anschaulich vermittelt. Erzieher\*innen bzw. pädagogische Fachkräfte gewinnen Sicherheit in der Anwendung, erarbeiten sich einen Vier-Schritte-Leitfaden, mit dem Sie Streit zwischen Kindern kreativ moderieren, Elterngespräche souverän und professionell leiten können.

Referentin: Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbilderin, systemischer ElternCoach

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Ulrike Strubel
Gebühr:	88,00 / 75,00 € (ab 10 TN)
<b>I503455Z01</b>	Termin(e): 1 x am Mo. 25.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr



## ● Qualifizierung zur Praxisanleitung für Erzieher\*innen in Kindertagesstätten

Die Anleitung einer Praktikantin bzw. eines Praktikanten ist eine vielfältige und komplexe Anforderung für jede erfahrene Fachkraft. Die Anleiterin oder der Anleiter ist Kollegin/Kollege, aber auch erstes berufliches Rollenvorbild. Sie/Er vermittelt auf dem Hintergrund ihrer/seiner beruflichen Erfahrung Wissen über die Einrichtung und die pädagogische Arbeit, leitet in konkreten Praxisituationen an, fördert die Entwicklung zur Erzieherpersönlichkeit und beurteilt die Leistungen im Praktikum. Sie/Er gestaltet aktiv den Anleitungsprozess, führt beratende Gespräche und arbeitet mit der zuständigen Fachschule zusammen. Diese Aufgabe erfordert Einfühlungsvermögen sowie persönliche und fachliche Kompetenz.

In der Fachschulverordnung Sozialwesen von 2005 bzw. der aktualisierten Neufassung vom 15. August 2022, ist die Zusatzqualifikation „Praxisanleitung“ als verbindlich für diejenigen festgeschrieben, die Erzieher\*innen und Heilerziehungspfleger\*innen im Berufspraktikum ausbilden wollen. Die Fortbildung ist für Erzieher\*innen in Kindertagesstätten konzipiert, die sich nach zweijähriger Berufserfahrung für die Anleitung von Praktikant\*innen qualifizieren wollen.

Sie gibt einen Einblick in das neue, handlungsorientierte Lernfeldkonzept, das dem Lehrplan für die Erzieher\*innen-Ausbildung zugrunde liegt und vermittelt und vertieft Rollen-, Methoden- und Reflexionskompetenz zur Vorbereitung, Gestaltung, Vertiefung und zum Abschluss des Anleitungsprozesses.

### Folgende Themen werden bearbeitet:

**Modul 1:** Rahmenbedingungen, Lehrplan der Erzieherausbildung in Rheinland-Pfalz, Gestaltung der Kooperation mit der Fachschule und Hochschule.

**Modul 2:** Planung des Ausbildungsprozesses, Gestaltung des Ausbildungsprozesses, Planung und Anleitung in verschiedenen Phasen, einrichtungsspezifische Ausbildungsplanung und -steuerung

**Modul 3:** Aufbau und Gestaltung einer tragfähigen Beziehung zur Praktikantin/zum Praktikanten, Modelle der Kommunikation, verschiedene Gesprächsanlässe, Einschätzung und Beurteilung des Bildungs- und Entwicklungsprozesses anhand des Ausbildungsplanes, den Anforderungen der Praxis und den schulischen Beurteilungskriterien

Anmeldungen für Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten bei Anja Gerent-Schneider, E-Mail kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de oder Tel. 06235 9573 343 (vorm.)

Ein Rücktritt ist bei Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten nur bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich.

**Modul 4:** Gestaltung von Abschiedsprozessen, Präsentation der Ausbildungsplanung.

**Methoden:** Theoretischer Input, Gruppen- und Einzelarbeit, Übungen, Fallarbeit, Methodentraining, kollegiale Beratung

Für das Zertifikat sind die aktive Mitarbeit und die Teilnahme an allen sieben Kurstagen erforderlich.

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Heidi Gadinger-Moser
Gebühr:	595,00 € nicht ermäßigbar
<b>J503892Z01</b>	Termin(e): Mo. 27.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Di. 28.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Mi. 29.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Do. 30.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Di. 25.03.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Mi. 26.03.25, 09.00 - 16.00 Uhr
	Do. 27.03.25, 09.00 - 16.00 Uhr

## ● Pädagogische Basisqualifizierung im Sinne der Fachkräftevereinbarung für Kindertageseinrichtungen

Angesprochen sind Personen, die im Sinne der Fachkräftevereinbarung vom 01.07.2021 als profilergänzende Kräfte in einer Kindertageseinrichtung tätig sind oder tätig werden bzw. von der Fachkräftevereinbarung aufgrund ihrer Qualifikation zugelassen sind.

Ein multiprofessionelles Team in der Kita ist eine Bereicherung für die Arbeit und Betreuung der Kinder in jeder Einrichtung. Mit der neuen Fachkräftevereinbarung in Rheinland-Pfalz können je nach Konzeption einer Kita Experten oder Fachleute, sogenannte profilergänzende Kräfte, zur Bildung von multiprofessionellen Teams eingesetzt werden. Parallel zur Aufnahme dieser Tätigkeit muss die profilergänzende Kraft eine pädagogische Basisqualifizierung absolvieren. Die Basisqualifizierung soll im ersten Jahr nach Aufnahme der Tätigkeit begonnen und innerhalb von zwei Jahren nach Beginn der Qualifizierung abgeschlossen werden.

### Ziele der Qualifizierung:

- Zentrale Grundlagen der pädagogischen Arbeit in Kitas kennenlernen
- Die eigene Rolle und das Selbstverständnis reflektieren und entwickeln
- Grundkenntnisse pädagogischen Handelns erwerben
- Sensibilisierung für die Gestaltung der Bildungs- und Erziehungspartnerschaft

Die Qualifizierung findet in 10 zweitägigen Modulen statt. Die Inhalte richten sich nach der Rahmenvereinbarung zur Gestaltung von pädagogischen Basisqualifizierungen im Sinne der Fachkräftevereinbarung für Tageseinrichtungen für Kinder in Rheinland-Pfalz.

**Modul 1:** Entwicklung eines pädagogischen Selbstverständnisses

Welche berufliche Motivation bringen die Teilnehmer\*innen mit? Wie beeinflusst die berufliche Identität die Arbeit in der Kita und welche Rolle nehmen sie in der pädagogischen Arbeit ein?

Fortsetzung nächste Seite

Unter bestimmten Voraussetzungen können Berufstätige einen Zuschuss zur beruflichen Weiterbildung erhalten (Qualischeck). Informationen dazu unter [www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)

## Modul 2: Rechtliche Grundlagen der rheinlandpfälzischen Kitas

Die gesetzlichen Grundlagen der Betreuung in Rheinland Pfalz werden besprochen. Welche rechtlichen Rahmenbedingungen sind wichtig in der Arbeit mit Kindern?

Aufsichtspflicht in der Kita: Was ist zu beachten?

Die Bildungs- und Erziehungsempfehlungen in Rheinland Pfalz als Grundlage des pädagogischen Handelns sind ebenfalls Thema.

## Modul 3: Pädagogische Grundlagen

Das Bild vom Kind hat sich stark verändert. Heute spricht man von Kindern als Akteure ihrer Entwicklung. Was bedeutet dies für die pädagogische Fachkraft in der Begleitung der Kinder? Welcher professionelle Erziehungsstil wird in den Kitas umgesetzt? Die pädagogischen Konzepte der Einrichtungen werden diskutiert.

## Modul 4: Entwicklungspsychologie

In den ersten sechs Lebensjahren finden grundlegende Entwicklungen in den Bereichen Motorik, Kognition, sozial-emotionales Verhalten, Sprache, Sinne und Wahrnehmung statt. Diese sind oft grundlegend für die Entwicklung der Persönlichkeit des Kindes. Das Wissen über Entwicklungsschritte in diesen Bereichen ist für die Planung von pädagogischen Angeboten von Bedeutung. Welche Chancen und Herausforderungen ergeben sich bei der Begleitung durch die pädagogische Fachkraft?

## Modul 5: Übergänge im Kita-Alltag

Der Übergang von der Familie in die Kita oder später in die Grundschule kann ein wichtiges Erleben und eine Herausforderung für das Kind sein. In den Einrichtungen werden deshalb Eingewöhnungskonzepte und Kooperationen mit den Grundschulen umgesetzt. Verschiedene Modelle und deren Umsetzung werden besprochen.

Ergebnisse der Bindungsforschung zeigen die Bedeutung über den Aufbau von Bindung und Beziehung zwischen Kind und Pädagoge auf. Wie kann eine gute Beziehung zu den Kindern gelingen?

## Modul 6: Bildung in der Kita

Die Kita als Ort der ganzheitlichen Bildung der Kinder. Was bedeutet dies in der Kita?

Was bedeutet Bildung in den Alltagssituationen und den Aktivitäten? Welche Bildungsbereiche sind relevant und sollten in den päd. Alltag integriert werden? Die alltagsintegrierte sprachliche Bildung ist ein weiteres Thema.

## Modul 7: Lernen und Spielen

Die Bedeutung des Spiels für Kinder im Kindergartenalter ist enorm. Wie entwickelt sich das kindliche Spiel in den verschiedenen Altersspannen? Welche Lernformen und Spielformen benutzen Kinder in den verschiedenen Bildungsbereichen? Welche Bedeutung hat eine vorbereitete Umgebung für die Spielaktivität der Kinder?



Ein Rücktritt ist bei Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten nur bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich.

Anmeldungen für Fortbildungen für Fachkräfte in Kindertagesstätten bei Anja Gerent-Schneider, E-Mail kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de oder Tel. 06235 9573 343 (vorm.)

## Modul 8: Inklusion und Diversität

Die Inklusion von Kindern mit Handicap ist eine Aufgabe der Kita, die immer öfter Alltagsarbeit wird. Welche Modelle der Inklusion gibt es, wie kann sie gelingen?

Die verschiedenen Lebenswelten der Kinder kann die Entwicklung von Kindern beeinflussen. Wie kann die Kita dem entgegenwirken?

Kinder mit herausforderndem Verhalten sind oft eine Belastung für die pädagogischen Fachkräfte. Wie kann ein Umgang mit ihnen gelingen? Was ist hilfreich, was nicht?

## Modul 9: Beobachtung und Dokumentation

Beobachtungen und Dokumentationen sind die Grundlagen pädagogischen Handelns. Es gibt sehr viele Beobachtungsverfahren auf dem Markt. Ein Überblick soll die Orientierung erleichtern und die Notwendigkeit von Beobachtungen erläutern.

## Modul 10: Kooperation und Vernetzung

Elternarbeit: Was muss / kann sein? Gute Wege in der Zusammenarbeit werden aufgezeigt.

Die profilergänzenden Fachkräfte sind ein Teil eines Gesamtteams. Welche Erwartungen, Rollen und Konflikte können in einem Team entstehen?

Die Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen ist Alltag in der Kita. Welche Formen und Projekte gibt es?

In diesem Modul findet der Abschluss der Basisqualifizierung statt. Die Reflexion der Fortbildung und die Übergabe des Zertifikats sind Bestandteil des letzten Tages.

Wissensvermittlung findet im Wechsel von Plenum, Kleingruppenarbeit und Einzelarbeit statt. Weiterhin besteht die Möglichkeit, sich über Erfahrungen und Probleme im Alltag auszutauschen.

Die Volkshochschule stellt nach Kursende und erfolgreicher Teilnahme eine Bestätigung über das Absolvieren der pädagogischen Basisqualifizierung nach der Rahmenvereinbarung des Landes Rheinland-Pfalz aus.

Es wird erwartet, dass die Teilnehmenden aktiv mitarbeiten und sich einbringen. Der Besuch aller Module ist Voraussetzung für das Zertifikat.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Heidi Gadinger-Moser
	Gebühr:	1.550,00 / 1.350,00 € (ab 10 TN) nicht ermäßigbar
<b>1503500Z01</b>	Termin(e):	Di. 12.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 13.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 10.12.24, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 11.12.24, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 21.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 22.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 18.02.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 19.02.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 18.03.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 19.03.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 29.04.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 30.04.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 20.05.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 21.05.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 10.06.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 11.06.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 02.09.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 03.09.25, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 23.09.25, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 24.09.25, 09.00 - 16.00 Uhr

Unter bestimmten Voraussetzungen können Berufstätige einen Zuschuss zur beruflichen Weiterbildung erhalten (Qualischeck). Informationen dazu unter [www.berufliche-weiterbildung.rlp.de](http://www.berufliche-weiterbildung.rlp.de)

# Branchenspezifische Fachlehrgänge und Fortbildungen (Pädagogik und Hauswirtschaft)



## ● Stark gegen Stress - Resilienz mit Kindern wirksam trainieren (online)



Resilienz als seelische Widerstandskraft bei Belastungen und Stresserleben lässt sich mit Kindern und Jugendlichen effektiv trainieren - zu Hause und im pädagogischen Umfeld. Vor allem sehr sensible Kinder gewinnen durch Resilienztraining an innerer Stärke und Handlungsfähigkeit in herausfordernden Situationen.

In diesem Workshop erhalten Sie wissenswerte Informationen zur Resilienzförderung und zum Schutzfaktoren-Konzept im Kindes- und Jugendalter. Sie lernen vielfältige Übungen kennen, die Kids & Teens dabei unterstützen, erfolgreich mit Konflikten, präventiv und aktiv mit Stress umzugehen. Methoden zur Förderung verschiedener Resilienzbausteine wie z.B. Selbstwirksamkeit, Steuern von Gefühlen, soziale Kompetenz, positive Selbstwahrnehmung, Problemlösen u.a. werden im Seminar vorgestellt und selbst praktisch erprobt.

**Die Übungen können Sie leicht „zwischen durch“ als Eltern/Erziehungsberechtigte oder im pädagogischen Alltag als Fachkräfte einsetzen.**

Die Kursleitung Daniela Heil ist Förderschullehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Systemischer Coach, Entspannungs- / Stressbewältigungs- und Resilienztrainerin.

Ort:	Online
Referent/in:	Daniela Heil
Gebühr:	70,00 / 80,00 € (6-7 TN) inkl. Kursunterlagen
105101Z01	Termin(e): 1 x am Sa. 06.07.24, 09.00 - 15.30 Uhr

## ● Marte Meo Praktiker\*in

In Zusammenarbeit mit Marte Meo Pfalz



**Zielgruppe:** Der Kurs ist für Fachkräfte aus sozialen, erzieherischen, therapeutischen und pflegerischen Arbeitsbereichen entwickelt, die mit Kindern, Jugendlichen, Eltern, Erwachsenen, Menschen mit Beeinträchtigung oder alten Menschen arbeiten. In ihrer Arbeit möchten sie diese bei der Ausbildung bzw. dem Erhalten notwendiger kommunikativer, sozialer und emotionaler Fähigkeiten unterstützen.

**Ziel der Ausbildung:** Diese Ausbildung bietet Fachpersonal die Möglichkeit, erworbene Marte Meo Basisinformationen in ihren persönlichen Arbeitsalltag und -kontext zu integrieren. Anhand von arbeitsnahen Videos werden Marte Meo Informationen sehr individuell erläutert und Verhaltensmöglichkeiten aufgezeigt, die der Entwicklungsunterstützung gesunder Klienten ebenso zu Gute kommen wie Klienten mit besonderen Bedürfnissen und / oder auffälligem Verhalten.

### Kursinhalte:

- Basisinformation Marte Meo (Vorstellung der Methode)
- Information der Marte Meo Elemente im Zusammenhang mit der kindlichen Entwicklungsunterstützung bzw. dem Erhalt von Fähigkeiten
- Verbindung der Marte Meo Elemente zum jeweiligen Arbeitsfeld
- Vorstellung unterschiedlicher Marte Meo Verhaltensmodelle
- Trainieren und Umsetzen der Marte Meo Technik anhand eigener Videoclips
- Vorstellung der Interaktionsanalyse

**Die Ausbildung umfasst sechs Kurstage.**

**Die Erstellung von Videoclips ist erforderlich.**

Bei kompletter Teilnahme und Vorstellen eigener Clips erhalten die Teilnehmer\*innen ein Zertifikat von Marte Meo International, Eindhoven, Niederlande

**Kursort:** Marte Meo Pfalz, Speyerer Str. 97, Limburgerhof

**Referentin:** Sabine Herrle, lic. Marte Meo Supervisorin

**Gebühr:** 700,00 Euro inkl. Kursunterlagen und Zertifikat

Unterstützung zur Finanzierung: Förderung über Qualischeck

**Anmeldung mit Qualischeck:** Tina Müller, Tel. 06235 6022, E-Mail kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de

**Weitere Informationen:** <https://martemeo-pfalz.de>

Ort:	Limburgerhof, Marte Meo Pfalz
Referent/in:	Sabine Herrle
Gebühr:	700,00 € inkl. Kursunterlagen und Zertifikat nicht ermäßigbar, Förderung über Qualischeck möglich
1508099Z02	Termin(e): Do. 12.09.24, 09.00 - 16.00 Uhr Mi. 09.10.24, 09.00 - 16.00 Uhr Mo. 04.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr Do. 28.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr Do. 19.12.24, 09.00 - 16.00 Uhr Di. 28.01.25, 09.00 - 16.00 Uhr

## ● Hauswirtschafter\*in (Vorbereitungslehrgang auf die Externenprüfung - Berufsabschluss)

Der Lehrgang der vhs Rhein-Pfalz-Kreis bereitet auf die Abschlussprüfung im Ausbildungsberuf Hauswirtschafter\*in bei der ADD (Aufsichts- und Dienstleistungsdirektion) Trier vor.

Angesprochen sind Personen, die ungelernt im hauswirtschaftlichen Bereich oder in angrenzenden Tätigkeitsbereichen wie Reinigung oder Gastronomie arbeiten oder über mindestens 4,5 Jahre gearbeitet haben.

Die Inhalte richten sich nach der Neuordnung im Ausbildungsberuf Hauswirtschafter\*in, die zum 01.08.2020 in Kraft getreten ist.

### Themenschwerpunkte sind:

- Hauswirtschaftliche Versorgungs- und Betreuungsbedarfe personen-, zielgruppen- und situationsorientiert ermitteln
- Hauswirtschaftliche Betreuungsleistungen erbringen
- Verpflegung planen sowie Speisen und Getränke zubereiten und servieren
- Räume und Wohnumfeld reinigen, pflegen und gestalten
- Textilien einsetzen, reinigen, pflegen
- Hauswirtschaftliche Produkte und Dienstleistungen kalkulieren, erstellen und vermarkten
- Im Team arbeiten, mit angrenzenden Zuständigkeitsbereichen kooperieren, Personen anleiten und bei der Personaleinsatzplanung mitwirken
- Wirtschafts- und Sozialkunde

**Voraussetzung:** 4,5 Jahre Tätigkeit im hauswirtschaftlichen Bereich

(Ein entsprechender Nachweis muss bei der Prüfungsmeldung vorgelegt werden, bitte nehmen Sie bei Unklarheiten unbedingt vor Lehrgangsbeginn Kontakt auf! Die Zugangsvoraussetzungen können vorab bei der ADD (Aufsichts- und Dienstleistungsdirektion) geprüft und bestätigt werden lassen.)

**Beginn:** 10. März 2025

**Lehrgangsdauer:** ca. 1,5 Jahre bis 18 Monate (berufsbegleitend), Prüfung im Herbst/Winter 2026

**Unterrichtszeit:** montags, jeweils 17.30-21.30 Uhr (5 UE), zusätzlich nach Bedarf einige wenige Termine an einem anderen Wochentag oder samstags  
Die Schulferien RLP sind unterrichtsfrei.

**Unterrichtsort:** Realschule Limburgerhof, Neuhofener Str. 81d und vhs-Bildungszentrum Schifferstadt, Neustückweg 2 (wenige Termine)

**Gebühr:** auf Anfrage

**Infoabend:** Montag, 04.11.24, 17:30 Uhr, Bildungszentrum Schifferstadt, Neustückweg 2

Bitte melden Sie sich für den Infotermin unter E-Mail [tina.mueller@rheinpfalz-kreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalz-kreis.de) oder [kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de) an.

**Infos und Beratung:** Tina Müller, Tel.: 06235 6022, E-Mail: [tina.mueller@rheinpfalz-kreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalz-kreis.de), vhs-Bildungszentrum, Neustückweg 2, 67105 Schifferstadt

**Anmeldung:** Ulrike Ehmann, Tel.: 0621 5909 3420, E-Mail: [ulrike.ehmann@rheinpfalz-kreis.de](mailto:ulrike.ehmann@rheinpfalz-kreis.de), Geschäftsstelle der vhs Rhein-Pfalz-Kreis, Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen



Aktuelle Programmergänzungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis finden Sie im Internet!



Nutzen Sie auch die Online-Anmeldemöglichkeit unter [vhs-rpk.de](https://vhs-rpk.de)



## Weiterbildung für Betriebe



Sie möchten die interne oder die externe Kommunikation Ihrer Firma verbessern? Sie benötigen eine fremdsprachlich-kulturelle Kompetenzerweiterung für Ihre Mitarbeiter/innen? Sie brauchen eine spezifische Weiterbildung für Ihre betrieblichen Erfordernisse?

Die vhs des Rhein-Pfalz-Kreises bietet Ihnen - auch kurzfristig - ein speziell auf Ihre betrieblichen Bedürfnisse zugeschnittenes Weiterbildungsprogramm an.

Wir verfügen über einschlägige Erfahrungen in der Weiterbildung speziell für Firmen, über ein Jahrzehnte langes, profundes wie aktuelles Know-how und über einen qualifizierten Dozentenpool.

**Kontakt über:**  
**Marlena Keller**  
Tel. 0621 5909 3500  
Fax 06235 9573 343  
E-Mail: [marlena.keller@rheinpfalzkreis.de](mailto:marlena.keller@rheinpfalzkreis.de)

- EDV
- Sprachen
- Social Media
- Konfliktmanagement
- Rhetorik
- Präsentations- und Moderationstechniken
- u.v.m.

