

Herbst 2019

Semesterstart:
16. Sept.

ANMELDUNG
AB SOFORT



Volkshochschule
Völklingen

Jahresprogramm
2019/2020

vhs  10 Jahre
Wissen teilen



<http://vhs.voelklingen.de>


STADT VÖLKLINGEN



**Entscheiden
ist einfach.**



sparkasse-saarbruecken.de

Weil die Sparkasse verantwortungsvoll
mit einem Kredit helfen kann.

Sparkassen-Privatkredit.

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
Saarbrücken**







Stv. VHS Direktor
Michael Bauer:

„Liebe Kundinnen und Kunden, wir freuen uns über Ihre Kritik und Ihre Anregungen. Wenn Sie uns sprechen wollen, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Unser Ziel ist es, dass Sie zufrieden sind.“

Unser vollständiges Leitbild finden Sie unter vhs.voelklingen.de.“



Volkshochschule Völklingen

Postanschrift:
Postfach 102040
66310 Völklingen

Hausanschrift:
Bismarckstr. 1, Altes Rathaus

Telefon 0 68 98 / 13 25 97
und 0 68 98 / 13 20 80
Telefax 0 68 98 / 13 25 88
E-Mail: vhs@voelklingen.de
Internet: vhs.voelklingen.de

Die Adressen unserer Schulungsstätten finden Sie auf Seite 80. Unsere AGB und die Datenschutzerklärung sind ab Seite 113 veröffentlicht.

Das Alte Rathaus - Sitz der Volkshochschule Völklingen



GESELLSCHAFT

ab Seite 10

Bürgerdialog Umwelt, Resilienz, Angst, Hypnose, Burn-Out, Atementspannung, Achtsamkeitsübungen, Stressbewältigung, Lach-Yoga, Stimmbildung und Singen, Motorsägen, Imkerei, Essbare Stadt, Besichtigung Saarstahl, Trüffelsuche mit dem Hund, Mythenjäger, historische Vorträge, Studienfahrten, Reiselesungen, Buchvorstellung, Schreibworkshop, Stadtrundgänge, Presseseminar, Industriekultur



BERUF

ab Seite 39

MBA, Computerschreiben, Windows, Word, Excel, PowerPoint, Multimedia, Bildbearbeitung, Layout, Programmieren mit Scratch, VHS Computer Club, Smartphones



SPRACHEN

ab Seite 52

Lernen in Bewegung, Englisch, Telc-Prüfungen, Specials, Spanisch, Französisch, Italienisch, Arabisch, Sprachoffensive Deutsch, Grundbildungszentrum



GESUNDHEIT

ab Seite 72

Yoga, Faszien-Yoga, Feldenkrais, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Jodelwanderung, Selbstverteidigung für Frauen, Taiji und Qigong, Pilates, Haltungs- und Wirbelsäulengymnastik, Sanfte Rückenfitness, Zumba®, Bauchtanz, Laufkurse, VHS-Lauftreff, Aquatic-Fitness und Aqua-Power, Tauchen, Kanu, Weinreisen und Weinseminare, Kochkurse



KULTUR

ab Seite 98

Radierung, Ausstellungen, (Acryl-)Malen und Zeichnen, Aquarellkurse, Skizzieren, Fotografie, Glasmosaik, Tiffany, Aufbaukeramik, Gitarre, Theater, Nähen, Bootsführerschein

SEMESTERBEGINN

ANMELDUNG UND BERATUNG NACH TERMINABSPRACHE

FERIEN

ÖFFNUNGSZEITEN DES VHS- UND KULTURBÜROS

Das Programmangebot gilt vorbehaltlich einer Änderung durch den VHS-Beirat. Die Volkshochschule behält sich Änderungen vor. Die Angaben der Entgelte sind ohne Gewähr! Es gelten die AGB und die Datenschutzerklärung der VHS Völklingen.