Wenn Sie uns  
bei der Anmeldung  
Ihre E-Mail-Adresse geben,  
können wir Sie schnell über  
Änderungen oder neue  
Kursangebote informieren.

# Grundbildung Schulabschlüsse



## Grundbildung Schulabschlüsse

Nicht alle Menschen hatten die Möglichkeit, ausreichend lesen und schreiben zu lernen.

Nutzen Sie Ihre Chance bei der vhs Rhein-Pfalz-Kreis, wenn Sie lesen und schreiben lernen oder Ihre Kenntnisse vertiefen möchten.

Ergänzt wird der Bereich durch Kurse für Schüler\*innen.

- Lesen und Schreiben
- Lernen mit Spaß für Schüler\*innen

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis bietet bis auf Weiteres keine Schulabschluss-Lehrgänge an:

Ansprechpartnerin für den Bereich ist Tina Müller,  
Tel. 06235 6022, E-Mail

[tina.mueller@rheinpfalzkreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalzkreis.de).

# Lesen und Schreiben

## ● Lerncafé im Bildungszentrum Schifferstadt - Grundbildung und Alphabetisierung für Erwachsene

Haben Sie Schwierigkeiten in Lesen, Schreiben und Rechnen? Brauchen Sie Hilfe beim Umgang mit Computer und Internet? Die Lerncafé-Leiterin unterstützt und berät Sie. Interessante Lernmaterialien, Bücher in einfacher Sprache und Computer sorgen für eine angenehme Lernumgebung. Bringen Sie gerne Freunde und Bekannte mit oder machen Sie Personen, die Sie kennen, auf das Angebot aufmerksam.

Das Lerncafé ist kostenfrei und steht allen interessierten Personen offen.

Es ist ein Ort

- zum Lernen und Plauschen
  - zum Beraten und Unterstützen
  - zum Fragen und Verstehen
- und soll einen Einstieg in den Lernprozess erleichtern.

**Eine Anmeldung für das Lerncafé ist nicht erforderlich. Kommen Sie einfach dienstags ab 16.30 Uhr im Bildungszentrum Schifferstadt, Neustückweg 2 vorbei.**

Ansprechpartnerin  
bei der vhs:  
Volha Baschnagel  
Tel. 0621 5909 3490,  
E-Mail: volha.baschnagel@  
rheinpfalzkreis.de



Bild von StockSnap auf Pixabay



Das Projekt „GrubiNetz - Kompetenznetzwerk Grundbildung und Alphabetisierung Rheinland-Pfalz“ bietet in Rheinland-Pfalz modellhaft 15 Lerncafés an.

Das Projekt GrubiNetz wird gefördert durch den Europäischen Sozialfonds und das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung des Landes Rheinland-Pfalz.

Lesen.  
Schreiben.  
Rechnen.

Wollten Sie schon immer besser werden in:  
Lesen, Schreiben, Rechnen, Computer, Geld, Ernährung?  
Wir unterstützen Sie dabei!

Kommen Sie ins Lerncafé in Schifferstadt:  
dienstags 16.30 Uhr - 18.45 Uhr  
Bildungszentrum, Neustückweg 2, 67105 Schifferstadt

Das Angebot ist gebührenfrei.

Rheinland-Pfalz  
MINISTERIUM FÜR  
WISSENSCHAFT, WEITERBILDUNG  
UND KULTUR

**AlphaPortal**  
Grundbildung und Alphabetisierung  
in Rheinland-Pfalz

[www.alpha.rlp.de](http://www.alpha.rlp.de)

**vhs** cloud

Lernraum der Zukunft  
zum Mitgestalten

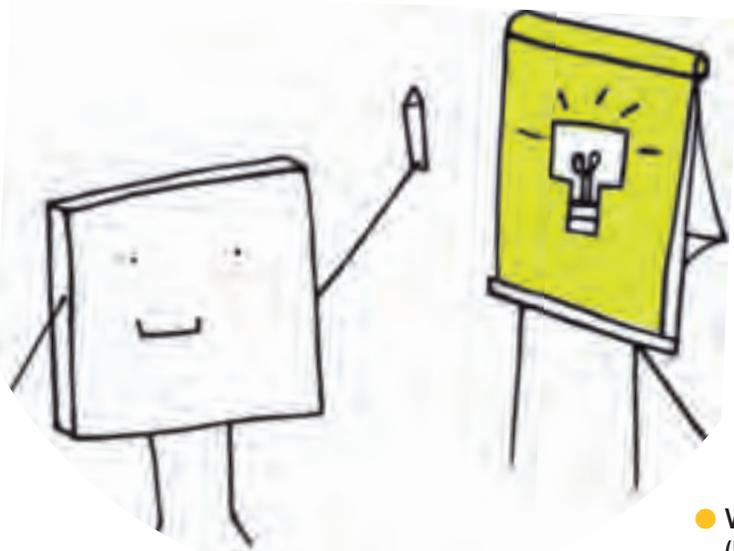
[www.vhs.cloud](http://www.vhs.cloud)

# Vielfalt auf einen Klick!

Suchen, finden, buchen.  
Mit dem vhs-Kursfinder auf  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Mehr als  
500.000 Kurse.  
Jetzt  
entdecken!

**vhs** 



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis bietet bis auf Weiteres keine Schulabschluss-Lehrgänge an:  
 Ansprechpartnerin für den Bereich ist Tina Müller,  
 Tel. 06235 6022, E-Mail [tina.mueller@rheinpfalzkreis.de](mailto:tina.mueller@rheinpfalzkreis.de).

## Lernen mit Spaß für Schüler\*innen

### ● Leichter lernen - Lerntechniken für Kinder und Jugendliche (10 - 15)

In diesem Workshop übst du einfache und lustige Gedächtnistechniken, die dir das Lernen und Merken erleichtern. Spickzettel und Abschreiben in der Schule sollen überflüssig werden. Du lernst außerdem, deinen Lernalltag effektiv und optimal zu organisieren. Zum Schluss gibt's Pizza.

Schule und Hausaufgaben machen uns allen viel mehr Spaß, wenn wir über sinnvolle Lernstrategien verfügen, die unsere Lernzeit verkürzen, uns die Unlust vor dem Lernen nehmen und bessere Noten beschern.

**Kursinhalte:** Konzentration, mein optimaler Lernplatz, Einteilung der Hausaufgaben, Wie viele Pausen soll ich mir gönnen?, Klassenarbeitsvorbereitung, So klappt die Klassenarbeit am besten!, Ablenkungen vermeiden, Spaß und Erfolg mit Vokabeln, Und wenn ich keine Lust habe?

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Leuchtmärker, Snacks für kleine Pausen

	Referent/in: Karen Keller
	Gebühr: 24,00 / 30,00 € (6-7 TN) inkl. 5,00 Euro für Kopien und Pizza
	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>909609S02</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 14.12.24, 09.00 - 13.30 Uhr
	Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
<b>909609W01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 09.11.24, 09.00 - 13.30 Uhr

### ● Vokabeln lernen mit Spaß und Erfolg (ab 5. Klasse)

Vokabeln lernen soll langweilig sein? Kommt ganz darauf an, wie du sie lernst. Dieses kleine Seminar führt dich und deine Freunde in das Geheimnis der Vokabeln mit ihren vielfältigen spaßigen Lernmöglichkeiten ein. Ihr lernt rund 20 spielerische Arten kennen und die Besten probiert ihr auch gleich aus. Am besten meldet ihr euch mit einem Freund/einer Freundin zusammen an, der oder die mit euch in die gleiche Klasse geht.

**Inhalte:** Wie viele Vokabeln muss ich bis zum Schulabschluss lernen? Wozu brauche ich überhaupt Vokabeln? Wie lange lernen jeden Tag? Vokabelspiele: Welches Material brauche ich dafür? Vokabeln auf lustige Art mit Freunden lernen; auch zum alleine Lernen gibt's tolle Ideen; keine schlechten Noten mehr im Vokabeltest

Bitte mitbringen: aktuelles Fremdsprachenbuch (Englisch, Französisch oder Latein) und Schreibsachen

	Ort: Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in: Karen Keller
	Gebühr: 13,00 / 17,00 € (6-7 TN)
<b>909610C01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 16.11.24, 09.30 - 12.30 Uhr

### ● Vorbereitung auf die Abiturprüfung Mathematik (Leistungskurs mit WTR)

Der Kurs richtet sich an Schüler\*innen allgemeinbildender Gymnasien, die ihre Chancen auf ein gutes Mathematikabitur verbessern wollen. Er soll - kurz vor der Abiturprüfung - entstandene Lücken schließen und bestehendes Wissen festigen. Durch die ausführliche Bearbeitung früherer Abitur- und prüfungsähnlicher Aufgaben wird eine zusätzliche Sicherheit geschaffen, die es ermöglicht, die schriftliche Prüfung besser zu absolvieren.

Der Kurs findet an zwei Wochenenden statt und wird schwerpunktmäßig das zentral gestellte Thema Analysis (mit WTR) behandeln. Inhalte der Analysis sind ganzrationale und gebrochenrationale Funktionen, trigonometrische Funktionen, Exponentialfunktionen, erweiterte Differential- und Integralrechnung, Produktregel, Kettenregel, Quotientenregel, Funktionsuntersuchungen mit Nullstellen, Monotonie, Extremstellen, Wendestellen, Tangenten, Symmetrie, Flächenberechnungen, Integralfunktion, unbegrenzte Flächen, Mittelwerte von Funktionen, Rotationsvolumen...

Weitere Kursinhalte sind die Grundlagen der Stochastik und der Geometrie / lineare Algebra. Je nach Bedarf und Zusammensetzung des Kurses können die Wahlpflicht-Themen der Prüfung auch stärker eingebunden werden.

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in: Michael Hauff
	Gebühr: 70,00 / 94,00 € (6-7 TN)
<b>909670B01</b>	Termin(e): Sa. 16.11.24 09.00 - 13.00 Uhr
	So. 17.11.24 09.00 - 13.00 Uhr
	Sa. 23.11.24 09.00 - 13.00 Uhr
	So. 24.11.24 09.00 - 13.00 Uhr

### ● Kopf oder Zettel - Merktechniken für jede\*n (ab 16 Jahre)

Schnelles und sicheres Abspeichern von Informationen ist in Schule und Studium, am Arbeitsplatz oder im Ruhestand für jeden Trumpf.

Wie kann ich mir problemlos Namen oder Zahlen merken, den Einkaufszettel getrost zur Seite legen? Wie kann ich mein Erinnerungsvermögen nachhaltig und besser trainieren? Mit gezielten, auf die Teilnehmer\*innen abgestimmten kleinen Übungen gelingt es spielend. Kenntnisse über die Funktionen unseres Gehirns helfen dabei. Sie erhalten tolle Tipps zur Steigerung der Merkfähigkeit sowie zum eigenen Training.

Der Referent ist Gedächtnistrainer, Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

	Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
	Referent/in: Harald Drescher
	Gebühr: 13,00 / 20,00 € (6-7 TN)
<b>106031A01</b>	Termin(e): 1 x am Do. 14.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr



Bild von Rafael Javier auf Pixabay



## EDV und Medien

Bild: © Depositphotos, Gaudil

Digitale Medien und Netzwerke sind aus dem privaten und beruflichen Alltag nicht mehr wegzudenken.

Wir unterstützen Sie dabei, den Umgang mit verschiedenen Medien, EDV und Internet zu erlernen und zu vertiefen. Dabei bieten wir Einsteiger\*innen und Fortgeschrittenen Kurse an und greifen regelmäßig aktuelle Themen für Sie auf.

- PC-Grundlagenkurse
- MS Office (Word, Excel, Outlook, PowerPoint)
- Android Smartphone und Tablet
- PC-Sprechstunde und PC-Treffs
- Social Media
- Internet und Multimedia
- Kreativ am PC

**Sie haben Fragen zu einem Kurs?**

Ihre Ansprechpartnerin:  
Sibylle Rösner | Tel. 06235 9573 345  
E-Mail: [sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de](mailto:sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de)

Anmeldungen bitte nur über die örtlichen Volkshochschulen  
(Seite 4)

# PC Grundlagenkurse

## ● PC Einzelsprechstunde (gebührenfrei)

**Aufgrund großer Nachfrage auch in 2024!**

Sie haben bestimmte Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig.

Sie erhalten in unseren PC-Einzelsprechstunden ganz individuelle technische Beratung. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop.

**Bitte reservieren Sie Ihren 60-minütigen Termin online unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de) oder bei Ihrer örtlichen vhs, Ansprechpartner\*innen auf Seite 4. Änderungen der Termine und Räumlichkeiten vorbehalten.**



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Projektpartner in der landesweiten Initiative „Bürgernahe Medienkompetenz - DigiNetz der Weiterbildung in Rheinland-Pfalz“. Aus diesem Grund kann die „PC-Sprechstunde“ gebührenfrei angeboten werden.



**Dozentin**  
**Andrea Haalboom**

**Gebühr:** frei, nach Voranmeldung (siehe oben), eine Sprechstunde dauert 60 Minuten. Es können pro TN insgesamt max. drei PC-Sprechstunden in Anspruch genommen werden.

**Ort:** Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum

**Referent/in:** Andrea Haalboom

**ab 1800016S83** **Termin(e):** 08.08., 15.08., 10.10., 20.11.24, jeweils um 8-9 Uhr, 9-10 Uhr, 10-11 Uhr, 11-12 Uhr, 12-13 Uhr, 13-14 Uhr, 14-15 Uhr, 15-16 Uhr, 16-17 Uhr

29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 17.10., 24.10., 07.11., 14.11.24, jeweils um 13-14 Uhr, 14-15 Uhr, 15-16 Uhr, 16-17 Uhr

28.11.24, jeweils um 9-10 Uhr, 10-11 Uhr, 11-12 Uhr

05.12., 12.12., jeweils um 9-10 Uhr, 10-11 Uhr, 11-12 Uhr, 12-13 Uhr, 13-14 Uhr, 14-15 Uhr, 15-16 Uhr, 16-17 Uhr

**Ort:** Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff

**Referent/in:** Peter Pappon

**ab 1800016B34** **Termin(e):** 01.10., 08.10.24, jeweils um 10-11 Uhr, 11-12 Uhr, 12-13 Uhr, 13-14 Uhr

**Termin(e):** 12.11., 19.11., 03.12.24, jeweils um 12-13 Uhr, 13-14 Uhr, 14-15 Uhr, 15-16 Uhr

**Ort:** Lamsheim, Rathaus

**Referent/in:** Inge Lange

**ab 1800016H34** **Termin(e):** 09.09., 23.09., 07.10., 21.10., 28.10., 04.11., 18.11., 02.12.24, jeweils um 9-10 Uhr, 10-11 Uhr, 11-12 Uhr, 12-13 Uhr

**Ort:** Maxdorf, Rathaus

**Referent/in:** Inge Lange

**ab 1800016L34** **Termin(e):** 10.09., 24.09., 08.10., 22.10., 29.10., 05.11., 19.11., 03.12.24, jeweils um 13:30-14:30 Uhr, 14:30-15:30 Uhr, 15:30-16:30 Uhr, 16:30-17:30 Uhr

**Hinweis:** Damit Kurse bereits ab 3 bzw. 4/5 Teilnehmer\*innen stattfinden können, werden die Gebühren „gestaffelt“ berechnet.

Das heißt, dass sich die Gebühr nach der Zahl der Anmeldungen richtet (3 TN, 4-5 TN, 6-7 TN, ab 8 TN).

Auf unserer Website finden Sie immer das aktuelle Programm: [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

## ● Computer für Einsteiger\*innen - EDV Grundlagen

Sie möchten sich mit Ihrem Computer/Laptop einmal richtig auskennen? Dann ist der Kurs richtig für Sie, um einen Überblick zu erhalten.

Vom Anschalten des PCs/Laptops, über den Umgang mit Maus und Tastatur bis zum selbstständigen Schreiben, Speichern und Ausdrucken von Texten wird Ihnen alles in Ruhe gezeigt. Sie lernen die Möglichkeiten des PCs/Laptops kennen und auch die Programme (Explorer, WordPad, Word) durch das Anwenden zielsicher zu nutzen.

Die Inhalte werden sehr ausführlich, in ruhigem Tempo und verständlich vermittelt und zur Vertiefung wiederholt.

Die Inhalte werden anhand von PCs am Schulungsort vermittelt. Wenn Sie den Umgang mit Ihrem eigenen Laptop erlernen möchten, dann bringen Sie bitte Ihr eigenes Gerät inkl. Ladekabel mit.

**Ort:** Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum

**Referent/in:** Mark Meck

**Gebühr:** 41,00 / 68,00 € (6-7 TN) / 100,00 € (4-5 TN) / 133,00 € (3 TN)

**1800017S03** **Termin(e):** 4 x ab Mo. 16.09.24, 09.30 - 11.45 Uhr

## ● In 10 Schritten zum sicheren PC

Wer Daten von anderen Computern oder aus dem Internet übernimmt, setzt sich der Gefahr von Viren, Trojanern und Hackerangriffen aus. Wie schützt man seinen PC oder sein Netzwerk? Welche Software ist geeignet?

**Inhalte:** Virenarten - Hackerangriff - Angriffstaktiken - Abwehrmanöver - Software und Installation.

**Voraussetzung:** Gute EDV-Kenntnisse.

Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop oder Tablet mit Ladekabel mit.

**Referent/in:** Thomas Kreichgauer

**Ort:** Römerberg, Altes Bürgermeisteramt, Hinterhaus, rechts

**Gebühr:** 18,00 / 28,00 € (6-7 TN) / 41,00 € (4-5 TN) / 55,00 € (3 TN)

**1800010R02** **Termin(e):** 1 x am Di. 17.09.24, 18.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum

**1800010S01** **Termin(e):** 1 x am Di. 08.10.24, 18.00 - 21.30 Uhr

## MS Office

### Textverarbeitung mit Word

#### ● MS WORD Grundkurs

In diesem Kurs erlernen Sie die grundlegenden Techniken der Textverarbeitung an konkreten praxisnahen Beispielen, um ansprechende Dokumente wie Briefe, Lebensläufe, Einladungen etc. erstellen zu können.

**Inhalte:** Arbeitsoberfläche - Markieren - Erfassen und Bearbeiten von Texten - Korrektur - Textbausteine - Dateiverwaltung - Formatieren von Dokumenten - Aufzählung und Nummerierung - Kopf- und Fußzeilen - Layout - Drucken

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, um Ihre Daten zu sichern.

**Ort:** Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum

**Referent/in:** Michael Kus

**Gebühr:** 47,00 / 76,00 € (6-7 TN) / 112,00 € (4-5 TN)

**1801001S04** **Termin(e):** 3 x ab Mo. 07.10.24, 17.30 - 20.30 Uhr

**Gebühr:** 36,00 / 56,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) / 110,00 € (3 TN)

**1801001S05** **Termin(e):** 1 x am Sa. 16.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr

## Textverarbeitung mit Excel

### ● MS EXCEL Grundkurs

Sie werden systematisch in die Funktionen der Tabellenkalkulation MS-Excel eingeführt und gewinnen einen umfassenden Überblick anhand praxisorientierter Beispiele. Mit zahlreichen Übungen erhalten Sie den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten von MS-Excel. Ziel ist die sichere und selbstständige Anwendung von MS-Excel und das ansprechende Gestalten von Tabellen.

**Inhalte:** Bedienungsgrundlagen - Aufbau des Arbeitsblattes - Steuerung - Zellen - Zellinhalte und Bezüge - Tabellen gestalten - einfache Formeln und Funktionen - Filtern und Sortieren - Diagramme erzeugen - Druckoptimierung.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, um Ihre Daten zu sichern.

	Referent/in:	Michael Kus
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Gebühr:	47,00 / 76,00 € (6-7 TN) / 112,00 € (4-5 TN)
<b>1801020S05</b>	Termin(e):	3 x ab Di. 17.09.24, 17.30 - 20.30 Uhr
	Gebühr:	36,00 / 56,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) / 110,00 € (3 TN)
<b>1801020S06</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 12.10.24, 09.00 - 16.00 Uhr
	Gebühr:	47,00 / 76,00 € (6-7 TN) / 112,00 € (4-5 TN)
<b>1801020S07</b>	Termin(e):	3 x ab Mi. 06.11.24, 17.30 - 20.30 Uhr

### ● MS EXCEL Aufbaukurs

Spezielle Funktionen einsetzen, professionelle Diagramme erstellen, komplexe Auswertungen mithilfe von Pivot-Tabellen und vieles mehr: In diesem Seminar erlernen und vertiefen Sie die professionellen Arbeitstechniken im Umgang mit Microsoft Excel und lernen, wie Sie Ihre Daten schnell und professionell analysieren und visualisieren können.

**Inhalte:** Listenfunktion und Filter - Weiterführende Funktionen - Daten konsolidieren - Pivot-Tabellen - Datentabelle - Zielwertsuche - Szenarien erstellen - Spezielle Diagramme.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, um Ihre Daten zu sichern.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Michael Kus
	Gebühr:	36,00 / 56,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) / 110,00 € (3 TN)
<b>1801026S03</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 09.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr

## Weitere Office-Anwendungen

### ● MS PowerPoint und Präsentationstechniken

Mit dem Präsentationsprogramm PowerPoint können Sie Informationen und Ergebnisse vor Publikum perfekt inszenieren. Im diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Ideen aufbereiten und ihre individuelle Präsentation umsetzen.

**Inhalte:** Grundlagen Präsentationstechnik - 10 Schritte zur Präsentation - Folien erstellen - Design wählen und anpassen - Einfügen von Textfeldern, Grafiken, Organigrammen, Tabellen und Diagrammen, Musik und Videos - Übergänge und Animationen.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, um Ihre Daten zu sichern.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Michael Kus
	Gebühr:	36,00 / 56,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) / 110,00 € (3 TN)
<b>1801051S04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 28.09.24, 09.00 - 16.00 Uhr



**PC-Einzelsprechstunden (gebührenfrei) für alle Bürger\*innen**

Sie haben konkrete Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop. **Bitte sehen Sie auf Seite 104 die jeweiligen möglichen Termine und wie Sie einen 60-minütigen Termin reservieren können.**

## ● Microsoft Outlook - Mail- und Terminmanagement

Outlook ist das meistbenutzte E-Mail-Programm der Welt. Aber Outlook geht weit über die E-Mail Verwaltung hinaus. Neben der klassischen Funktion als reines E-Mail-Programm hilft Ihnen Outlook, Termine professionell zu verwalten, Aufgaben zu planen, Termine einzuhalten, Kunden in einer Datenbank zu pflegen.

**Inhalte:** Grundlagen und Bedienoberfläche - Kontakte verwalten - Adressbuch nutzen und Verteilerlisten erstellen - Termine und Besprechungen planen - elektronischen Kalender nutzen - Aufgaben einrichten und verwalten - Posteingang organisieren und grundlegende E-Mail-Funktionen verwenden - Journale zur Dateiverwaltung nutzen und mit Notizen arbeiten.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Michael Kus
	Gebühr:	32,00 / 51,00 € (6-7 TN) / 76,00 € (4-5 TN) / 102,00 € (3 TN)
<b>1801060S03</b>	Termin(e):	2 x ab Mo. 01.07.24, 17.30 - 20.30 Uhr
	Gebühr:	36,00 / 56,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (4-5 TN) / 110,00 € (3 TN)
<b>1801060S04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 23.11.24, 09.00 - 16.00 Uhr



**Mache dir Fremdes vertraut.**



Wir setzen auf **HERDT** Schulungsmaterialien

[www.herdt.com](http://www.herdt.com)



Bild: www.Fotolia.de © Yuri Arcurs

● **Fit im Büroalltag - EDV-Wiedereinstieg für Frauen - MS WORD**

Sie planen nach einer längeren Pause die Rückkehr in das Berufsleben? Sie wollen Ihr Wissen für die Arbeitsabläufe in Büros auf den neuesten Stand bringen?

In diesem Kurs werden die wichtigsten Grundlagenkenntnisse für den Büroalltag vermittelt und vertieft. Er richtet sich dabei speziell an Frauen, die längere Zeit nicht berufstätig waren und aktuelle EDV Kenntnisse für einen (Wieder-)Einstieg erwerben möchten.

Die Teilnehmerinnen erlernen das Arbeiten mit Windows 10 und den MS Office 2016 Programmen Word, Excel, PowerPoint und Outlook: u.a. Dateimanagement, Textgestaltung, Serienbriefe, einfache Kalkulationen erstellen und formatieren, Präsentationen erstellen, E-Mails, Termine und Kontakte verwalten.

Jedes einzelne Modul kann mit einer freiwilligen Xpert Online Prüfung abgeschlossen werden. Für die bestandene Prüfung wird ein Zertifikat ausgestellt. Das Prüfungsentgelt beträgt pro Modul zusätzlich 39,00 € (Änderungen vorbehalten).

Im Kurs kann ein Buch zum Thema "Fit im Büroalltag mit Windows 10 und Office 2016" zum Preis von 18 Euro erworben werden. (Änderungen vorbehalten). Das Buch umfasst alle Module (außer Outlook) und muss deshalb nur einmalig angeschafft werden.

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Dagmar Hohlüchte
Gebühr:	Der Kurs wird ab 5 Teilnehmenden aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz zur Gleichstellung von Mann und Frau gefördert und kann daher vergünstigt angeboten werden. (Siehe Gebührendarstellung der einzelnen Module).

**Bitte bringen Sie einen eigenen USB-Stick mit, um Ihre Arbeiten zu sichern.**

● **Modul „MS WORD und Dateiverwaltung“**

In Modul "MS Word" erlernen Sie die grundlegenden Techniken zu Word, Text- und Layoutgestaltung, Dokumentenvorlage nutzen, Serienbriefe erstellen etc. Außerdem wird auf das Thema "Dateiverwaltung" eingegangen.

Gebühr:	28,00 € (ab 5 TN) / 130,00 € (4 TN)
<b>1801075S05</b>	Termin(e): 4 x ab Fr. 06.09.24, 15.00 - 18.00 Uhr

● **Modul „MS POWER POINT“**

In Modul "MS Power Point" erlernen Sie die Grundlagen der Folienbearbeitung, Folientexte eingeben/gestalten, Objekte erzeugen/ gestalten und Präsentationen steuern.

Gebühr:	25,00 € (ab 5 TN) / 70,00 € (4 TN)
<b>1801075S06</b>	Termin(e): 2 x ab Fr. 04.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr

● **Modul „MS EXCEL“**

In Modul "MS Excel" erlernen Sie die grundlegenden Techniken zu Excel, Dateieingabe, grundlegende Formeln und Funktionen, Diagrammerstellung und Layoutgestaltung.

Gebühr:	35,00 € (ab 5 TN) / 100,00 € (4 TN)
<b>1801075S07</b>	Termin(e): 3 x ab Fr. 08.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr

● **Modul „MS OUTLOOK“**

In Modul "MS Outlook" erlernen Sie, wie Sie mit Outlook per E-Mail kommunizieren, Kontakte erstellen, Termine sowie Aufgaben erstellen und verwalten.

Gebühr:	25,00 € (ab 5 TN) / 70,00 € (4 TN)
<b>1801075S08</b>	Termin(e): 2 x ab Fr. 29.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr

## Smartphone und Tablet

● **„Digitales Reisevergnügen“  
Planung eines Wander-  
urlaubs - mit dem  
Smartphone (Android)**

Der Kurs gliedert sich in zwei Schwerpunkte: Wir planen mit dem Smartphone zuerst eine Reise und danach wird die gemeinsame Reise fiktiv durchgeführt.

„Wer einmal eine Reise tut“, weiß, wie viel im Vorfeld zu organisieren ist, bis der Urlaub beginnen kann. Dabei ist die Planung heute durch „digitale Helfer“ wesentlich leichter. Wir tauchen spielerisch in die digitale Urlaubswelt ein und **planen gemeinsam einen Wanderurlaub im Schnee**. Dabei werden u.a. Online-Portale vorgestellt, die den besten Preis für die Unterkunft ermitteln, sowie Apps, die wichtige Verkehrsverbindungen aufzeigen.

Nach der **Planung schnappen wir uns die imaginären Autoschlüssel oder Bahntickets und beginnen unsere Reise**. Wir finden gemeinsam heraus, wie wir mit dem Auto sicher an unseren Urlaubsort kommen, welche Orte uns die besten Pausen ermöglichen oder wie wir über die geänderten Bahnpläne informiert bleiben.

Anhand der digitalen Helfer wählen wir die Wanderwege, werfen einen Blick auf die aktuelle Wetterlage und finden heraus an welchen Orten zu welchen Zeiten eingekehrt werden kann. Die Gegend erkunden wir anhand von Besonderheiten, Freizeitmöglichkeiten und Festaktivitäten, um auch den für einen richtigen Reisezeitpunkt zu finden. Dabei schauen wir ebenfalls, wie die Urlaubsfotos und -videos gesichert und mit der Familie oder Freunden geteilt werden können.

Im Lauf der digitalen Reise sammeln Sie so Schritt-für-Schritt die passenden digitalen Helfer auf Ihrem Smartphone, um diese für Ihre nächste (echte) Reise parat zu haben.

**Als Voraussetzung für diesen Kurs sollte man einen Grundlagenkurs über das Smartphone besucht oder sich selbst die Grundlagen erarbeitet haben. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie dazu gerne.**

*Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (Android), inkl. Ladekabel mit und möglichst alles, was Sie beim Kauf des Gerätes erhalten haben. Bitte denken Sie auch an die PIN Ihrer SIM-Karte (Telefonkarte).*

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Andrea Haalboom
Gebühr:	41,00 / 66,00 € (6-7 TN) / 77,00 € (5 TN) / 98,00 € (4 TN)
<b>1802003S04</b>	Termin(e): 3 x ab Do. 31.10.24, 09.00 - 12.00 Uhr



Bild: www.Fotolia.de



**PC-Einzelsprechstunden (gebührenfrei)  
für alle Bürger\*innen**

Sie haben konkrete Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop. **Bitte sehen Sie auf Seite 104 die jeweiligen möglichen Termine und wie Sie einen 60-minütigen Termin reservieren können.**

Auf unserer Website finden Sie immer das aktuelle Programm: [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

● **Wisch und Weg? Ihr Smartphone kann mehr! Smartphone einrichten und bedienen: einfach und sicher (Android)**

Ihr Android-Smartphone ist weit mehr als ein Handy - es ist ein transportabler Computer, der Ihnen den Alltag erleichtert und unvergessliche Momente speichern kann. Erfahren Sie alles über Grundfunktionen, Bedienelemente, Google Konto, Internet und Sicherheit, Wischtechnik, Apps, Kontakte verwalten, Fotografie, Telefonieren und SMS.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (Android), inkl. Ladekabel mit und möglichst alles, was Sie beim Kauf des Gerätes erhalten haben. Bitte denken Sie auch an die PIN Ihrer SIM-Karte (Telefonkarte).

	Ort:	Römerberg, Altes Bürgermeisteramt, Hinterhaus, rechts
	Referent/in:	Thomas Kreichgauer
	Gebühr:	34,00 / 52,00 € (6-7 TN) / 73,00 € (4-5 TN)
<b>1802004R03</b>	Termin(e):	2 x ab Di. 24.09.24, 18.00 - 21.30 Uhr
<b>1802004R04</b>	Termin(e):	2 x ab Di. 05.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr

**PC Sprechstunde und Treffs**

Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Sie haben bestimmte Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Dann sind Sie bei uns immer richtig.

Sie erhalten an unseren offenen PC-Sprechstunden ganz individuelle technische Beratung. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop. Kontaktieren Sie die unten aufgeführten Ansprechpartnerinnen und vereinbaren Sie Ihren Termin zu Ihren Fragen.

**Bobenheim-Roxheim | Lamsheim | Maxdorf | Schifferstadt\* gebührenfrei aufgrund Förderung**

Bitte reservieren Sie im Vorfeld Ihre 60-minütige „PC Einzelsprechstunde“:

Termine und weitere Informationen siehe Seite 104.

Ort: vhs Schifferstadt, Neustückweg 2, Schifferstadt

Ort: vhs VG Lamsheim-Heßheim, Lamsheim Rathaus, Mühltorstr. 25

Ort: vhs VG Maxdorf, Rathaus, Hauptstraße 79

Ort: vhs Bobenheim-Roxheim, Kurpfalz-Treff, Pfalzring 43



**Limburgerhof\*\***

Dienstag: 15.30 bis 19.00 Uhr und Donnerstag: 15.00 bis 18.00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie im Vorfeld einen Termin (10 € je Termin).

Ort: im Jugendkulturzentrum Limburgerhof, Hans-Sachs-Str. 21, Medienraum

Tel.: 06236 61381 | Dagmar Hohlüchte

Aktuelle Informationen finden Sie hier: <http://jukuz-limburgerhof.de/pc-tre>



**Waldsee\*\***

Mittwoch: 9.00 bis 12.00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie im Vorfeld einen Termin.

Ort: Jugendhaus Waldsee, Schwanenplatz

Tel.: 0171/343 70 95 | Ihre Ansprechpartnerin: Inge Lange

\*) Vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung gefördert.

\*\*) in Kooperation mit der Gemeinde Waldsee und dem Mehrgenerationenhaus Limburgerhof.



**its**  
interactive testing studio

Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist zertifiziertes Xpert-Schulungs- und Prüfungszentrum.

Ihr Ansprechpartnerin: Sibylle Rösner  
Tel. 06235 9573 345

● **Fit im Umgang mit dem Smartphone und Tablet (Android)**

Sie haben ein Smartphone und/oder Tablet, wissen aber nicht, wie Sie es für Ihre Bedürfnisse richtig nutzen und bedienen können? In diesem Kurs soll sich das ändern. Sie lernen die grundlegenden Funktionen Ihres Smartphones kennen: von der Bedienung über die Grundeinstellungen bis hin zu den Apps - welche macht was und woher bekomme ich sie? In kleinen Schritten und mit ausführlichen Erläuterungen erfahren Sie, welche Möglichkeiten in diesem kleinen Gerät stecken.

Sie lernen, wie Sie die Geräte individuell einrichten, SMS, Telefon und Kalenderfunktion nutzen, im Internet surfen, E-Mails und kurze Notizen schreiben, Filme und Fotos machen und das Mobilgerät mit einem PC oder Laptop verbinden. In diesem Kurs werden neue Apps installiert und bedient.

**Als Voraussetzung für diesen Kurs sollte man einen Grundlagenkurs über das Smartphone besucht oder sich selbst die Grundlagen erarbeitet haben. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie dazu gerne.**

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (Android), inkl. Ladekabel mit und möglichst alles, was Sie beim Kauf des Gerätes erhalten haben. Bitte denken Sie auch an die PIN Ihrer SIM-Karte (Telefonkarte).

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Andrea Haalboom
	Gebühr:	53,00 / 85,00 € (6-7 TN) / 102,00 € (5 TN) / 128,00 € (4 TN)
<b>1802004S02</b>	Termin(e):	4 x ab Do. 05.09.24, 09.00 - 12.00 Uhr

● **Fotos machen mit dem Smartphone - ein Kreativworkshop für Einsteiger\*innen (gebührenfrei)**



Sie konnten bereits erste Erfahrungen mit Ihrem Smartphone sammeln und möchten Ihr Wissen vertiefen? Dann nehmen Sie gerne an diesem Kreativworkshop teil.

In dem Kurs wollen wir mit dem Smartphone Fotos machen und Funktionen der Bearbeitung ausprobieren. Dabei lernen Sie auch, wie Sie Fotoordner anlegen, Fotos an Familienmitglieder und Freunde weiterleiten sowie Fotos auf den Computer übertragen können. Bringen Sie auch gerne individuelle Fragen mit; auch hierfür wird es Zeit geben.

Der Workshop richtet sich hauptsächlich an Nutzer\*innen eines Smartphones mit dem Betriebssystem Android, iOS-Nutzer\*innen (Apple) sind aber auch willkommen.

Der Workshop wird u.a. durch Studentinnen und Studenten begleitet, wodurch Sie während der Übungszeiten individuelle Unterstützung erhalten können. Der Kreativworkshop ist als generationsübergreifende Veranstaltung konzipiert, in der jeder von jedem lernen kann.

Dieser Workshop findet in Kooperation mit der RPTU Kaiserslautern statt.

**Voraussetzung:** Ihr Smartphone sollte bereits eingerichtet sein und Sie haben grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem eigenen Smartphone.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone, inkl. Ladekabel mit und möglichst alles, was Sie bei dem Kauf Ihres Smartphones erhalten haben. Bitte denken Sie auch an die PIN Ihrer SIM-Karte (Telefonkarte).

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Carina Heymann
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1802005S03</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 21.09.24, 11.00 - 14.00 Uhr
<b>1802005S04</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 28.09.24, 11.00 - 14.00 Uhr



Bild: Depositphotos





### ● Bargeldlos Bezahlen mit dem Smartphone (Android) – aber sicher!

Erfahren Sie in diesem Kurs, wie Sie bargeldloses Bezahlen mit Ihrem Smartphone sicher einstellen und verwenden können. Bargeldlos bedeutet, dass Zahlungen oder Transaktionen ohne die Verwendung von physischem Geld, wie Münzen oder Banknoten, erfolgen. Stattdessen werden elektronische Zahlungsmethoden wie Kreditkarten, Debitkarten, mobile Zahlungs-Apps oder Online-Überweisungen genutzt, um Geld von einem Konto auf ein anderes zu übertragen. Dabei bietet bargeldloses Bezahlen viele Vorteile, aber auch Sicherheitsrisiken, wie Datenlecks oder Betrug. Sie gehen mit der Dozentin die jeweiligen Schritte mit ihrem eigenen Smartphone durch und haben am Ende des Kurses die notwendigen Einstellungen auf Ihrem Handy, sowie das notwendige Wissen, worauf beim bargeldlosen Bezahlen zu achten ist.

**Als Voraussetzung für diesen Kurs sollte man einen Grundlagenkurs über das Smartphone besucht oder sich selbst die Grundlagen erarbeitet haben. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie dazu gerne.**

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone/Tablet-PC oder/und Laptop mit.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Andrea Haalboom
	Gebühr: 27,00 / 44,00 € (6-7 TN) / 53,00 € (5 TN) / 66,00 € (4 TN)
<b>I802011S02</b>	Termin(e): 2 x ab Do. 17.10.24, 09.00 - 12.00 Uhr

## Social Media

### ● Instagram für Einsteiger\*innen - Workshop (gebührenfrei)



Möchten Sie Ihre Präsenz auf Instagram verbessern und Ihre Ideen mit einer breiten Öffentlichkeit teilen, auch wenn Sie noch ganz frisch dabei sind? Dann ist dieser Workshop das Richtige für Sie!

Instagram ist eine der führenden Plattformen für visuelle Kommunikation und bietet eine Vielzahl von Tools und Funktionen, um Ihre Inhalte zu präsentieren und Ihr Publikum zu erreichen.

#### Workshop-Inhalte:

- Eine Einführung in Instagram: Was ist Instagram?
- Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung durch die wichtigsten Funktionen, Werkzeuge und die Navigation durch Instagram
- Praktische Übungen und Tipps für das eigene Profil, Posts und Stories
- Inspiration und Ressourcen für Ihre zukünftigen Instagram-Aktivitäten

Voraussetzung: Bitte erstellen Sie sich im Vorfeld einen Instagram-Account ([www.instagram.com](http://www.instagram.com)) und bringen Sie Ihre Login-Daten mit.

	Referent/in: Yvonne Klemmer
	Ort: <b>Bobenheim-Roxheim</b> , Realschule plus
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>I803013B01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 19.10.24, 10.00 - 12.30 Uhr

In Bobenheim-Roxheim sind keine Geräte vor Ort. Bitte bringen Sie Ihr Tablet oder Laptop inkl. Ladekabel mit.

	Ort: <b>Schifferstadt</b> , vhs-Bildungszentrum
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>I803013S01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 16.11.24, 10.00 - 12.30 Uhr



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Projektpartner in der landesweiten Initiative „Bürgernahe Medienkompetenz - DigiNetz der Weiterbildung in Rheinland-Pfalz“. Aus diesem Grund kann dieser Kurs gebührenfrei angeboten werden.

## Internet und Multimedia

### ● Computer für Einsteiger\*innen - Internet und E-Mail verstehen

Machen Sie gemeinsam in der Gruppe einen ersten Schritt in die digitale Welt und bekommen Sie Antworten rund um die Fragen:

- Was ist der Unterschied zwischen Webbrowser und Apps?
- Welche Apps gibt es und wie kann man sie verwenden?
- Welche Browser gibt es und wo liegen die Unterschiede, auch gerade im Bereich der Datensicherheit?
- Wie bedeutet Virenschutz?
- Was bedeuten „Erweiterungen des Webbrowsers“?
- Was ist eine E-Mail-Adresse?
- Welche E-Mail-Anbieter gibt es? (t-online, gmx, web)
- Wie kann man MS Outlook verwenden und E-Mails schreiben?

Die Inhalte werden sehr ausführlich, in ruhigem Tempo und verständlich vermittelt und zur Vertiefung wiederholt.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Mark Meck
	Gebühr: 32,00 / 50,00 € (6-7 TN) / 75,00 € (4-5 TN) / 100,00 € (3 TN)
<b>I803001S02</b>	Termin(e): 3 x ab Mo. 28.10.24, 9.30 - 11.45 Uhr

### ● Online Banking für Einsteiger\*innen

Füllen Sie Überweisungen noch per Hand aus und holen Ihre Kontoauszüge persönlich bei Ihrer Bank? Haben Sie vielleicht noch Vorbehalte gegenüber dem Online-Banking, Sicherheitsbedenken oder trauen es sich selbst nicht zu?

In diesem Kurs erhalten Sie als Anfänger\*in eine erste Anleitung, welche Möglichkeiten das Online-Banking bietet, wie einfach die Dienste genutzt werden können und was Sie benötigen und auf welche Sicherheitsaspekte geachtet werden sollte.

Zum praktischen Üben und Ausprobieren - auch ohne vorhandenen Online-Banking Zugang - nutzen wir die vorhandenen Demo-Umgebung der Sparkasse. Dabei lässt sich vieles auch auf andere Banken anwenden.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Laptop/Tablet inkl. Ladekabel mit, sowie unbedingt Ihr Handy mit allen Zugangsdaten (PIN, Passwort etc.), damit Sie gleich die notwendigen Apps für die Sicherheit installieren können.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Andrea Haalboom
	Gebühr: 27,00 / 44,00 € (6 - 7 TN) / 53,00 € (5 TN) / 66,00 € (4 TN)
<b>I803002S02</b>	Termin(e): 2 x ab Do. 22.08.24, 09.00 - 12.00 Uhr

### ● Clever im Internet einkaufen - gewusst wie!



Die heutigen Zeiten verlangen mehr denn je, möglichst viele Einsparungsquellen zu kennen. Im Internet einzukaufen kann richtig Geld sparen. Dabei ist es wichtig zu wissen, wo man Preisvergleiche durchführen kann, wie man erkennt, ob die Händler auch seriös sind und was man bei den Lieferzeiten und auch rund um Zoll und Steuer zu wissen hat.

Es ist ein praktischer Kurs, der Sie in die Lage versetzen soll, sicher online einzukaufen.

	Referent/in: Thomas Kreichgauer
	Ort: <b>Römerberg</b> , Altes Bürgermeisteramt, Hinterhaus, rechts
	Gebühr: 18,00 / 28,00 € (6 - 7 TN) / 41,00 € (4 - 5 TN) / 55,00 € (3 TN)
<b>I803018R02</b>	Termin(e): 1 x am Di. 26.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr
	Ort: <b>Schifferstadt</b> , vhs-Bildungszentrum
<b>I803018S04</b>	Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 18.00 - 21.30 Uhr
<b>I803018S05</b>	Termin(e): 1 x am Di. 03.12.24, 18.00 - 21.30 Uhr



### ● Bitcoin einfach erklärt für Einsteiger\*innen



Haben Sie sich schon einmal Gedanken gemacht, ob es sich lohnen würde in Bitcoins zu investieren? Das Thema ist Ihnen zu komplex?

In diesem Kurs bekommen Sie einen fundierten Einblick in die digitale Währung Bitcoin und die Technologie die dahintersteht.

#### Themen werden u.a. sein:

Was ist Bitcoin? Woher kommt Bitcoin? Wo kann ich eigentlich Bitcoin erwerben? Worauf ist zu achten, wenn ich Bitcoin erwerbe?

Nach diesem Kurs werden Sie die Grundlagen von Bitcoin verstehen, lernen, wie und wo man Bitcoins erwerben kann und welche Sicherheitsaspekte zu beachten sind.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit, um einen QR-Code aufrufen zu können.

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Gülsen Kitzel
	Gebühr: 27,00 / 44,00 € (6-7 TN) / 66,00 € (4-5 TN)
<b>I803050S04</b>	Termin(e): 2 x ab Mi. 18.09.24, 17.00 - 20.00 Uhr

### ● Wie Bitcoins aus dem Nichts erschaffen werden Vortrag



In wirtschaftlich unsicheren Zeiten suchen viele Anleger nach sicheren Geldanlagen. Bitcoins, andere Kryptowährungen und die Blockchain rückten dabei in den letzten Jahren in den Mittelpunkt des Interesses, weil sie, unbeeinflusst von Politik und Zentralbanken, eine stabile Währung für alle versprechen. Doch wie vertrauenswürdig kann eine Währung, die von Unbekannten aus dem Internet quasi aus dem Nichts erschaffen wird, eigentlich sein? Dieser Vortrag wird „die Blockchain entwirren“ und das wunderbare mathematische System, das dem Bitcoin-Mining zugrunde liegt in einfachen Beispielen für jedermann verständlich erklären.

Prof. Dr. Oliver Hummel ist Professor für Big Data an der Hochschule Mannheim und arbeitete zuvor als Entwicklungsleiter bei einer Software-Firma.

**Der Vortrag wird gestreamt. Wenn Sie bequem von zuhause (online) aus teilnehmen möchten, dann melden Sie sich bitte unter der Kurs-Nr. I803050Z01 an. Es wird eine E-Mail-Adresse benötigt. Sie bekommen vor dem Vortrag einen Link zur Teilnahme per E-Mail zugesendet.**

	Ort: Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in: Oliver Hummel
	Gebühr: 12,00 / 18,00 € (6 - 7 TN) / 25,00 € (4 - 5 TN)
<b>I803050ZP1</b>	Termin(e): 1 x am Di. 12.11.24, 18.00 - 20.00 Uhr (Präsenz)
<b>I803050Z01</b>	Termin(e): 1 x am Di. 12.11.24, 18.00 - 20.00 Uhr (Online)



### PC-Einzelsprechstunden (gebührenfrei) für alle Bürger\*innen

Sie haben konkrete Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop. **Bitte sehen Sie auf Seite 104 die jeweiligen möglichen Termine und wie Sie einen 60-minütigen Termin reservieren können.**

### ● Digitales Kinderzimmer - alles verbieten oder was?



Erste Orientierung für Eltern von Kindern zwischen 4 und 9 Jahren

Der Kurs findet in Zusammenarbeit mit der Christel und Manfred Gräf Stiftung statt.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Kinder durch die Möglichkeiten der digitalen Welt navigieren und dadurch bestmöglich fördern können. Die Dozentin ist selbst Mutter von drei Kindern und als Digitalisierungsexpertin ist es ihr ein Anliegen über dieses Thema achtsam und fundiert aufzuklären.

Welchen Einfluss haben Tablets und Handys auf Ihr Kind? Welche Chancen und auch Gefahren bietet der Umgang mit digitalen Medien wie Tablets und Handys? Was sagen eigentlich Forscher und Experten aus verschiedenen Ländern zu dem Umgang mit diesen Medien? Worauf ist konkret zu achten, wenn man Apps nutzt?

Von kindgerechten Apps über Datenschutz bis hin zur digitalen Kreativitätsförderung - nach diesem Kurs werden Sie mit dem nötigen Wissen ausgerüstet sein, um Ihr Kind bestmöglich zu unterstützen. Gestalten Sie aktiv die digitale Zukunft Ihrer Kinder und begleiten Sie sie sicher und kompetent.

**Bitte bringen Sie eine Übersicht aller Apps mit, die Ihr Kind/Ihre Kinder nutzt/nutzen. Bitte bringen Sie auch Ihr Smartphone oder Tablet mit, da wir die kindgerechten Apps gleich im Kurs beleuchten werden und während dem Kurs QR-Codes gescannt werden.**

	Ort: Bobenheim-Roxheim, Kurpfalztreff
	Referent/in: Gülsen Kitzel
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
<b>I803051B01</b>	Termin(e): 2 x ab Mi. 30.10.24, 17.00 - 20.00 Uhr



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Projektpartner in der landesweiten Initiative „Bürgernahe Medienkompetenz - DigiNetz der Weiterbildung in Rheinland-Pfalz“. Aus diesem Grund kann dieser Kurs gebührenfrei angeboten werden.

### ● Künstliche Intelligenz - Eine Einführung Vortrag



Sie möchten wissen was Künstliche Intelligenz (KI) eigentlich ist und entdecken, wie sie bereits heute unseren Alltag prägt und zukünftig prägen kann?

Dann tauchen Sie in diese faszinierende Technologie ein und erfahren Sie u.a.:

- Einführung in die „Künstliche Intelligenz“ und ihre Geschichte
- Verständliche Erklärung von Schlüsselkonzepten wie maschinelles Lernen und neuronale Netze
- Praktische Anwendungen von KI im Alltag, von smarten Assistenten bis hin zu selbst fahrenden Autos
- Einblick in ethische Fragen und Herausforderungen im Zusammenhang mit KI

	Referent/in: Yvonne Klemmer
	Ort: <b>Bobenheim-Roxheim</b> , Kurpfalztreff
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>I803052B01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 06.09.24, 15.00 - 17.00 Uhr
	Ort: <b>Mutterstadt</b> , Seniorentreff
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>I803052M01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 20.09.24, 15.00 - 17.00 Uhr
	Ort: <b>Schifferstadt</b> , vhs-Bildungszentrum
	Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>I803052S01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 31.08.24, 10.00 - 12.00 Uhr



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Projektpartner in der landesweiten Initiative „Bürgernahe Medienkompetenz - DigiNetz der Weiterbildung in Rheinland-Pfalz“. Aus diesem Grund kann dieser Kurs gebührenfrei angeboten werden.

Auf unserer Website finden Sie immer das aktuelle Programm:  
[www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)





## ● Künstliche Intelligenz - Wie gut können Computer denken - Vortrag



Künstliche Intelligenz ist spätestens seit den jüngsten Veröffentlichungen verschiedener Chatbots in aller Munde. Schach spielen Computer beispielsweise schon seit Jahren auf Großmeister-Niveau. Doch können Maschinen wirklich denken? Und wenn ja, woher wissen wir das?

In diesem Vortrag werden verschiedene Algorithmen des Maschinellen Lernens wie bspw. Spam-Filter allgemeinverständlich beleuchtet und der Grad ihrer „Intelligenz“ hinterfragt. Ausgehend davon wollen wir gemeinsam die Chancen und Risiken dieser schönen neuen Welt betrachten und diskutieren.

Prof. Dr. Oliver Hummel ist Professor für Big Data an der Hochschule Mannheim und arbeitete zuvor als Entwicklungsleiter bei einer Software-Firma.

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Oliver Hummel
Gebühr:	12,00 / 18,00 € (6 - 7 TN) / 25,00 € (4 - 5 TN)
<b>1803052S02</b>	Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 18.00 - 20.00 Uhr

## Kreativ am PC

### ● Canva für Einsteiger\*innen - Workshop



Möchten Sie verschiedene Designs erstellen, aber Ihnen fehlt das Wissen im Bereich Grafikdesign? Mit dem kostenlosen Online-Tool Canva und den vielfältigen Vorlagen können Sie mühelos atemberaubende Designs erstellen.

Egal, ob Sie Canva für persönliche Projekte oder Ihren Verein nutzen möchten - dieser Workshop vermittelt Ihnen die Kenntnisse und Fähigkeiten, die Sie benötigen, um Ihre Ziele zu erreichen.

#### Workshop-Inhalte:

- Eine Einführung in Canva: Was ist Canva und wie kann es Ihnen helfen?
- Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung durch die wichtigsten Funktionen und Werkzeuge
- Praktische Übungen und Tipps für effektives Design
- Inspiration und Ressourcen für Ihre zukünftigen Projekte

Bitte erstellen Sie sich im Vorfeld einen kostenlosen Account auf der Website von Canva ([www.canva.com/de\\_de/](http://www.canva.com/de_de/)) und bringen Sie Ihre Login-Daten mit.

Referent/in:	Yvonne Klemmer
Ort:	<b>Bobenheim-Roxheim</b> , Realschule plus
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>1804070B01</b>	Termin(e): 1 x am Sa. 23.11.24, 10.00 - 12.30 Uhr

In Bobenheim-Roxheim sind keine Geräte vor Ort. Bitte bringen Sie Ihr Tablet oder Laptop inkl. Ladekabel mit.

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich), nur 12 Plätze
<b>1804070S01</b>	Termin(e): 1 x am Fr. 25.10.24, 15.00 - 17.30 Uhr



Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Projektpartner in der landesweiten Initiative „Bürgernahe Medienkompetenz - DigiNetz der Weiterbildung in Rheinland-Pfalz“. Aus diesem Grund kann der Kurs gebührenfrei angeboten werden.

### ● Einführung in Affinity Photo mit dem eigenen Laptop

Affinity Photo ist ein Bildbearbeitungsprogramm, das auch für Einsteiger viele Funktionen bietet. Es ist angetreten um Adobe Photoshop CS und Adobe Photoshop Elements Konkurrenz zu machen.

Mit Affinity Photo können wir Digitalbilder vielfältig bearbeiten: Wir werden Tonwerte bzw. Farben korrigieren, Schönheitsfehler retuschieren, Montagen erstellen, wirkungsvolle Effekte oder Beschriftungen hinzufügen sowie hilfreiche Grundlagen behandeln.

Es werden Übungsbilder zur Verfügung gestellt. Sie können aber auch eigene „Bilder“ mitbringen, welche dann gemeinsam besprochen werden.

Voraussetzungen: gute Computerkenntnisse in WIN/MAC

**Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop mit, auf dem bereits die Demo-Version des Programms installiert ist. Diese können Sie auf der Website des Herstellers herunterladen: <https://affinity.serif.com/de/photo/>**

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Ulrich Oberst
Gebühr:	46,00 / 77,00 € (6 - 7 TN) / 116,00 € (4 - 5 TN)
<b>1804001S02</b>	Termin(e): 4 x ab Mi. 13.11.24, 18.00 - 21.00 Uhr



Bild: Fotolia

### ● Einführung in Adobe Photoshop Lightroom Classic

Adobe Photoshop Lightroom ist ein Werkzeug für produktive Digitalfotografen - die digitale Dunkelkammer mit Archivschrank zur komfortablen Bildverwaltung und -entwicklung.

Die übersichtliche Lightroom-Bibliothek verschafft einen raschen Blick auf große Bildbestände durch Verschlagworten, Bewerten, Gruppieren und Filtern. In Lightroom führen Sie alle wichtigen Korrekturen wie Weißabgleich, Tonwertkorrekturen, Rauschreduktion, Schärfung etc. durch.

Oft arbeiten Fotografen hierbei mit RAW-Dateien, aber auch JPEG-Dateien können Sie in Lightroom verbessern. Auch für die Ausgabe als Fotobuch, Diashow oder Webgalerie hat Lightroom die passenden Werkzeuge an Bord.

Voraussetzung für den Kurs sind solide Computerkenntnisse.

**Bitte bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit Lightroom Classic mit oder laden Sie sich vor Kursbeginn eine 7-Tage-Testversion auf Ihr Notebook herunter. Diese ist erhältlich auf der Website des Anbieters: [www.adobe.com](http://www.adobe.com).**

Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
Referent/in:	Ulrich Oberst
Gebühr:	44,00 / 69,00 € (6-7 TN) / 103,00 € (4-5 TN)
<b>1804020S01</b>	Termin(e): Fr. 18.10.24, 18.00 - 21.00 Uhr Sa. 19.10.24, 10.00 - 18.00 Uhr



### PC-Einzelsprechstunden (gebührenfrei) für alle Bürger\*innen

Sie haben konkrete Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop. Aufgrund einer Förderung können wir Ihnen gebührenfreien Einzelunterricht von 60 Minuten anbieten.

**Bitte sehen Sie auf Seite 104 die jeweiligen möglichen Termine und wie Sie einen 60-minütigen Termin reservieren können.**

## ● Einsteiger\*innen-Workshop ins FineArt Printing

Sie wollen Ihre digitalen Bilder selbst drucken und haben mehr Fragen als Antworten! Wie bereite ich Bilder für den Druck auf? Wie binde ich Farbprofile richtig in meinen Workflow ein? Wie schärfe ich und wie schaffe ich es, meine Bilder bestmöglich zu drucken.

Mit Unterstützung von Epson (Drucker), Hahnemühle und Ilford (FineArt Papier) werden wir im Workshop diese und weitere Fragen ausführlich beantworten. Wir drucken auf verschiedene FineArt Medien in A 3 und im Postkartenformat mit dem Epson SureColor P 800.

Bitte bringen Sie zum Workshop 2-3 eigene Dateien auf einem USB Stick mit. Bitte dabei auf eine ausreichende Dateigröße achten, mind. 400 dpi.

Materialkosten von 10 Euro sind in den Gebühren mit einkalkuliert.

	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
	Referent/in:	Ulrich Oberst
	Gebühr:	80,00 / 93,00 € (5 TN) / 116,00 € (4 TN)
<b>1804060S01</b>	Termin(e):	Fr. 25.10.24, 18.00 - 21.00 Uhr Sa. 26.10.24, 10.00 - 18.00 Uhr



### PC-Einzelsprechstunden (gebührenfrei) für alle Bürger\*innen

Sie haben konkrete Fragen zur Bedienung Ihres Gerätes oder zu verschiedenen Programmen? Sie sind neu am PC oder haben sich gerade ein Handy gekauft? Dann sind Sie bei uns immer richtig. Gerne können Sie gleich Ihr eigenes Gerät mitbringen, wie beispielsweise Smartphone, Tablet oder Laptop.

**Bitte sehen Sie auf Seite 104 die jeweiligen möglichen Termine und wie Sie einen 60-minütigen Termin reservieren können.**

#### Hinweis:

Damit Kurse bereits ab 3 bzw. 4/5 Teilnehmer\*innen stattfinden können, werden die Gebühren „gestaffelt“ berechnet.

Das heißt, dass sich die Gebühr nach der Zahl der Anmeldungen richtet (3 TN, 4-5 TN, 6-7 TN, ab 8 TN).

Auf unserer Website finden Sie immer das aktuelle Programm:  
[www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

# Gestalte das bunte Angebot.



**vhs**



Werde  
Kursleiter\*in  
[www.vhs-kurse-leiten.de](http://www.vhs-kurse-leiten.de)



# Adobe® Creative Cloud®

Jetzt zum Sonderpreis  
für vhs-Kursteilnehmer! \*


 + mehr

Erwecken Sie Ihre kreativen Ideen zum Leben,  
mit Ihren Lieblingswerkzeugen von Adobe für  
Fotografie, Video, Design und Web.

Informieren Sie sich über Adobe-Kurse an unserer VHS. Kursteilnehmer erhalten beim Kauf von Creative Cloud regulär bis zu **67 % \* Bildungsrabatt**.

Weitere Informationen zum Bezug von Adobe Creative Cloud:

**[www.cobra-shop.de/adobe-vhs](http://www.cobra-shop.de/adobe-vhs) oder Tel.: 07531 / 892360**

\* Kurse im Bereich Beruf/EDV, Fotografie/Videobearbeitung, die nicht länger als 6 Monate zurückliegen. Adobe, das Adobe-Logo und Creative Cloud sind Marken oder eingetragene Marken von Adobe Systems Incorporated in den USA und/oder anderen Ländern. Alle anderen Marken und Bilder sind Eigentum der jeweiligen Inhaber. cobra Technischer Vertrieb für Forschung & Lehre GmbH übernimmt keine Haftung für eventuelle Druckfehler.



## Junge vhs



Foto: © Depositphotos / Canballo

Lebenslanges Lernen beginnt schon vor dem Erwachsenenalter. Daher will die „Junge vhs“ Kindern und Jugendlichen im Rhein-Pfalz-Kreis ein spannendes Angebot bieten, in dem Lernen (fast) nebenbei passiert, Freude bereitet und die persönliche Entwicklung fördert.

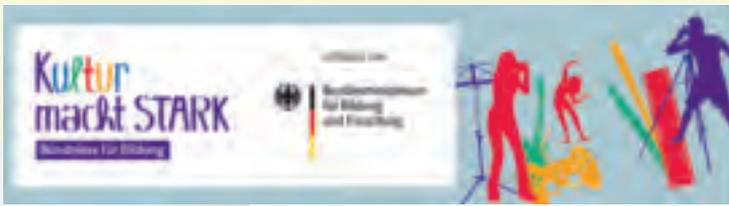
Ob Selbstverteidigung, Lerntechniken, talentCAMPus oder die vielseitigen kreativen Möglichkeiten in der Jugendkunstschule – hier gibt es ein kunterbuntes Angebot aus allen Fachbereichen und darüber hinaus.

Gerne entwickeln wir für Gruppen passgenaue Projekte z.B. in der politischen Bildung oder zum Thema Nachhaltigkeit.

- talentCAMPus
- In der Gesellschaft leben
- Sprachen lernen mit Spaß
- Lernen mit Spaß
- Jugendkunstschule:
  - Fantasievoll Gestalten mit LEGO®
  - Malen/Zeichnen/Drucktechnik
  - Plastisches Gestalten/Schmuck
  - Textiles Gestalten
  - Handwerk/Kunsthandwerk

*Aktuelle Programmergänzungen  
der vhs Rhein-Pfalz-Kreis  
finden Sie im Internet!  
Nutzen Sie auch die  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)*





● **TalentCAMPus Sommer- und Herbstferien 2024 – „Alles wächst: Kunst und Natur im Ort“**

Kostenfreies Angebot in den Sommerferien in Zusammenarbeit zwischen vhs Rhein-Pfalz-Kreis, dem Jugend- und Kulturzentrum Limburgerhof und weiteren Kooperationspartner\*innen. Ein Angebot aus dem Programm "Kultur macht stark", gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung.

Natur bzw. natürliche florale Prozesse im öffentlichen Raum treten unterschiedlich in Erscheinung. Gepflegte Rabatten, mehr oder weniger geordnete Vorgärten, Alibigrün um Wohnanlagen, landwirtschaftliche Betriebe und Wald- und Wiesengelände wechseln sich ab und lassen uns eine große Vielfalt und überwältigende Schönheit von winzigklein bis riesig groß erleben.

Diese uns umgebende Natur als Inspirationsquelle bietet eine unerschöpfliche Quelle für Kreativität und Selbstaussdruck. Sie ermöglicht es, die Verbindung zwischen Mensch und Umwelt auf einzigartige Weise zu erforschen. Dies wollen wir im TalentCAMPus tun und in KunstWerken umsetzen.

Im Projekt setzen wir uns mit der vergänglichen Schönheit und Inspiration des Wandels der Natur im Lauf der Erneuerungs-, Wachstums- und Zerfallphasen zwischen Frühjahr und Herbst auseinander. Wir wollen die Prozesse des Wachstums und Erblühens, die Zeiten der Reife und des beginnenden Zerfalls in Farbe und Form aufnehmen und daraus Inspiration zum Ausdruck unserer Stimmung, Bedürfnisse und Träume in unterschiedlichen künstlerischen Herangehensweisen schöpfen.

Entsprechend sind die Abläufe der vier Zeiträume - zwischen April und Oktober - aufeinander aufbauend konzipiert.

Wichtige Bezugspunkte sind für das Projekt Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein.

Wir werden 5 TalentCAMPus-Workshops in den Ferien 2024 haben

Freie Malwerkstatt: inkludiert sind Malen und Zeichnen, Graffiti und Drucken.

Skulpturenwerkstatt: es können Metall, Stein, Holz und Ton bearbeitet und kombiniert werden.

Fotowerkstatt: umfasst neben der Bildersammlung auch die Schaffung digitaler Werke.

Gartenbauwerkstatt: hier dreht sich alles um die Arbeit mit Pflanzen und deren eigene Gestaltungskraft.

DokuShop: begleitet die anderen Werkstätten fotografisch und filmisch und kuratiert die Ausstellungen im Sommer und nach dem HerbstCAMPus.

**Hinweis für die Eltern:** Das TalentCAMPus Angebot ist kein Betreuungsangebot für die Ferien, sondern ein Programm, für das sich die Kinder und Jugendlichen selbst entscheiden. Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich bei der vhs Limburgerhof oder im JugendKultur-Zentrum. Nähere und aktuelle Infos unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) bzw. der Homepage des JugendKultur-Zentrums Limburgerhof. Hier findet sich auch das Anmeldeformular für Teilnehmer\*innen.

	Ort:	Limburgerhof, JugendKulturZentrum
	Gebühr:	frei
<b>1909001K03</b>	Termin(e):	10 x ab Mo. 29.07.24, 09.00 - 16.45 Uhr
	Ort:	Limburgerhof, JugendKultur-Zentrum
	Gebühr:	frei
<b>1909001K04</b>	Termin(e):	5 x ab Mo. 21.10.24, 09.00 - 16.45 Uhr

Anmeldung nur schriftlich bei der vhs Limburgerhof in der Gemeindeverwaltung oder im MGH.

Wir bitten um eine Platzreservierung bei den offenen Angeboten, weil wir die Teilnehmerdaten erfassen müssen.

Vielen Dank für das Verständnis!

## In der Gesellschaft leben

● **Selbstbehauptung für Mädchen und Jungen im Grundschulalter (6-10)**

Kindesmissbrauch kommt so häufig vor, dass man davon ausgehen kann, dass in jeder Kindergartengruppe, in jeder Schulklasse oder Verwandtschaft, misshandelte Kinder zu finden sind. 90 % der Übergriffe finden im sozialen Umfeld statt. Es reicht daher nicht aus, den Kindern immer nur einzutrichern, dass sie nicht mit „Fremden“ mitgehen dürfen. Papperlapapp hat es sich zur Aufgabe gemacht, mit Kinderschutzprojekten und Broschüren optimale Präventionsarbeit zu leisten, Kinder zu stärken und den Eltern dabei zu helfen wirklich schützende Absprachen mit den Kindern zu treffen.

In diesem Training wird das Selbstbewusstsein und natürliche Selbstvertrauen der Kinder gestärkt. Durch spezielle Übungen und altersgerechte Rollenspiele erfahren die Jungen und Mädchen, wie sie sich verbal frühzeitig abgrenzen können, damit sie erst gar nicht in eine kritische Situation kommen. Ziel des Kurses ist es, solche Situationen bereits im Vorfeld zu erkennen und durch Einsatz verbaler und nonverbaler Mittel zu entschärfen, bspw. durch deutliches Abgrenzen mit Worten und Körpersprache („Stopp - nicht mit mir!“). Für den Notfall lernen die Kinder sich mit ausgewählten Selbstverteidigungs- und Selbstschutztechniken zu wehren.

**Bitte mitbringen:** Sportbekleidung, Getränk

	Referent/in:	Simone Schalkowsky
	Gebühr:	27,00 / 33,00 € (6-7 TN) inkl. Begleitheft „Papperlapapp! - Das Magazin für starke Kinder“
	Ort:	Dannstadt-Schauernheim, Kulturhof Schrittmacher, OG
<b>1909178D02</b>	Termin(e):	4 x ab Mi. 30.10.24, 16.30 - 17.30 Uhr
	Ort:	Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte
<b>1909178N02</b>	Termin(e):	4 x ab Do. 31.10.24, 16.30 - 17.30 Uhr
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>1909178S02</b>	Termin(e):	4 x ab Di. 12.11.24, 16.30 - 17.30 Uhr

● **Effektive Selbstverteidigungstechniken für Kinder und Jugendliche (10-15)**

In diesem Kurs werden intensiv Techniken geübt, um sich im Alltag bei Angriffen wehren bzw. behaupten zu können.

**Bitte mitbringen:** Trainingskleidung, Turnschuhe, Schreibblock und Stift, Matte

	Ort:	Römerberg, Turnhalle der GS Heiligenstein
	Referent/in:	Thomas Rapp
	Gebühr:	25,00 / 34,00 € (6-7 TN)
<b>1909183R02</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 09.11.24, 10.00 - 13.00 Uhr

● **Sicher am See - Rettungsschwimmen (11-14)**

In Zusammenarbeit mit der Bernd-Jung-Stiftung und der deutschen Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) Frankenthal



Bild von Hanna auf Pixabay

Gefahren im und besonders am Wasser werden meistens von vielen Menschen unterschätzt. Wie verhalte ich mich in Notfällen? Was kann ich als Person ohne Hilfsmittel leisten? Wie kann ich eine Gefahrensituation gar vermeiden? Auch dieses Jahr veranstaltet die Bernd-Jung-Stiftung in Kooperation mit der vhs Bobenheim-Roxheim und der DLRG Frankenthal erneut den Kurs „Sicher am See“ am Silbersee Bobenheim-Roxheim. DLRG Rettungsschwimmer und Ausbilder

Daniel Alvarez mit Team wird an einem Vormittag Jugendliche auf lauernde Gefahren aufmerksam machen, Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung vorstellen sowie Einblicke in die einfache Erste Hilfe anbieten.

**Bitte mitbringen:** Badesachen

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Silbersee (Treffpunkt am Kiosk)
	Referent/in:	Daniel Alvarez
	Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
<b>1909320B01</b>	Termin(e):	1 x am So. 07.07.24, 10.00 - 13.00 Uhr

## ● Elmer the elephant: Vorlesenachmittag für Kinder auf Englisch und Deutsch

Neu in der Gemeindebücherei in Mutterstadt! Das Angebot wird zweisprachig angeboten - die Kinder können die Geschichte auf Englisch und auf Deutsch erleben und vielleicht sogar ein einige Wörter in der Fremdsprache erlernen!

### Elmer the Elephant

Elmer is an elephant and lives with many other elephants. All of them are grey, but Elmer is not. He is colourful and the others laugh at him. „You are not like us. You are different“, they say. So Elmer becomes unhappy and leaves the herd. Joe, a good friend of Elmer's, will tell Elmer's story and his adventures. He will also tell how he came back to the herd and how everything had a very happy end. So Elmer's story shows that being different is totally fine. It's up to us how we handle this in a good way.

At the end of the reading kids can act themselves. They can have a look into books about Elmer, they can color Elmer or make some things. For children aged 4 and over.

### Elmar, der Elefant

Elmar ist ein Elefant und lebt mit vielen anderen Elefanten zusammen. Sie alle sind grau, aber Elmar nicht. Er ist bunt und die anderen lachen ihn aus. „Du bist nicht wie wir. Du bist anders“, sagen sie. So wird Elmar unglücklich und verlässt die Herde. Joe, ein Freund von Elmar, erzählt Elmars Geschichte und seine Abenteuer. Er erzählt auch, wie Elmar zur Herde zurückkehrt und alles sehr gut ausgeht. So zeigt Elmars Geschichte, dass es vollkommen in Ordnung ist, verschieden zu sein. Es liegt an uns, wie wir damit gut umgehen.

Nach dem Vorleseteil können die Kinder selbst aktiv werden. Sie können sich Bücher über Elmar anschauen, sie können Elmar anmalen und manche Dinge basteln. Für Kinder ab 4 Jahren.

Der Dozent stellt das Material zur Verfügung.

	Ort:	Mutterstadt, Gemeindebibliothek
	Referent/in:	Dr. Joachim Feldes
	Gebühr:	8,00 € (Junge vhs-Kurse sind nicht ermäßigbar.)
<b>1909406M01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 08.11.24, 15.30 - 17.00 Uhr

## ● Spanischkurs für Kinder von 2-6 Jahren für deutsch-hispanische Familien.

Dieser Kurs richtet sich an deutsch-hispanische Familien mit Kindern im Alter von 2-6 Jahren. Wir werden Spiele, Märchenstunde, didaktische und kulturelle Aktivitäten durchführen, um das Interesse und die Neugier der Kinder für die spanische Sprache und Kultur zu wecken und die Sprache zu erlernen bzw. zu vertiefen und anzuwenden.

Die Aktivitäten werden auf Spanisch durchgeführt und richten sich an deutsch-hispanische Familien.

Die Dozentin stellt das Material zur Verfügung, allerdings sind diese nicht im Kurspreis enthalten, sondern werden je nach Aktivität von der Dozentin gesondert berechnet. Zusätzliche Materialien sind nur für einige Termine vorgesehen.

	Ort:	Maxdorf, Justus-von-Liebig-Realschule
	Referent/in:	Chary Estefany Vargas Bedoya
	Gebühr:	41,00 / 69,00 € (6-7 TN) / 83,00 € (5 TN) / 103,00 € (4 TN) (Junge vhs-Kurse sind nicht ermäßigbar.)
<b>1909422L01</b>	Termin(e):	11 x ab Fr. 06.09.24, 15.30 - 16.30 Uhr



Bild: Unsplash

Bitte teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse mit.

So können wir Sie am schnellsten informieren!

## ● Leichter lernen - Lerntechniken für Kinder und Jugendliche (10 - 15)

In diesem Workshop übst du einfache und lustige Gedächtnistechniken, die dir das Lernen und Merken erleichtern. Spickzettel und Abschreiben in der Schule sollen überflüssig werden. Du lernst außerdem, deinen Lernalltag effektiv und optimal zu organisieren. Zum Schluss gibt's Pizza.

Schule und Hausaufgaben machen uns allen viel mehr Spaß, wenn wir über sinnvolle Lernstrategien verfügen, die unsere Lernzeit verkürzen, uns die Unlust vor dem Lernen nehmen und bessere Noten beschieren.

**Kursinhalte:** Konzentration, mein optimaler Lernplatz, Einteilung der Hausaufgaben, Wie viele Pausen soll ich mir gönnen?, Klassenarbeitsvorbereitung, So klappst die Klassenarbeit am besten!, Ablenkungen vermeiden, Spaß und Erfolg mit Vokabeln, Und wenn ich keine Lust habe?

**Bitte mitbringen:** Schreibzeug, Leuchtmarker, Snacks für kleine Pausen

	Referent/in:	Karen Keller
	Gebühr:	24,00 / 30,00 € (6-7 TN) inkl. 5,00 Euro für Kopien und Pizza
	Ort:	Schifferstadt, vhs-Bildungszentrum
<b>1909609S02</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 14.12.24, 09.00 - 13.30 Uhr
	Ort:	Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20
<b>1909609W01</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 09.11.24, 09.00 - 13.30 Uhr

## ● Vokabeln lernen mit Spaß und Erfolg (ab 5. Klasse)

Vokabeln lernen soll langweilig sein? Kommt ganz darauf an, wie du sie lernst. Dieses kleine Seminar führt dich und deine Freunde in das Geheimnis der Vokabeln mit ihren vielfältigen spaßigen Lernmöglichkeiten ein. Ihr lernt rund 20 spielerische Arten kennen und die Besten probiert ihr auch gleich aus. Am besten meldet ihr euch mit einem Freund/einer Freundin zusammen an, der oder die mit euch in die gleiche Klasse geht.

**Inhalte:** Wie viele Vokabeln muss ich bis zum Schulabschluss lernen? Wozu brauche ich überhaupt Vokabeln? Wie lange lernen jeden Tag? Vokabelspiele: Welches Material brauche ich dafür? Vokabeln auf lustige Art mit Freunden lernen; auch zum alleine Lernen gibt's tolle Ideen; keine schlechten Noten mehr im Vokabeltest

**Bitte mitbringen:** aktuelles Fremdsprachenbuch (Englisch, Französisch oder Latein) und Schreibsachen

	Ort:	Böhl-Iggelheim, Peter-Gärtner-Realschule plus
	Referent/in:	Karen Keller
	Gebühr:	13,00 / 17,00 € (6-7 TN)
<b>1909610C01</b>	Termin(e):	1 x am Sa. 16.11.24, 09.30 - 12.30 Uhr

## ● Vorbereitung auf die Abiturprüfung Mathematik (Leistungskurs mit WTR)

Der Kurs richtet sich an Schüler\*innen allgemeinbildender Gymnasien, die ihre Chancen auf ein gutes Mathematikabitur verbessern wollen. Er soll - kurz vor der Abiturprüfung - entstandene Lücken schließen und bestehendes Wissen festigen. Durch die ausführliche Bearbeitung früherer Abitur- und prüfungsähnlicher Aufgaben wird eine zusätzliche Sicherheit geschaffen, die es ermöglicht, die schriftliche Prüfung besser zu absolvieren.

Der Kurs findet an zwei Wochenenden statt und wird schwerpunktmäßig das zentral gestellte Thema Analysis (mit WTR) behandeln. Inhalte der Analysis sind ganzzahlige und gebrochenrationale Funktionen, trigonometrische Funktionen, Exponentialfunktionen, erweiterte Differential- und Integralrechnung, Produktregel, Kettenregel, Quotientenregel, Funktionsuntersuchungen mit Nullstellen, Monotonie, Extremstellen, Wendestellen, Tangenten, Symmetrie, Flächenberechnungen, Integralfunktion, unbegrenzte Flächen, Mittelwerte von Funktionen, Rotationsvolumen...

Weitere Kursinhalte sind die Grundlagen der Stochastik und der Geometrie / lineare Algebra. Je nach Bedarf und Zusammensetzung des Kurses können die Wahlpflicht-Themen der Prüfung auch stärker eingebunden werden.

	Ort:	Bobenheim-Roxheim, Realschule plus
	Referent/in:	Michael Hauff
	Gebühr:	70,00 / 94,00 € (6-7 TN)
<b>1909670B01</b>	Termin(e):	Sa. 16.11.24, 09.00 - 13.00 Uhr So. 17.11.24, 09.00 - 13.00 Uhr Sa. 23.11.24, 09.00 - 13.00 Uhr So. 24.11.24, 09.00 - 13.00 Uhr



## Jugendkunstschule

Die Jugendkunstschule (JKS) bietet in vielen Kreisgemeinden Kurse im Kreativbereich für verschiedene Altersgruppen bis 17 Jahre an.

Unter der Woche finden nach Möglichkeit Offene Werkstätten statt.

Vor allem in den Ferien und am Wochenende gibt es besondere Kurse: Malen z.B. Bob Ross®, kreative Gestaltung, Steinbearbeitung, Filzen, Töpfeln und vieles mehr.

Bitte melden Sie Ihr/e Kind/er für alle Veranstaltungen an!

Wir planen weitere Angebote für Kinder. Alle zusätzlichen Veranstaltungen finden sich dann online unter [www.vhs-rlp.de](http://www.vhs-rlp.de) in "vhs-Spezial".

Neue Kursleitungen mit künstlerischen Ausbildungen sind uns herzlich willkommen.

**Ansprechpartnerin: Dr. Juliane Kerzel-Kohn, Tel 0621 5909 3511**

Die Angebote in Limburgerhof werden in Zusammenarbeit mit MGH und Jugendzentrum Limburgerhof durchgeführt.

Die Jugendkunstschule wird gefördert vom Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur.



Depositphotos\_40204579\_by\_Soleg

## Malen/Zeichnen/Drucktechnik

**Neue Leitung(en) gesucht für die offene Kreativwerkstatt in Schifferstadt, die offene Werkstatt in Waldsee (6-10) sowie die Nähwerkstatt in Limburgerhof!**

Wir suchen dringend eine Nachfolgerin/einen Nachfolger mit künstlerischer Ausbildung auf Honorarbasis für die Offenen (Kreativ-) Werkstätten in Waldsee und/oder Schifferstadt sowie die Nähwerkstatt in Limburgerhof. Dann könnten die Kurse wieder unmittelbar beginnen.

**Interessent\*innen wenden sich bitte an Dr. Juliane Kerzel-Kohn, Tel: 0621-5909 3511  
Mail: [dr.juliane.kerzel-kohn@rheinpfalzkreis.de](mailto:dr.juliane.kerzel-kohn@rheinpfalzkreis.de)**



Bild: Iconfinder auf Depositphotos

### ● Malen nach Bob Ross® für Kinder ab 10 Jahren

*Einführung in die Nass-in-Nass-Technik mit Ölfarben*

Bob Ross® war ein Maler, der sich eine spannende Maltechnik ausgedacht hat. Damit lassen sich tolle Bilder malen. Nach dem Motto: „Malen kann jede/jeder“, gelingt das auch Neulingen.

Ihr lernt Ölfarben kennen. Die riechen etwas, aber dafür haben Sie einen besonderen Glanz. Schritt für Schritt erfahrt ihr, wie ihr mit diesen speziellen Materialien umgeht, sowie die Grundlagen der Nass-in-Nass-Technik.

Eure Kursleiterin ist mehrfach zertifizierte Mallehrerin nach Bob Ross® und vermittelt euch gern die Freude am Malen ganz nach dem Motto: „Wir machen keine Fehler, nur kleine fröhliche Unfälle.“ (Bob Ross)



Foto: Matucha12 auf Depositphotos

### ● Malen nach Bob Ross® für Kinder ab 10 Jahren in den Ferien - Thema: Giraffen

*Einführung in die Nass-in-Nass-Technik mit Ölfarben*

Nach dem Kurs haltet ihr ein Bild mit zwei Giraffen in den Händen. Das ist bestimmt so schön wie ein Foto aus dem Zoo. - Aber Vorsicht: Die Farben sind noch nicht trocken, und das Bild muss vorsichtig transportiert werden!

Teilnahme bei Lösungsmittelallergien nur nach vorheriger Absprache!

**Bitte mitbringen:** Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher. Alle sonst notwendigen Materialien sind in den Materialkosten enthalten: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule, Kunstkeller  
Eingang: Schulstraße gegenüber Haus-Nr. 38  
Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:  
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Sonja Blügel

Gebühr: 54,00 € inkl. 26,00 € Materialkosten

**1909220W20** Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 11.00 - 16.00 Uhr

## Fantasievoll Gestalten mit LEGO®

### ● LEGO®-Werkstatt 2-2024

In der LEGO®-Werkstatt Waldsee kannst Du Dich mit ganz viel Lego austoben, gemeinsam mit LEGO®-begeisterten Kindern spielen und bauen. Dabei wirst Du entdecken, was sich mit Legosteinen alles entwickeln und bauen lässt, und Du kannst neue Werke schaffen.

Einmal im Monat gibt es ein Thema mit einer kleinen Einführung und für diejenigen, die das möchten, besondere Aufgaben.

Bring Ideen und Fantasie mit, denke an einen Pausensnack und etwas zum Trinken, denn Arbeit macht hungrig.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,  
Mehrzweckraum, Eingang Schifferstadter  
Str. 4, links neben der Kulturhalle

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen

Gebühr: 6,00 € pro Termin (wird abgebucht)

### ● LEGO®-Werkstatt: Ferienpark (6-12)

**1909202W20** Termin(e): 1 x am Sa. 06.07.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● LEGO®-Werkstatt: Schiffe & Ozeane (6-12)

**1909202W22** Termin(e): 1 x am Sa. 07.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● LEGO®-Werkstatt: Raketen (6-12)

**1909202W23** Termin(e): 1 x am Sa. 14.09.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● LEGO®-Werkstatt: Weltraum (6-12)

**1909202W24** Termin(e): 1 x am Sa. 05.10.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● LEGO®-Werkstatt: Türme (6-12)

**1909202W25** Termin(e): 1 x am Sa. 02.11.24, 10.00 - 11.30 Uhr

### ● LEGO®-Werkstatt: Seilbahn (6-12)

**1909202W26** Termin(e): 1 x am Sa. 09.11.24, 10.00 - 11.30 Uhr



Foto mit KI erstellt über Copilot\_2024-04-17\_prompted by vhs RPK

Bitte teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse mit.

So können wir Sie am schnellsten informieren!

● **Malen nach Bob Ross® für Kinder ab 10 Jahren -  
Thema: Schneeberge**

Einführung in die Nass-in-Nass-Technik mit Ölmalen

Nach dem Kurs haltet ihr ein Bild mit wunderschönen, mit Schnee bedeckten Bergen in den Händen. Das macht Lust auf Winter! Das Bild ist auch ein tolles Weihnachtsgeschenk. - Aber erst einmal Vorsicht: Die Farben sind noch nicht trocken, und das Bild muss vorsichtig transportiert werden!

Teilnahme bei Lösungsmittelallergien nur nach vorheriger Absprache!

**Bitte mitbringen:** Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher. Alle sonst notwendigen Materialien sind in den Materialkosten enthalten: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger.

	Ort:	Waldsee, Jugendkunstschule, Kunstkeller Eingang: Schulstraße gegenüber Haus-Nr. 38 Gebäudeteil links, zum Untergeschoss: Tür links unter der Überdachung
	Referent/in:	Sonja Blügel
	Gebühr:	47,00 € inkl. 26,00 € Materialkosten
<b>1909220W22</b>	Termin(e):	1 x am Di. 10.12.24, 16.00 - 19.45 Uhr

**Plastisches Gestalten/Schmuck**

● **Offene Töpferwerkstatt (6-15, auch für Fortgeschrittene)**

Hier könnt ihr nach Herzenslust eigene Ideen in Ton verwirklichen - unterstützt von Mikela. Denn Ton ist das ideale Material, um die eigene Kreativität zu erproben und nebenbei die Feinmotorik zu trainieren. Ihr entwickelt aus Grundformen erste plastische Figuren, bekommt Vorschläge für Skulpturen und Gefäße oder arbeitet frei nach eigenen Ideen. Die getrockneten Plastiken werden gebrannt.

Für das offene Angebot werden Fördermittel des Landes eingesetzt. Zu zahlen ist lediglich ein geringer Kostenbeitrag in Höhe von 2,00 €/Termin zzgl. Materialkosten.

Bitte reservieren Sie einen Platz für Ihr Kind, damit nicht mehr Kinder kommen, als wir unterbringen können und dürfen. Gleichzeitig erfassen wir damit wie vorgeschrieben die Teilnehmerdaten.

	Ort:	Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Referent/in:	Mikela Steinberger
	Gebühr:	2,00 € Gebühr pro Termin zzgl. Material (wird eingesammelt/Barzahlung!)
<b>1909242K21</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 02.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K22</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 09.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K23</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 16.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K24</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 23.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K25</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 30.09.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K26</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 28.10.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K27</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 11.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K28</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 18.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr
<b>1909242K29</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 25.11.24, 16.30 - 18.00 Uhr

● **Glasieren für Kinder (7-12 Jahre)**

Kinder, die beim offenen Töpfern in Limburgerhof teilgenommen haben, können hier ihre Werke schön bunt glasieren.

**Bitte mitbringen:** ein Getränk

	Ort:	Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Referent/in:	Mikela Steinberger
	Gebühr:	18,00 € inkl. Glasur
<b>1909254K04</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 11.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr
	Gebühr:	12,00 € inkl. Glasur
<b>1909254K05</b>	Termin(e):	1 x am Mo. 09.12.24, 16.30 - 18.30 Uhr

● **Weihnachts-Töpferworkshop für Kinder (6-12) mit einem Eltern-/ Großeltern teil**

- NICHT für Erwachsene allein -

Kinder mit einem Eltern-/Großeltern teil, egal ob Einsteiger\*innen oder Fortgeschrittene, können sich in diesem Tonkurs gemeinsam kreativ auf die Weihnachtszeit einstimmen: eine eigene Krippe unter dem Weihnachtsbaum mit Maria, Josef, dem Jesuskind; Schäfchen, Ochs und Esel, Hirten; Engel oder kleine aus Ton geformte Weihnachtsgeschenke.

Die gebrannten Werke werden glasiert. Materialkosten inklusive.

Kinder, die selbstständig arbeiten, können auch ohne Erwachsene teilnehmen. Erwachsene ohne Kinderbegleitung können nicht zugelassen werden.

	Ort:	Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Referent/in:	Mikela Steinberger
	Gebühr:	65,00 € inkl. Materialkosten
<b>1909255K21</b>	Termin(e):	Fr. 22.11.24, 15.00 - 18.30 Uhr Sa. 23.11.24, 10.00 - 13.30 Uhr Fr. 06.12.24, 15.00 - 18.30 Uhr

● **Steinzeit-Anhänger aus Speckstein selber machen – eine Reise in die Vergangenheit...**

Lust auf eine Zeitreise in die Steinzeit? In diesem Kurs schleifen die Kinder (6 bis 10 Jahre) sich aus selbst gesägten Specksteinstücken eigene Anhänger wie die Höhlenkinder. Dazu verwenden sie Sandstein und selbstgemachte Holzbohrer. Und natürlich bekommen die Steinzeitkinder ein Lederband, damit sie ihr „Amulett“ um den Hals tragen können.

Nebenbei erfahren die Kinder einiges über das Leben der Steinzeitmenschen. Sie lernen, sich aus einfachsten Hilfsmitteln selbst Werkzeuge herzustellen und zu verwenden. Sie erfahren etwas über die unterschiedliche Beschaffenheit verschiedener Steinarten. Sie lernen außerdem, sich bei den einzelnen Arbeitsgängen gegenseitig zu helfen.

**Bitte mitbringen:** Kleidung und Schuhe, die staubig werden dürfen und wetterangepasst sind (wir sind kurz im Freien), etwas zu Trinken und ggf. einen Snack

	Ort:	Limburgerhof, Carl-Bosch-Schule
	Referent/in:	Mikela Steinberger
	Gebühr:	22,00 € inkl. 5,00 € Materialkosten

● **Steinzeit-Anhänger selber machen am Weltkindertag (6-10)**

<b>1909258K01</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 20.09.24, 15.00 - 18.00 Uhr
-------------------	------------	--

● **Steinzeit-Anhänger aus Speckstein selber machen (6-10)**

<b>1909258K02</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 15.11.24, 15.00 - 18.00 Uhr
-------------------	------------	--

● **Steinzeit-Anhänger aus Speckstein selber machen - Angebot in den Herbstferien (6-10)**

<b>1909258K03</b>	Termin(e):	1 x am Fr. 25.10.24, 15.00 - 18.00 Uhr
-------------------	------------	--

Foto: Pressmaster auf Depositphotos



Weitere Angebote der Jugendkunstschule finden Sie online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de), Stichwort: Jugendkunstschule oder JKS.





## ● Drachen, Feen und Nixen im Glas

Ferienangebot für Kinder ab 8 Jahre

Ein magisches Wesen leuchtet geheimnisvoll im Glas. Gemeinsam schneiden, kleben und gestalten wir unser Zauberlicht. Das verbreitet dann bei Euch Zuhause auf dem Tisch oder im Regal sein magisches Leuchten...

Bringt, wenn möglich, eine kleine Schere zum Ausschneiden mit. Alles andere bringt Eure Kursleiterin mit.

**Bitte mitbringen:** Eine kleine Schere sowie etwas zu Trinken gegen den kleinen oder großen Durst.



Ort: Bobenheim-Roxheim, Realschule plus, Werkraum

Referent/in: Sandra Kaiser

Gebühr: 19,00 € (inkl. Materialkosten)

**909267B01** Termin(e): 1 x am Di. 15.10.24, 14.00 - 17.00 Uhr

## Textiles Gestalten

### ● Herbstliches in Filz für Kinder (ab 8)

Wir filzen uns den Herbst herbstlich kunterbunt

Filzen ist eine textile Technik, die ein großes kreatives Potenzial bietet und selbst Unerfahrenen sehr schnell Erfolgserlebnisse verschafft.

Wir arbeiten mit unterschiedlichen Wollarten in herrlichen Farben und werden verschiedene Filztechniken kennenlernen und ausprobieren. Dabei entstehen filzfröhliche Wesen, Tiere, Blumen, Blätter und mit Sicherheit auch Herbstliches in allen wunderbaren Farben dieser Zeit. Lasst Euch überraschen!

Gefilzt wird vorwiegend in Nassfilztechnik, daher bitte ein mittelgroßes Handtuch mitbringen. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

**Liebe Eltern,** falls Ihr Kind allergisch auf Seife reagiert, geben Sie ihm bitte die Seife mit, die es verträgt!

**Bitte mitbringen:** ein mittelgroßes Handtuch (ca. 50 x 100 cm), etwas zu Trinken.

Ort: Limburgerhof, Domholzschule

Referent/in: Nicole Kolb-Papadopoulos

Gebühr: 24,00 € (inkl. Material)

**909268K21** Termin(e): 1 x am Sa. 28.09.24, 11.00 - 13.30 Uhr

Weitere Angebote  
der Jugendkunstschule finden  
Sie online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de),  
Stichwort: Jugendkunstschule  
oder JKS.

### ● Weihnachtliches Filzen für Kinder (ab 8)

Filzen ist eine textile Technik, die ein großes kreatives Potenzial bietet und selbst Unerfahrenen sehr schnell Erfolgserlebnisse verschafft.

Wir arbeiten mit unterschiedlichen Wollarten in herrlichen Farben und werden verschiedene Filztechniken kennenlernen und ausprobieren. Dabei entstehen (vor-)weihnachtliche Besonderheiten. Lasst Euch überraschen!

Gefilzt wird vorwiegend in Nassfilztechnik, daher bitte ein mittelgroßes Handtuch mitbringen. Die Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

**Liebe Eltern,** falls Ihr Kind allergisch auf Seife reagiert, geben Sie ihm bitte die Seife mit, die es verträgt!

**Bitte mitbringen:** ein mittelgroßes Handtuch (ca. 50 x 100 cm), etwas zu Trinken.

Ort: Limburgerhof, Domholzschule

Referent/in: Nicole Kolb-Papadopoulos

Gebühr: 95,00 € (inkl. Material)

**909268K22** Termin(e): 5 x ab Fr. 08.11.24, 16.00 - 18.00 Uhr

## Handwerk/Kunsth Handwerk

### ● Ein kreativer Lama-Tag in der freien Natur

Ferienangebot

In Kooperation mit dem Pfälzer Lamahof bietet die vhs Rhein-Pfalz-Kreis Kindern von 6-12 Jahren (ab Grundschulalter) einen kreativen Tag mit Lamas:

Ihr lernt die freundlichen Tiere aus nächster Nähe kennen. Ihr dürft sogar beim Saubermachen, Füttern und Ausbilden der Tiere helfen. Dabei lernt Ihr viel über Natur, Pflanzen, Naturschutz und natürlich über die Haltung der Hoftiere, denn auf dem Lamahof gibt es ebenfalls Hühner und ein Pony.

Außerdem wird gebastelt: Wir nutzen dafür Naturmaterialien und Lamawolle. Was Ihr gebastelt habt, dürft Ihr zur Erinnerung mit nach Hause nehmen.

**Outdoorveranstaltung:** Wetterfeste Kleidung, feste Schuhe und lange Hosen erforderlich!

**Bitte beachten/mitbringen:**

Dem Wetter angepasste Kleidung und feste Schuhe (z.B. Wander- oder Turnschuhe, lange Hosen) an. Die Veranstaltung findet draußen statt!

Zur Stärkung bringt bitte ein kleines Frühstück und Getränke für den Vormittag mit. Je nach Wetter an Sonnenschutz denken: Sonnencreme und eine Kopfbedeckung!

Ort: Dannstadt-Schauernheim, Treffpunkt: Untergasse 33 in Schauernheim

Referent/in: Karin Eichler

Gebühr: 24,00 €

**909272D03** Termin(e): 1 x am Mo. 22.07.24, 09.00 - 12.30 Uhr

**909272D04** Termin(e): 1 x am Di. 23.07.24, 09.00 - 12.30 Uhr

**909272D05** Termin(e): 1 x am Fr. 16.08.24, 09.00 - 12.30 Uhr

**909272D06** Termin(e): 1 x am Fr. 18.10.24, 09.00 - 12.30 Uhr





# Studienreisen Tagesfahrten Exkursionen

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis veranstaltet Tagesfahrten und Studienreisen über mehrere Tage.

Ziele sind historisch bedeutende Städte und Regionen, wichtige Kunstausstellungen, Theateraufführungen, aber auch landschaftlich und naturkundlich sehens- und schützenswerte Areale, Orte der Industriekultur und vieles mehr.

Wenn Sie Interesse haben, lassen Sie sich in unseren Verteiler aufnehmen.



Foto: © vhs

Foto: © vhs



## Region entdecken - Deutschland, Europa & ferne Länder

Für 2-2024 konnten aus internen Gründen keine Fahrten geplant werden.

Sollten im Herbst doch noch Fahrten durchgeführt werden können, finden sich diese im Internet oder werden in der Presse angekündigt.

Bei der vhs im Verteiler für Studienfahrten erfasste Stammtteilnehmer und Stammtteilnehmerinnen werden dann individuell informiert.

Eventuelle Aktualisierungen online unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)



**Ihre Ansprechpartnerin:**  
**Martha Ackermann-Schneider**  
Telefon 0621 5909 3421  
Montag bis Donnerstag,  
8:00 bis 13:00 Uhr  
E-Mail:  
[martha.ackermann-schneider@rheinpfalzkreis.de](mailto:martha.ackermann-schneider@rheinpfalzkreis.de)

## Benachbarte Volkshochschulen



Volkshochschule  
Rhein-Pfalz-Kreis

### Kontakte einiger

#### Volkshochschulen und Kreisvolkshochschulen in der Pfalz sowie der Mannheimer Abendakademie und der Pfalzakademie Lambrecht

##### Volkshochschule Frankenthal

Tel.: 06233 349 203, Fax -205,  
E-Mail: [info@vhs-ft.de](mailto:info@vhs-ft.de)

##### Volkshochschule Heidelberg

Tel.: 06221 9119 11, Fax -1651 33,  
E-Mail: [vhs@vhs-hd.de](mailto:vhs@vhs-hd.de)

##### Volkshochschule Ludwigshafen

Tel.: 0621 504 2238 oder -2632, Fax -2640,  
E-Mail: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de)

##### Volkshochschule Neustadt

Tel.: 06321 855 1564, Fax -1595,  
E-Mail: [volkshochschule@neustadt.eu](mailto:volkshochschule@neustadt.eu), [vhs.neustadt.eu](http://vhs.neustadt.eu)

##### Volkshochschule Speyer

Tel.: 06232 1413 60, Fax -79,  
E-Mail: [vhs@stadt-speyer.de](mailto:vhs@stadt-speyer.de), [www.vhs-speyer.de](http://www.vhs-speyer.de)

##### Volkshochschule der Stadt Worms

Tel.: 06241 853-4256, [www.vhs-worms.de](http://www.vhs-worms.de)

##### Kreisvolkshochschule Bad Dürkheim

Tel.: 06322 961 2401, Fax -82401,  
E-Mail: [kvhs@kreis-bad-duerkheim.de](mailto:kvhs@kreis-bad-duerkheim.de)

##### Kreisvolkshochschule Germersheim

Tel.: 07274 53 319 oder -334, Fax -15319,  
E-Mail: [vhs@kreis-germersheim.de](mailto:vhs@kreis-germersheim.de)

##### Kreisvolkshochschule Südliche Weinstraße

Tel.: 06341 940 188, Fax -500,  
E-Mail: [kreisverwaltung@suedliche-weinstraesse.de](mailto:kreisverwaltung@suedliche-weinstraesse.de),  
[www.suedliche-weinstrasse.de](http://www.suedliche-weinstrasse.de)

##### Mannheimer Abendakademie und Volkshochschule GmbH

Tel.: 0621 1076 0, Fax -172,  
E-Mail: [info@abendakademie-mannheim.de](mailto:info@abendakademie-mannheim.de)

##### Pfalzakademie - eine Einrichtung des Bezirksverband/Pfalz

Tel.: 06325 1800 22, Fax -26,  
E-Mail: [info@pfalzakademie.bv-pfalz.de](mailto:info@pfalzakademie.bv-pfalz.de)

## 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis, Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen (nachfolgend „vhs“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

## 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung der Anmeldung, der verwaltungstechnischen Abwicklung und der Kursdurchführung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr - sowie bei der Onlineanmeldung - Geschlecht, E-Mail, Telefonnummer und IBAN) kann keine Anmeldung erfolgen. Ihren Geburtstag benötigen wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein, z.B. wenn sie sich an spezielle Zielgruppen richtet.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, um 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 Durchführung der Teilnahme verwendet.

Durch Angabe von IBAN und Name des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. 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 anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch zur Geschäftsabwicklung gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen werden teilweise durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch rechtlich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

## 3. Werbeinformationen

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mail-Adresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs wie einen Newsletter zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail) mitteilen.

## 4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mail-Adresse und gegebenenfalls Telefonnummer an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies schließt die Kontaktaufnahme bei Änderungen (z.B. kurzfristige Verhinderung der Kursleitung) ein.

Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Telc-Sprachprüfungen, Xpert, Finanzbuchhaltung, Schulabschlüsse) leiten wir die hierfür erforderlichen Daten (Name, Anschrift, Geburtsdatum, Geburtsort, Geschlecht) 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 rechtlichen Verpflichtungen.

Finden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

Wenn Sie sich für Online-Kurse oder Kurse mit digitalen Anteilen anmelden, gelten unsere Datenschutzbestimmungen nicht. Bitte beachten Sie dann die Datenschutzbestimmungen des Anbieters. Mit der Teilnahme am digitalen Unterricht stimmen Sie der Nutzung der jeweiligen Plattform zu.

## 5. 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\*in oder Kursteilnehmer\*in zur Durchführung der Anmeldung, der verwaltungstechnischen Abwicklung und der Kursdurchführung.

## 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten unter Berücksichtigung der gesetzlichen Aufbewahrungspflichten gelöscht. Die gesetzlichen Aufbewahrungspflichten sehen eine Aufbewahrung von bis zu 10 Jahren vor. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Werbeinformation der vhs 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 Anmelde-/Teilnahmezwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

## 7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderes übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

## Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

E-Mail: thomas.hauck@rheinpfalzkreis.de, Telefon: 0621 5909 5050

# Gebührensatzung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis

## § 1 Allgemeines, Gebührenpflicht

Der Rhein-Pfalz-Kreis erhebt zur Mitfinanzierung des im Zusammenhang mit dem Betrieb der Volkshochschule entstehenden Aufwandes Gebühren nach den Bestimmungen dieser Gebührensatzung.

## § 2 Gebührenschuldner

Gebührensschuldner ist die angemeldete Teilnehmerin/der angemeldete Teilnehmer, bei Minderjährigen deren Erziehungsberechtigte/r.

## § 3 Gebührenhöhe

Es gilt die zur jeweiligen Veranstaltung veröffentlichte Gebühr.

## § 4 Fälligkeit

Die Gebühr wird drei Werktage nach dem ersten Kurstermin fällig. Für Veranstaltungen über mehrere Semester, insbesondere im Bereich der schulischen und beruflichen Weiterbildung, sowie für Studienreisen, kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden.

## § 5 Zahlungsweise

- (1) Die Gebühren werden grundsätzlich durch Lastschrift eingezogen, in begründeten Fällen mit Zahlschein.
- (2) Bei Vortragsveranstaltungen wird die Gebühr vor Ort in bar erhoben.

## § 6 Ermäßigung und Befreiung von Teilnehmergebühren

- (1) Die Ermäßigungsregel findet nur bei Kursen Anwendung, die mit mindestens 20 Unterrichtsstunden (à 45 Minuten) ausgeschrieben sind, und soweit sie im Einzelfall bei der Veröffentlichung nicht ausdrücklich ausgeschlossen sind. Treten mehrere Ermäßigungsgründe gleichzeitig auf, wird die Teilnehmergebühr nur einmal ermäßigt.

Auf schriftlichen Antrag und mit entsprechendem Nachweis der genannten Voraussetzung wird die Kursgebühr herabgesetzt:

### um 25 %

- a) für Student\*innen, Schüler\*innen, Auszubildende.
- b) bei Familien, Lebensgemeinschaften und Alleinerziehenden mit minderjährigen Kindern im gleichen Kurs ab dem 2. Mitglied.
- c) Schwerbehinderte (ab 80 %).

## um 10 %

- d) bei Belegung von mindestens zwei ermäßigungsberechtigten Veranstaltungen innerhalb eines Kalenderhalbjahres für jeden dieser Kurse. Die Ermäßigung wird nachträglich zum Ende des Halbjahres erstattet.
- e) für Inhaber\*innen der Jugendleiter-Card.

Die Ermäßigungen werden rückwirkend längstens für das zurückliegende Kalenderhalbjahr gewährt. Die für zusätzliche Aufwendungen (z. B. Materialkosten) erhobenen Zuschläge werden nicht ermäßigt.

- (2) In besonderen Fällen, insbesondere bei nachgewiesener finanzieller Notlage einer/eines Teilnehmenden, können die Gebühren ganz oder teilweise erlassen werden.

## § 7 Rücktritt, Gebührenrückzahlung

- (1) Ein Rücktritt ist bis zu 5 Tage vor dem Kurstermin kostenfrei möglich; für eine Abmeldung danach bis zu einem Arbeitstag (Montag bis Freitag außer Feiertag) 11:00 Uhr vor dem Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu zahlen, ggf. zzgl. Materialkosten und Umlagen. Ab dem Tag des Kursbeginns ist im Falle eines Rücktritts die volle Kursgebühr zu zahlen. Der Rücktritt erfordert die Textform.

Für besonders gekennzeichnete Veranstaltungen und für Studienreisen gelten gesonderte Regelungen.

- (2) Wird eine angekündigte Veranstaltung seitens der Kreisvolkshochschule abgesagt, werden geleistete Gebühren in voller Höhe erstattet. Ein weitergehender Anspruch besteht nicht.

## § 8 Bescheinigungen

Für das Ausstellen von Bescheinigungen über geleistete Zahlungen wird eine Gebühr von 4,00 Euro erhoben.

## § 9 Teilnehmerzahl

Es gelten die jeweils ausgeschriebene Mindestteilnehmerzahl und Höchstteilnehmerzahl. Die zur Verfügung stehenden Kursplätze werden in der Reihenfolge des Anmeldeeingangs vergeben.

## § 10 Inkrafttreten

Diese Satzung tritt zum 29.06.2022 in Kraft.

Leitung  
Jugendkunstschule

**Dr. Juliane Kerzel-Kohn**  
Telefon 0621 5909 3511, dr.juliane.kerzel-kohn@rheinpfalzkreis.de



Dr. Juliane Kerzel-Kohn

Kultur und Gestalten  
Gesundheit und Ernährung

**Katharina Müller**  
Bildungszentrum Schifferstadt, Telefon 06235 6021,  
katharina.mueller@rheinpfalzkreis.de



Katharina Müller

Fremdsprachen

**Sabine Weber**  
Montag bis Donnerstag, vormittags  
Telefon 0621 5909 3470, sabine.weber@rheinpfalzkreis.de



Sabine Weber

Sprachförderung Deutsch & Integrationskurse  
Grundbildung

**Volha Baschnagel**  
Zimmer B349 (nach Terminvereinbarung), Telefon 0621 5909 3490,  
volha.baschnagel@rheinpfalzkreis.de



Volha Baschnagel

Gesellschaft und Umwelt  
Beruf und Qualifizierung  
Schulabschlüsse

**Tina Müller**  
Bildungszentrum Schifferstadt, Telefon 06235 6022,  
tina.mueller@rheinpfalzkreis.de



Tina Müller

EDV und Medien

**Sibylle Rösner**  
Bildungszentrum Schifferstadt, Telefon 06235 9573 345,  
Dienstag bis Donnerstag, sibylle.roesner@rheinpfalzkreis.de



Sibylle Rösner

Geschäftsführung  
Weiterbildung für Betriebe

**Marlena Keller**  
Telefon 0621 5909 3500, marlena.keller@rheinpfalzkreis.de



Marlena Keller

Veranstaltungsabrechnung  
Studienreisen

**Martha Ackermann-Schneider**  
Montag bis Donnerstag, vormittags, Telefon 0621 5909 3421,  
martha.ackermann-schneider@rheinpfalzkreis.de



Martha Ackermann-Schneider

Abrechnung des Programmbereichs Beruf  
Veranstaltungsabrechnung

**Ulrike Ehmann**  
Telefon 0621 5909 3420, ulrike.ehmann@rheinpfalzkreis.de



Ulrike Ehmann

Geschäftsstelle Bildungszentrum  
Veranstaltungsabrechnung

**Anja Gerent-Schneider**  
Telefon 06235 9573 343, vormittags, Fax 06235 959393,  
anja.gerent-schneider@rheinpfalzkreis.de



Anja Gerent-Schneider

Abrechnung der Schulabschlüsse u. Integrationskurse  
Veranstaltungsabrechnung  
Gebührenerhebung | Rücklastschriften

**Rezan Kilic**  
Telefon 0621 5909 3480, rezan.kilic@rheinpfalzkreis.de



Rezan Kilic

Abrechnung Integrationskurse

**Emine Yilmaz**  
Telefon 0621 5909 3481, vormittags  
emine.yilmaz@rheinpfalzkreis.de



Emine Yilmaz

Veranstaltungsabrechnung Jugendkunstschule,  
Mundartwettbewerb, Vorlesewettbewerb

**Anja Fischer**  
Telefon 0621 5909 3531, anja.fischer@rheinpfalzkreis.de



Anja Fischer



## Altrip | VG Rheinauen

Bürgerhaus "alta Ripa", Ludwigstraße 42  
Max-Schule, Maxstraße 20  
Sporthalle am Rheindamm, Ludwigsplatz 5a

## Bobenheim-Roxheim

Gemeindekindertagesstätte, Breslauer Straße 24  
Grundschule Rheinschule, Rheinstraße 32  
Heimattmuseum, Friedrich-Ebert-Straße 43  
Kath. Kindertagesstätte "Edith Stein", Pfalzring 59  
Kreissporthalle, Grünstadter Straße 6  
Kurpfalztreff unter den Arkaden, Pfalzring 43  
Pfarrheim St. Antonius, Roxheimer Straße 6  
Realschule plus, Grünstadter Straße 6

## Böhl-Iggelheim

Grundschule Böhl, Kirchenstraße 12  
Grundschule Iggelheim, Langgasse 12  
Kita „Römerstraße“, Römerstraße 22  
Peter Gärtner Realschule plus, Am Schwarzweiher 1

## VG Dannstadt-Schauernheim

Historisches Rathaus Assenheim, Langstraße 25  
Kulturhof Schrittmacher OT Dannstadt, Kirchenstr. 17  
Kurpfalzhalle OT Dannstadt, Zufahrt über Haardtstraße  
Kurpfalzschnitzschule OT Dannstadt, Kurpfalzstraße 2  
Rathaus Dannstadt, Am Rathausplatz 1  
Seniorenstift zur Dannstadter Höh, OT Schauernheim, Ute-Ruhnke-Straße 2  
Zentrum Alte Schule OT Dannstadt, Hauptstr. 139-141

## Die vhs Rhein-Pfalz-Kreis im Internet!

- mit aktuellem Semesterprogramm -  
Online-Anmeldemöglichkeit  
unter [vhs-rpk.de](http://vhs-rpk.de)



## Dudenhofen | VG Römerberg-Dudenhofen

Bürgerhaus, Konrad-Adenauer-Platz 6  
Festhalle Dudenhofen, Albrecht-Dürer-Straße 5, 67373 Dudenhofen  
Grundschule Harthausen, Schulstraße 1  
Historischer Tabakscuppen Harthausen, In den Hohlwiesen 1, 67376 Harthausen  
Kulturscheune Hanhofen, Hauptstr. 38 a, 67374 Hanhofen  
Realschule Plus, Iggelheimer Straße 33



## Neuhofen | VG Rheinauen

Bürgerhaus „Neuer Hof“, Sitzungszimmer, (Eingang VfL-Gaststätte), Jahnstraße 20  
Sporthalle, Jahnstraße 25

## Römerberg | VG Römerberg-Dudenhofen

Altes Bürgermeisteramt, Fraktionszimmer, Berghäuser Straße 48  
Grundschule Heiligenstein, Am Rathaus 6  
Grundschule Mechtersheim, Schwarzwaldweg 3  
Haus am Lindenplatz, OT Mechtersheim  
Kreisbad, Viehtriftstraße 106  
Mediathek, OT Berghausen, Berghäuserstraße 38 b  
Realschule plus, OT Berghausen, Gutenbergstraße 15  
Zehnthaus, OT Berghausen, Berghäuserstraße 48a

## VG Lambsheim-Heßheim

Friedenshalle Großniedesheim, Hauptstraße 13  
Großsporthalle Großniedesheim, In den Moltersgärten 16  
GS Heßheim, Schulstraße 3  
Karl-Wendel-Schule, Neustadter Straße 23  
Rathaus, Hauptstraße 14  
Rathaus, Mühltorstraße 25

## Limburgerhof

Capitol LichtspielTheater, Speyerer Straße 107  
Carl-Bosch-Schule, Carl-Bosch-Straße 9  
Domholzschnitzschule, Herrmann-Löns-Weg 21  
Gemeindebücherei, Carl-Bosch-Straße 9, 1. OG  
JugendKulturZentrum, Hans-Sachs-Straße 21  
Kirche Jesu Christi der Heiligen letzten Tage, Karl-Räder-Straße 14  
Praxis für Physiotherapie Naumann, Mühlweg 45  
Rathaus, Burgunder Platz 2  
Rudolf-Wihr-Realschule Plus, Neuhofener Straße 81 D  
Schlösschen, Parkstraße 43

## Maxdorf

Bürgerhaus Fußgönheim, Hauptstraße 62a  
Dorfgemeinschaftshaus Birkenheide, Eysersheimer Straße 11  
G8-Gymnasium Maxdorf Schulstraße 4  
Haus der Begegnung Maxdorf, Hauptstraße 62  
Haus im Horst, Im Horst 16  
Justus von Liebig Realschule, Schulstraße 1  
Kreisbad Heidespaß, Heideweg 111  
Rathaus Maxdorf, Hauptstraße 79

## Mutterstadt

Haus der Vereine, Schulstraße 8  
IGS Mutterstadt, Stuhlbruderhofstraße 12  
Kreisbad Aquabella, Waldstraße 59  
Neue Pforte, Ludwigshafener Straße 3  
Rundsporthalle, Stuhlbruderhofstraße 12 (IGS)  
Seniorentreff, Jahnstraße 4  
Walderholungsstätte, An der Fohlenweide

## Schifferstadt

Adlerstube, Kirchenstraße 17  
Altes Rathaus, Am Marktplatz 2  
Deutscher Kinderschutzbund, Rehbachstraße 4  
Jugendtreff, Neustückweg 1  
Kleine Kapellenstraße 4  
Kreisbad, Am Sportzentrum 2  
vhs-Bildungszentrum, Neustückweg 2  
Paul-von-Denis-Schulzentrum, Neustückweg 12  
Pfarrheim Herz Jesu, Salierstraße 104  
Pfarrzentrum St. Jakobus, Kirchenstraße 10  
Rex-Kino-Center, Zeppelinstraße 6  
Salischer Hof, Burgstr. 12-14  
Stadtarchiv, Kirchenstraße 20  
TV 1885, Am Waldfestplatz 5

## Waldsee | VG Rheinauen

Altes Rathaus, Ludwigstraße 17  
Grundschule Otterstadt, Luitpoldstraße 1  
Hermann-Gmeiner-Schule, Mehrzweckraum, Schifferstadter Straße 2, Eingang links neben der Kulturhalle  
Jugendkeller Otterstadt, Speyerer Straße (hinter Remigiushaus)  
Jugendkunstschule in der Hermann-Gmeiner-Schule, Eingang Schulstraße gegenüber Haus-Nr. 38, Gebäudeteil links, zum Untergeschoss, Tür links unter der Überdachung  
Kommunale Kindertagesstätte "Im Pavillon", Schifferstadter Straße 2a  
Neues Rathaus, Ludwigstraße 99  
Remigiushaus Otterstadt, Speyerer Straße 18  
Rheinauenhalle, Wörthstraße 1  
Sommerfesthalle, Otterstadt, Kollerstraße

# Leiter\*innen der örtlichen Volkshochschulen

## Ihre Ansprechpartnerinnen vor Ort - keine Anmeldung!

(Anmeldung bitte bei der veranstaltenden Außenstelle; siehe Seite 4)

Altrip

**Sibylle Hagedorn**

Tel. 06236 4182 228, E-Mail: sibylle.hagedorn@vg-rheinauen.de



Sibylle Hagedorn

Bobenheim-Roxheim

**Manuela Lemster**

Tel. 0151 22881185 oder 06239 939 1309,  
E-Mail: manuela.lemster@bobenheim-roxheim.de



Manuela Lemster

Böhl-Iggelheim

**Petra Baum**

Tel. 06324 9810090 oder 0621 5909-0 (gesch.),  
E-Mail: petra.baum@rheinpfalzkreis.de



Petra Baum

Dannstadt-Schauernheim  
Dannstadt-Schauernheim,  
Hochdorf-Assenheim,  
Rödersheim-Gronau

**N.N.**

E-Mail: kvhs-dannstadt-schauernheim@vhs-rpk.de



Dudenhofen

**Marita Detzner**

Dudenhofen, Hanhofen, Harthausen

Tel. 06232 621802, E-Mail: marita@detzner.eu



Marita Detzner

Lambsheim-Heßheim

**Sabrina Ott**

Lambsheim, Heßheim,  
Klein- und Großniedesheim,  
Beindersheim, Heuchelheim

Tel. 0160 94934911, 06233 3791 323,  
E-Mail: s.ott@lambsheim-hessheim.de



Sabrina Ott

Limburgerhof

**Heike Lange**

Tel. 06236 691 137, E-Mail: lange@limburgerhof.de



Heike Lange

Maxdorf

**Petra Schreck**

Maxdorf, Birkenheide, Fußgönheim

Tel. 06237 401 0, E-Mail: petra.schreck@vg-maxdorf.de



Petra Schreck

Mutterstadt

**Eva Heyder**

Tel. 0160 934 753 62, E-Mail: heyder.eva@t-online.de



Eva Heyder

Neuhofen

**Fabienne Lorenz**

Tel. 0151 2508 2209, 06236 4182 101,  
E-Mail: fabienne.lorenz@vg-rheinauen.de



Fabienne Lorenz

Römerberg

**Sigrid Ellenberger**

Tel. 0172 4463638, E-Mail: s.ellenberger@gmx.net



Sigrid Ellenberger

Schifferstadt

**Sabine Sold**

Tel. 0151 2405 7259, E-Mail: sabine.sold@web.de



Sabine Sold

Waldsee

**N.N.**

Waldsee, Otterstadt

E-Mail: kvhs-rheinauen@vhs-rpk.de

# Stichwort- verzeichnis

## A

Abiturtraining	102, 115
Achtsamkeit	45, 48, 50, 92
Acrylmalen	31, 33
Adobe	110
Aerobic	53, 55
Affinity Photo	110
Airbrush	31 ff.
Alzheimer	17
Android	106 ff.
Apple	107
Aquabiking	57
Aquafitness	55, 57
Aquarellieren	30 ff.
AROHA®	53
Autismus	23
Ayurveda	47, 60

## B

Backen	59
Basisqualifizierung	95 ff.
Beckenbodengymnastik	51 ff.
Begrünung	18
Beruf	67, 72, 74, 78, 87 ff.
Betreuungsverfügung	6, 16
Bewegung	12, 15, 24, 45 ff.
Bewegung unter freiem Himmel	51
Bildbearbeitung	110
Bildung mit Biss	28
Blockflöte	41
Bob Ross®	30, 42, 116 ff.
BreathWalk	50
Brot	59
Buchclub, englisch/spanisch	70, 79
Buchführung	89
Burgund	25

## C

China	11, 15, 48
Computer für Eintsteiger*innen	104 ff.

## D

Dänemark	24
Demenz	17
Deutsch	66, 82 ff., 115
Diagramme	105
Dialekt	21

## E

EDV	90 ff., 104 ff.
EDV - Wiedereinsteiger*innen	106
EDV für den Beruf	90
EDV und Medien	103 ff.
Einbürgerungstest	84
Einzelunterricht	110
Eltern	22 ff., 42, 109
E-Mail	108
Energie	19 ff., 24, 45 ff.
Englisch	63 ff., 102, 115
Englisch-Konversation	68 f.
Entspannung	45 ff.
Erben	16
Ernährung	21, 58 ff., 91
Erste Hilfe	91
Erzieher*innen	23, 94 ff.
Erziehung	22, 91
Europa	11, 15, 24, 28, 119
Excel	90, 105 ff.

## F

Familienforschung	10
Faszientraining	48 ff.
Ferienangebot	118
Film	21, 39, 66, 72, 76, 79
Filzen	42, 116, 118
Finanzbuchführung	89
Finanzen	89
Fitness	53 ff.
Fotografie	39 ff., 107
Frankreich	72
Französisch	66, 72 ff., 115
Frauen	12, 24, 89 ff., 106
Fremdsprachen	64 ff.
Führung	10, 13, 15, 29
Fütterung	26, 59

## G

Gedächtnis/Gedächtnistraining	24, 88, 102, 115
Geschichte	10, 12 f.
Gesundheitsvorträge	44
Gewaltfreie Kommunikation	95
Gitarre	40 ff.
Goldschmieden	34
Google	107
Grundkurs EDV	104 ff.
Gymnastik	45, 49 ff.

## H

Handy	30, 104 ff.
Hauswirtschaft	97
Heimatkunde	10, 20f., 26, 29
Heizen	18 ff.
Heizung	18
Herbst	48, 53, 58, 93, 114, 118, 119
Hochsensibilität	23

## I

Immobilienverkauf	16
Indien	11, 45
Internet	15, 100, 104, 107 ff.
Italienisch	66, 74 ff.

## J

Japanisches Essen	59
Jonglieren	54
Jugendkunstschule	116 ff.
Junge vhs	66, 77, 114 ff.
Jütland	24

## K

Kalender	105
Kalligrafie	32 ff.
Keramik	38
Kinder	22 ff., 90 ff., 109
Kinderperspektive	94
Kindertagespflege	90 ff.
Kino	10, 66, 72, 74, 76, 79
Kita	93 ff.
Kita-Verpflegung	93 ff.
Kleidertausch	21
Klimaschutz	18
Klimawandel	18 ff.
Klimawoche	18 ff.
Klöppeln	36
Kochen	58 ff., 68, 70, 93
Kochkulturen	58 ff.
Kommunikation	15, 17, 24, 74, 86 ff., 95, 108
Konversation	65 ff.
Kultursommer	28
Kunstgeschichte	13, 15, 28

## L

Länderkunde	11 ff., 24 f.
Lamas	118
Landesbibliothekszenrum	10
Laptop	40, 104 ff.
Laufen	50, 58
LEGO®	116
Lektüre	79
Lernen	100 ff., 115
Lerntechniken	102, 115
Lesen und Schreiben	100
Lightroom	110
Literatur	10, 29

## M

Malen	30 ff., 42, 114 ff.
Männer	52, 54
Märchen	77, 115
MarteMeo	97
Mathematik	102, 115
Medien	109 ff.
Meditation	45 ff.
Merktechniken	24, 88, 102
Metropolregion	26
Mitarbeiterführung	57
Mittelstufe	46
Mobilität	18
Moderation	87
Motorsägen	17
MS Excel	90, 104 ff.
MS Office	104 ff.
MS Word	104 ff.
Musikgeschichte	28
Musizieren	40 f.
Muskelentspannung	49
Muskelschwung	51

## N

Nachhaltigkeit	18 ff., 21
Nähen	34 ff.
Nass in Nass-Technik	30, 116 f.
Naturmaterialien	118

## O

Ölmalerei	30, 116 f.
Online-Kurse	11 ff., 18 ff., 69 f., 72, 74 ff., 79
Oper	28
Orchestermusik	41
Orientalischer Tanz	55
Outlook	90, 105 ff.

Auf unserer Website  
finden Sie immer das  
aktuelle Programm:  
[www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)

## P

Pastellmalen	.30
Patchwork	.35
PC-Sicherheit	.104
Persönlichkeitsbildung	.23 ff.
Perspektive Europa	.11
Pfälzisch	.10
Pferde	.26
Pflegeversicherung	.17
Photoshop	.110
Photovoltaik	.18 ff.
Pilates	.51 ff.
Polizeiarbeit	.10
Präsentationen	.90, 105 ff.
Problemzonengymnastik	.51

## Q

Qi Gong	.48 ff.
Quilten	.35

## R

Recht	.17
Reise	.49, 73 ff., 106
Reiseberichte	.24f.
Rente	.88 ff.
Resilienz	.23, 97
Rettungsschwimmen	.114
Rhetorik	.88
Rückengymnastik	.47 ff., 52 ff.
Ruhestand	.89

## S

Schlagfertigkeit	.86
Schmuck	.34, 42, 117
Schmuckgestaltung	.34
Selbstbehauptung	.24, 114
Senior*innen	.46, 54 f., 58, 106
Sitzgymnastik	.54
Smalltalk	.86
Smartphone (Android)	.40, 104 ff.
SMS	.107
Spanisch	.66, 77 ff., 115
Spanisch-Konversation	.79

Speckstein	.42, 117
Sprachen	.63 ff., 115
Stadtarchiv	.10
Step	.53
Stoffwindeln	.23
Stricken	.35 f.

## T

Tabellenkalkulation	.105
Tablet	.106 ff.
Tanz	.55
Theater	.30
Tinnitus	.44
Töpfern	.36 ff., 116 ff.
Trotzalter	.22

## V

Verbrechen	.10, 28
vhs.wissen live	.12 ff.
Vokabeln	.67, 73, 102, 115
Vorsorgevollmacht	.16
Vorträge	.6 f.

## W

Weihnachten/Weihnachtliches	.42, 38, 60 ff., 118
Wein	.29, 33, 58, 60
Whisky	.61
Wickeln	.23
Wiedereinstieg in den Beruf	.90, 106
Windows 10	.90, 106
Wirtschaft	.11 ff.

## X

Xpert Business	.89
----------------	-----

## Y

Yoga	.45 ff.
------	---------

## Z

Zeichnen	.30 ff., 116
Zirkus	.54
Zumba	.55

## 1. Anmeldung, Bestätigung, Zahlungsmodalitäten

- 1.1 Voraussetzung für die Teilnahme an einer Veranstaltung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis [im Folgenden „vhs“] ist eine vorherige Anmeldung.

Die Anmeldung erfolgt persönlich, schriftlich per Post\*, Fax\* oder E-Mail\* bei der veranstaltenden Kommune (siehe Seite 4 im aktuellen Programmheft), online\* und als Weitermeldung mit Anmeldeformular. Die Anmeldung ist gültig, wenn das Anmeldeformular unterschrieben eingegangen bzw. die digitale Anmeldung bestätigt worden ist.

Eine telefonische Anmeldung ist nur für gebührenfreie Angebote möglich.

\*Mit der Anmeldung wird die Widerrufsbelehrung (siehe unten) Bestandteil der Teilnahmebedingungen.

Für Lehrgänge der beruflichen Bildung und für Schulabschlusslehrgänge ist immer eine schriftliche Anmeldung erforderlich.

Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Veranstaltungsdurchführung entsprechend der DSGVO gestattet. Der/die Teilnehmende kann dem jederzeit widersprechen.

- 1.2 Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge bearbeitet. Der/die Teilnehmende erhält nach der Anmeldung i.d.R. eine Anmeldebestätigung. **Wenn keine Absage erfolgt, können Teilnehmende davon ausgehen, dass die Veranstaltung stattfindet.**

Eine Benachrichtigung erfolgt, wenn die Veranstaltung ausfällt oder sich Änderungen ergeben. Zur schnellen Kontaktaufnahme ist bei der Anmeldung die Angabe Ihrer **E-Mail-Adresse** und/oder Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, erforderlich.

- 1.3 **Die Anmeldung zu Kursen und Veranstaltungen der vhs ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der vollen Gebühr.** Zur Zahlung der Gebühr erteilen Sie der vhs eine Einzugsermächtigung. Die Gebühr ist mit Veranstaltungsbeginn fällig und wird ab dem 3. Werktag nach dem ersten Veranstaltungstermin per Lastschriftverfahren von Ihrem Konto abgebucht. Ist der Lastschrifteinzug trotz Erteilung der Einzugsermächtigung nicht möglich, so sind die anfallenden Kosten, die nicht von der vhs Rhein-Pfalz-Kreis zu verantworten sind, von Ihnen zu tragen.

Für Veranstaltungen über mehrere Semester, insbesondere im Bereich der schulischen und beruflichen Weiterbildung sowie für Studienreisen, kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden.

- 1.4 Die **Teilnahme** an einer Veranstaltung **gilt als Anmeldung**. Sie verpflichtet zur **Zahlung der vollen Gebühr**.

## 2. Teilnahmevoraussetzungen

- 2.1 Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.
- 2.2 Mit der Anmeldung zu bzw. der Teilnahme an einer Veranstaltung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis werden die Teilnahmebedingungen anerkannt. Es kommt ein öffentlich-rechtliches Teilnahme-/Nutzungsverhältnis zustande.
- 2.3 Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlussstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, welche erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, einer ausdrücklichen Teilnahmezusage durch die vhs.

## 3. Persönliche Teilnahme und „Ersatz“

- 3.1 Mit der Teilnahme/Anmeldung werden Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der/dem Anmeldenden begründet.
- 3.2 Die/der Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme für eine dritte Person begründen. Diese ist der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis vorher namentlich zu benennen. Eine Änderung dieser Person bedarf der Zustimmung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern. Für die/den andere\*n Teilnehmende\*n bzw. die „Ersatzperson“ gelten sämtliche Regelungen der Teilnahmebedingungen gleichermaßen.
- 3.3 Die vhs darf die Teilnahme an Veranstaltungen von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

## 4. Leistungsumfang

Was Sie bei den Angeboten der vhs inhaltlich erwartet, Beginn und Dauer der Veranstaltung ist ausschließlich in der Ausschreibung angegeben. **Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich.** Die Dozent\*innen sind zu individuellen Absprachen nicht berechtigt. Bei einem verspäteten Kurseinstieg gilt die ausgeschriebene Gebühr. Es wird keine „Ermäßigung“ auf seitens des/der Teilnehmenden verpasste Termine gewährt.

## 5. Gebühren

- 5.1 Die Gebühr ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis. Die meisten Angebote sind mit **zwei Kursgebühren** ausgeschrieben: eine Gebühr ab 8 Teilnehmenden und eine Gebühr für 6 bis 7 Teilnehmende. Die Zahl der **am ersten Veranstaltungstermin** angemeldeten Teilnehmenden legt fest, welche der Kursgebühren zu zahlen ist.

- 5.2 Für Veranstaltungen über mehrere Semester, insbesondere im Bereich der schulischen und beruflichen Weiterbildung sowie für Studienreisen, kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden. Bei diesen Veranstaltungen ist - sofern in der Ausschreibung angegeben - eine Ratenzahlung möglich.

- 5.3 Ermäßigungen werden nach § 6 der Gebührensatzung gewährt.

## 6. Organisatorische Änderungen

- 6.1 Es besteht kein Anspruch auf Unterricht durch eine bestimmte Lehrkraft, selbst dann nicht, wenn diese namentlich angekündigt wurde.
- 6.2 Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann aus sachlichem Grund und in einem zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- 6.3 Muss ein Termin aus von der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise bei Erkrankung einer Lehrkraft), kann dieser nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht nicht. Wird der Termin nicht nachgeholt, wird die Gebühr für den ausgefallenen Termin erstattet. Dies gilt nicht für ausgefallenen Unterricht im Bereich der schulischen Weiterbildung.

## 7. Rücktritt / Absage durch die Volkshochschule

- 7.1 Die Mindestteilnehmerzahl liegt in der Regel bei 8 Personen. Für kleinere Kursgruppen können andere Gebührensätze anfallen. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann die vhs Rhein-Pfalz-Kreis von der Veranstaltung zurücktreten, ebenso bei Ausfall einer Kursleitung oder anderer von der vhs nicht zu vertretenden Gründe. Kosten entstehen der/dem Teilnehmenden hierdurch nicht. Kann die Veranstaltung nur teilweise stattfinden, wird die Gebühr nach dem Verhältnis der durchgeführten Unterrichtsstunden zum Gesamtumfang abgerechnet.
- 7.2 Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, wird die vhs die angemeldeten Personen unverzüglich informieren. Am ehesten ist eine zeitnahe Benachrichtigung möglich, wenn Sie bei der Anmeldung eine Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, oder Ihre E-Mail-Adresse angegeben haben. Sollten Sie eine längere Anreise haben, erkundigen Sie sich ggf. bei der örtlichen Volkshochschule (Außenstelle), ob die Veranstaltung stattfindet.
- 7.3 Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann in Anlehnung an den § 314 BGB die Teilnahme verweigern. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Er-/Abmahnung und Androhung des Ausschlusses durch die Kursleitung, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebs durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Kursleitung, gegenüber Teilnehmenden oder Beschäftigten der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt eines kompletten Ausschlusses kann die vhs den/die Teilnehmer\*in auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.

Der Anspruch der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis auf die Gebühr wird durch einen solchen Ausschluss nicht berührt.

## 8. Abmeldung

- 8.1 Ein Rücktritt ist i.d.R. bis zu 5 Tage vor dem Kurstermin kostenfrei möglich. Für eine Abmeldung danach bis zu einem Arbeitstag (Montag bis Freitag außer Feiertag) 11:00 Uhr vor dem Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu zahlen, ggf. zzgl. Materialkosten und Umlagen. Danach ist im Falle eines Rücktritts die volle Kursgebühr zu zahlen.
- 8.2 Sonderregelungen: Eine Abmeldung von Kochkursen ist bis zu fünf Werktage, bei Fortbildungen für Erzieher\*innen sowie bei Angeboten der schulischen und beruflichen Bildung bis zu zehn Werktagen vor dem Termin möglich. Wird in der Kursausschreibung eine längere Rücktrittsfrist (Anmeldeschluss) genannt, gilt diese(r).

# Allgemeine Teilnahmebedingungen

- 8.3 Eine **Abmeldung** bedarf der **Textform** und ist **an die veranstaltende örtliche Volkshochschule zu richten**. Eine telefonische Abmeldung ist **nicht** möglich.
- 8.4 Bei Lehrgängen, für die eine schriftliche Anmeldung erforderlich ist, muss die Abmeldung bis zur genannten Frist schriftlich bei der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis eingegangen sein.
- 8.5 Für besonders gekennzeichnete Veranstaltungen und für Studienreisen gelten gesonderte Regelungen.
- 8.6 Im Falle eines Rücktritts nach Abs. 1-3 werden ggf. bereits gezahlte Gebühren erstattet.
- 8.7 **Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich**. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung gilt nicht als Abmeldung.

## 9. Haftung

- 9.1 Die Haftung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis für Schäden jeglicher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der vhs Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fallen.
- 9.2 Bei Verlust oder Diebstahl übernimmt die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis keine Haftung.
- 9.3 Die Teilnehmenden sind verpflichtet, im Falle einer Störung oder eines Unglücksfalls alles Zumutbare zu tun, um zu einer Behebung der Störung beizutragen oder entstehende Schäden möglichst gering zu halten.

## 10. Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden gegen eine Gebühr von 4,00 € bis maximal ein Jahr nach Veranstaltungsende ausgestellt, wenn mindestens 80% der Unterrichtsstunden besucht wurden.

## 11. Urheberrechtsschutz

Fotografieren und audiovisuelle Mitschnitte sind in den Veranstaltungen nicht gestattet. Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis auf keine Weise verwertet, insbesondere nicht vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich wiedergegeben werden.

## 12. Hinweise

### (1.) Ferien | Feiertage

An gesetzlichen Feiertagen findet kein Unterricht statt. In den Schulferien findet nur Unterricht statt, wenn dies in der Kursankündigung angegeben oder mit den Teilnehmenden vereinbart ist.

### (2.) Hausordnung

- Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist Gast in den Schulen und öffentlichen Gebäuden des Kreises und der Kommunen. Die Hausordnung der Unterrichtsstätten ist für alle Teilnehmenden bindend. Selbiges gilt für die Befolgung einrichtungsbezogener Hygienemaßnahmen.
- Die Hausordnung des Bildungszentrums ist in den Räumen ausgehängt.
- In öffentlichen Gebäuden besteht ein generelles Rauchverbot.
- Mit der Einhaltung der Regelungen tragen Sie dazu bei, dass die vhs weiterhin die öffentlichen Räume für ihren Kursbetrieb nutzen kann.

### (3.) Beratung | „Schnupperstunden“

Vor der Anmeldung haben Sie Gelegenheit, sich von den Fachbereichsleitungen beraten zu lassen. Für Sprachkurse besteht die Möglichkeit, einen Sprachtest zu machen.

**Ein Kursbesuch auf Probe („Schnupperstunde“) ist nicht möglich.**

### (4.) Online-Kurse/Online-Unterricht

Für Online-Unterricht nutzt die vhs verschiedene Online-Werkzeuge und -Plattformen (z.B. Zoom, BigBlueButton, vhs.cloud). Diese werden in der jeweiligen Kursbeschreibung genannt oder können bei der zuständigen Fachbereichsleitung erfragt werden. Die Datenschutzregelungen externer Anbieter stimmen nicht mit der Datenschutzerklärung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis überein. Mit der Teilnahme am digitalen Unterricht stimmen Sie der Nutzung der jeweiligen Plattform zu.

Für die Teilnahme an Online-Kursen benötigen Sie einen Internet-Zugang, ein Headset (alternativ Kopfhörer oder Ohrhörer mit Mikrofon) sowie ggf. eine Webcam. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Dieser wird an die E-Mail-Adresse versendet, die Sie bei der Anmeldung angegeben haben. Bitte prüfen Sie ggf. den Spamordner!

### (5.) Umlage für Materialien | Eintrittsgeld

In der Kursausschreibung ist angegeben, ob etwaige Kosten für Material oder Eintrittsgeld in der Gebühr enthalten oder zuzüglich zur Gebühr bei der Kursleitung zu entrichten sind.

Die Kursleitungen besorgen das Material in eigenem Namen und auf eigene Rechnung. Reklamationen bezüglich des Materials sind deshalb an die Kursleitung zu richten.

Kosten für verderbliche Materialien (z.B. Lebensmittel) sind auch dann zu zahlen, wenn keine fristgerechte Abmeldung erfolgt. Auf Materialkosten wird keine Ermäßigung gewährt.

### (6.) Werbung und Datenschutz

Die Dozent\*innen der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis sind freiberufliche Lehrkräfte. Sie verpflichten sich mit ihrem Honorarvertrag, die Datenschutzbestimmungen einzuhalten und Ihre kursbezogenen erhaltenen Daten (Ihren Namen, Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse) nur für Kurszwecke zu verwenden. Nach Kursende dürfen die Dozent\*innen nur auf Ihren ausdrücklichen Wunsch Kontakt zu Ihnen aufnehmen. Die Dozent\*innen dürfen sich in ihren Kursen sachbezogen zu Vor- und Nachteilen von Materialien (z.B. Malfarben, Gymnastikmaterial, PC-Programme) äußern. Sie sind als Teilnehmende in keiner Weise verpflichtet, irgendwelche Waren zu erwerben. Die vhs bittet Sie bei Missachtung dieser Regelungen um eine umgehende Information!

### (7.) Qualitätsverbesserung

Mit ihrer Testierung nach LQW verpflichtete sich die vhs zur kontinuierlichen Qualitätsentwicklung. Wenn Sie uns etwas zum Kursverlauf oder dem Service mitteilen möchten, wenden Sie sich bitte an die jeweilige Außenstelle. Die Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf der Homepage oder im Programmheft der vhs Rhein-Pfalz-Kreis.

## 13. Schlussbestimmungen

13.1 Das Recht, gegen Ansprüche der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.

13.2 Ansprüche gegen die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis sind nicht abtretbar.

13.3 Sollten einzelne Bestimmungen der Teilnahmebedingungen ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Teilnahmebedingungen nicht berührt.

13.4 Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis behält sich vor, diese Teilnahmebedingungen mit Wirkung für die Zukunft zu ändern.

13.5 Mit der Bekanntgabe dieser Allgemeinen Teilnahmebedingungen verlieren alle früheren Fassungen ihre Gültigkeit.

Ludwigshafen/Rhein-Pfalz-Kreis, 23.05.2024

## Widerrufsbelehrung

### Widerrufsrecht

Sie können Ihre Anmeldung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor der Anmeldung und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

### Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis

Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen

Fax: 06235 959393, E-Mail: kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de

### Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben.

Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen (z.B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen.

Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

### Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn die Leistung von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

- Ende der Widerrufsbelehrung -

**Anmeldung bitte an die örtliche Volkshochschule senden!**

## Anmeldung für Kurse der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis

Hiermit melde ich mich für die folgenden Veranstaltungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis verbindlich an.

Mit meiner Unterschrift stimme ich den Allgemeinen Teilnahmebedingungen zu. Die Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen. Die Teilnahmebedingungen, Widerrufsbelehrung und Datenschutzerklärung sind im vhs-Programmheft abgedruckt und im Internet unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de) zu finden.

### vhs-Kurs

Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kurs-Titel: \_\_\_\_\_ Außenstelle/örtliche vhs: \_\_\_\_\_

Beginn (unverbindlich!!): \_\_\_\_\_

Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kurs-Titel: \_\_\_\_\_ Außenstelle/örtliche vhs: \_\_\_\_\_

Beginn (unverbindlich!!): \_\_\_\_\_

### Kursteilnehmer\*in

Nachname: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Geschlecht:  ♀  ♂  ♂  ♀

Straße, Haus-Nr.: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ mobil/Handy: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_ Geburtstag: \_\_\_\_\_

**Bitte beachten Sie:** Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse an die Kursleitung weitergegeben werden darf, um Sie eventuell über Neuigkeiten wie Kursausfall informieren zu können.

Ich möchte den vhs-Newsletter und aktuelle Informationen per E-Mail bekommen.

### Ort, Datum, Unterschrift(en)

*Bei Minderjährigen Name und Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten*

### Einzugsermächtigung

#### Erteilung einer Lastschriftermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandates

##### 1. Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit zu Lasten meines/unseres Kontos einzuziehen. Mir/uns ist bekannt, dass bei Rückbelastung mangels Deckung oder aus anderen Gründen das Einzugsverfahren automatisch gelöscht wird und es für den weiteren Einzug vom Konto einer erneuten Einzugsermächtigung bedarf.

##### 2. SEPA-Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis, Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. **Hinweis:** Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Instituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Es gelten die Allgemeinen Teilnahmebedingungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen. Bei eventuellen Erstattungen bin ich/sind wir einverstanden, dass das angegebene Konto auch hierfür verwendet wird. Mir/uns ist bekannt, dass die Erteilung der Einzugsermächtigung/des SEPA-Mandats nicht verpflichtend ist und die Angaben gemäß Datenschutzgesetz auf freiwilliger Basis erfolgen. Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird die vhs Rhein-Pfalz-Kreis Sie mittels Vermerk auf der Anmeldebestätigung über den Einzug unterrichten.

Name Kontoinhaber\*in: \_\_\_\_\_ **Unterschrift Kontoinhaber\*in** \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_ BIC \_\_\_\_\_ Bank: \_\_\_\_\_

## Antrag auf Gebührenermäßigung

- Ermäßigungen werden nur auf Antrag gewährt.
- Eine Ermäßigung erfolgt nur bei Kursen, die mit mindestens **20 Unterrichtsstunden** (à 45 Minuten) ausgeschrieben sind, und soweit die Ermäßigung bei der Veröffentlichung nicht ausdrücklich ausgeschlossen wird.
- Nicht ermäßigbar sind Kurse, die mit maximal 8 Teilnehmenden oder mit weniger als 8 Teilnehmenden durchgeführt werden.
- Das Angebot der Jungen vhs ist grundsätzlich nicht ermäßigbar.
- Treten mehrere Ermäßigungsgründe gleichzeitig auf, wird die Teilnehmergebühr nur einmal ermäßigt.
- Nach Kursbeginn ist die Gewährung einer Ermäßigung nicht mehr möglich. Materialkosten etc. sind prinzipiell von Ermäßigungen ausgenommen.

## Für die umseitige(n)

**Veranstaltung(en) beantrage ich aus dem unten genannten Grund eine Gebührenermäßigung. Entsprechende Unterlagen (in Kopie) sind beigelegt:**

### 25 % Ermäßigung:

- Familie, Lebensgemeinschaft und Alleinerziehende\* mit minderjährigen Kindern im gleichen Kurs ab dem 2. Mitglied
- Studierende\*<sup>r</sup>, Schüler\*in, Auszubildende\*<sup>r</sup>
- Schwerbehinderung von mind. 80%

### 10% Ermäßigung

- Belegung von mindestens zwei ermäßigungsberechtigten Veranstaltungen innerhalb eines Kalenderhalbjahres für jeden dieser Kurse. Die Ermäßigung wird nachträglich zum Ende des Halbjahres erstattet.
- Inhaber\*in der Jugendleiter-Card

Ort, Datum

Unterschrift(en)

## Wichtiges zu Anmeldung und Teilnahme (Auszug!)

### 1. Anmeldung, Bestätigung, Zahlungsmodalitäten

Voraussetzung für die Teilnahme an einer Veranstaltung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist eine vorherige Anmeldung bei der veranstaltenden Kommune (siehe S. 4 im aktuellen Programmheft). Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Der/die Teilnehmende kann dem jederzeit widersprechen. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge bearbeitet. Wenn Sie keine Kursabsage erhalten, können Sie davon ausgehen, dass die Veranstaltung stattfindet. Eine Benachrichtigung erfolgt, wenn die Veranstaltung ausfällt oder sich Änderungen ergeben. Zur schnellen Kontaktaufnahme ist bei der Anmeldung die Angabe Ihrer E-Mail-Adresse und/oder Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, erforderlich.

**Ihre Anmeldung zu Kursen und Veranstaltungen der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der vollen Gebühr.**

Zur Zahlung erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung. Die Gebühr ist mit Veranstaltungsbeginn fällig und wird ab dem 3. Werktag nach dem ersten Veranstaltungstermin per Lastschriftverfahren von Ihrem Konto abgebucht.

Die **Teilnahme** an einer Veranstaltung **gilt als Anmeldung**. Sie verpflichtet zur Zahlung der vollen Gebühr, auch wenn keine Teilnahme erfolgt.

### 2. Teilnahmevoraussetzungen

Die Ankundigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.

Mit der Anmeldung zu bzw. der Teilnahme an einer Veranstaltung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis werden die Teilnahmebedingungen anerkannt.

Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die nach dem Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, einer ausdrücklichen Teilnahmezusage durch die vhs.

### 3. Persönliche Teilnahme und „Ersatz“

Mit der Teilnahme/Anmeldung werden Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der/dem Anmeldenden begründet.

Die/der Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person begründen. Diese ist der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis namentlich zu benennen.

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen

### 4. Leistungsumfang

Der inhaltliche und terminliche Leistungsumfang der Veranstaltung ist ausschließlich in der Ausschreibung angegeben. Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich. Die Dozent\*innen sind zu individuellen Absprachen nicht berechtigt.

### 5. Gebühren

Die Gebühr ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis. Die meisten Angebote sind mit zwei Kursgebühren ausgeschrieben: eine Gebühr ab 8 Teilnehmenden und eine Gebühr für 6 bis 7 Teilnehmende. Die Zahl der am ersten Veranstaltungstermin angemeldeten Teilnehmenden legt fest, welche der Kursgebühren zu zahlen ist.

Für Veranstaltungen über mehrere Semester und Studienreisen kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden.

Ermäßigungen werden nach § 6 der Gebührensatzung gewährt.

### 6. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch auf Unterricht durch eine bestimmte Lehrkraft.

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann aus sachlichem Grund und in einem zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

Muss ein Termin aus von der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis nicht zu vertretenden Gründen ausfallen, kann dieser nachgeholt werden. Wird der Termin nicht nachgeholt, wird die Gebühr für den ausgefallenen Termin erstattet.

### 7. Rücktritt / Absage durch die Volkshochschule

Die Mindestteilnehmezahl liegt in der Regel bei 8 Personen. Für kleinere Kursgruppen können andere Gebührensätze anfallen. Wird die Mindestteilnehmezahl nicht erreicht, kann die vhs Rhein-Pfalz-Kreis von der Veranstaltung zurücktreten, ebenso bei Ausfall einer Kursleitung oder anderer von der vhs nicht zu vertretenden Gründe. Kosten entstehen der/dem Teilnehmenden hierdurch nicht. Kann die Veranstaltung nur teilweise stattfinden, wird die Gebühr nach dem Verhältnis der durchgeführten Unterrichtsstunden zum Gesamtumfang abgerechnet.

Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, werden Sie schnellstmöglich informiert. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung eine Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, oder Ihre E-Mail-Adresse an.

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB Teilnehmende von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

### 8. Abmeldung

Ein Rücktritt ist i.d.R. bis zu 5 Tage vor dem Kurstermin kostenfrei möglich. Für eine Abmeldung danach bis zu einem Arbeitstag (Montag bis Freitag außer Feiertag) 11:00 Uhr vor dem Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu zahlen, ggf. zzgl. Materialkosten und Umlagen. Ab dem Tag des Kursbeginns ist im Falle eines Rücktritts die volle Kursgebühr zu zahlen. Bitte beachten Sie die Sonderregelungen!

Eine Abmeldung bedarf der Textform und ist an die veranstaltende örtliche Volkshochschule zu richten. Eine telefonische Abmeldung ist nicht möglich.

Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht verbindlich. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung gilt nicht als Abmeldung.

### 9. Teilnahmebescheinigungen / Zwischenbescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden gegen eine Gebühr von 4,00 € bis max. ein Jahr nach Veranstaltungsende ausgestellt, wenn mindestens 80% der Unterrichtsstunden besucht wurden.

**Bitte beachten Sie, dass Sie mit Ihrer Anmeldung die Allgemeinen Teilnahmebedingungen anerkennen! Der genaue Wortlaut findet sich im Programmheft und unter [www.vhs-rpk.de](http://www.vhs-rpk.de)**

### Widerrufsbelehrung

Wenn Sie Ihre Veranstaltung bei der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis telefonisch, per Brief, E-Mail oder online gebucht haben, können Sie Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ab dem Tag des Vertragsschlusses ohne Angabe von Gründen widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt frühestens am Tag nach Erhalt dieser Widerrufsbelehrung. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Dies entspricht dem Widerrufsrecht bei Fernabsatzverträgen gem. §§ 312 ff. Bürgerliches Gesetzbuch. Nach § 355 gilt das auch für Fernunterricht (Online-Kurse/E-Learning).

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die vhs mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein per Post versandter Brief, Telefax, E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Bitte richten Sie Ihr Schreiben an:

Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen

Fax: 06235 959 393, E-Mail: [kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de](mailto:kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de)

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen herauszugeben. In der Regel können Sie uns die empfangene Leistung, die Veranstaltung, nicht zurückgewähren; in diesem Fall müssen Sie uns Wertersatz leisten. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen Sie innerhalb von 30 Tagen nach Absendung Ihrer Widerrufserklärung erfüllen.

**Hinweis:** Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn wir mit der Ausführung der Dienstleistung, also der Durchführung der gebuchten Veranstaltung, mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung vor Ende der Widerrufsfrist begonnen haben oder Sie diese selbst veranlasst (bzw. daran teilgenommen) haben.



Volkshochschule  
Musterstadt



Werde  
Kursleiter\*in  
[www.vhs-kurse-leiten.de](http://www.vhs-kurse-leiten.de)

Eröffne anderen  
Perspektiven.

# Mehr Überholspur. Weniger Sackgasse.

**Was willst du mehr?**

**Die Ausbildung bei der  
Sparkasse Vorderpfalz.**

**Informiere dich jetzt!**



**Sparkasse  
Vorderpfalz**