VHS-TEAM:

Michael Bauer, stv. Direktor
Fachbereiche EDV, Wirtschaft, Junge VHS und Schulabschlüsse
0 68 98 / 13 24 30 - michael.bauer@voelklingen.de

Silke Eckel-Speicher, pädagogische Mitarbeiterin
Fachbereich Sprachen, Außenstelle Ludweiler/Lauterbach/Warndt
0 68 98 / 13 25 87 - s.eckel-speicher@vhs-voelklingen.de

Christoph Rech, Leiter der Sprachoffensive Deutsch
0 68 98 / 13 25 85 - c.rech@vhs-voelklingen.de

Andrea Grün, Heike Putzke, Sekretariat
0 68 98 / 13 25 97 oder 13 20 80 - vhs@voelklingen.de

2. SEMESTER 2019

Mo., 16.09.2019
ab Mitte August
Herbstferien
07.10. bis 18.10.2019
Weihnachtsferien
23.12.2019 bis 03.01.2020

Mo. - Do.
8:00 bis 16:30 Uhr
Fr.
8:00 bis 12:00 Uhr

1. SEMESTER 2020

Mo., 02.03.2020
ab Mitte Februar
Fasching
17.02. bis 25.02.2020
Osterferien
14.04. bis 24.04.2020
Sommerferien
06.07. bis 14.08.2020

Mo. - Do.,
8:00 bis 16:30 Uhr
Fr.
8:00 bis 12:00 Uhr



Meine Wünsche/Anregungen:

Natürlich können Sie sich auch direkt online im Internet anmelden:

<http://vhs.voelklingen.de>

**Volkshochschule
der Stadt Völklingen**

Postfach 10 20 40
66310 Völklingen

Wenn Sie Ihre Anmeldung
an uns **faxen** wollen:
Fax: 0 68 98 / 13 25 88

Verbindliche Anmeldung für die Kurse:

Kurs-Nr.	Sem.	Kursbezeichnung

Persönliche Daten (¹ gekennzeichnete Felder sind Pflichtangaben)

Vorname ¹		E-Mail	
Name ¹		Tel. privat	
Straße ¹		Tel. mobil	
PLZ, Ort ¹		Tel. dienstl.	
Geb.jahr ¹		Geb.datum	

Entgeltzahlung mittels SEPA Lastschriftmandat

Ich ermächtige die VHS Völklingen (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE33VHS000002289974), das Kursentgelt von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Völklingen auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Die Abbuchung erfolgt frühestens 14 Tage nach Kursbeginn.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten elektronisch von der VHS weiterverarbeitet werden und stimme den veröffentlichten Geschäftsbedingungen sowie der Datenschutzerklärung der VHS Völklingen zu, die ich zur Kenntnis genommen habe.

IBAN			
Abw. Kontoinh.		E-Mail abw. Kontoinh.	

Datum

Unterschrift



Minister Ulrich Commerçon

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie wissen, was es bedeutet, wenn man sich die Welt durch Lesen erschließen kann. Aber jedem Siebten in Deutschland blieb die Lesewelt verschlossen. Dies ergab 2011 eine erste Studie über das Lese- und Schreibverhalten

Erwachsener. Danach wurden auf Landes- wie auch Bundesebene zahlreiche Maßnahmen ergriffen, diese Menschen für Lese- und Schreibkurse zu gewinnen. Wie nun die aktuelle Nachfolgestudie feststellte, waren diese Angebote erfolgreich. Die Gesamtzahl gering literalisierter Erwachsener sank von 7,5 auf 6,2 Mio. Menschen. Immer noch knapp mehr als die Hälfte davon sind mit der deutschen Sprache aufgewachsen. Das neue Ergebnis ermutigt uns, die Förderung dieser Menschen fortzuführen. Und Sie können dabei mithelfen, denn nahezu alle Kursbesuche kommen durch sogenannte Mitwisser zustande. Wenn Sie Bekannte kennen, die Probleme beim Lesen und Schreiben haben, ermutigen Sie diese, sich telefonisch oder vor Ort beraten zu lassen, ein Lerncafé in ihrer Nähe aufzusuchen, noch einmal die „Schulbank zu drücken“ oder Hilfen im Internet zu nutzen. Kurse finden Sie unter www.abc-kurs.de. Sie sind in der Regel kostenlos. Anonyme Beratung erhalten Sie beim Alpha-Telefon unter der 0681 / 9 38 9 38 9. Unter www.ich-will-lernen.de gibt es interessante Lernprogramme im Internet.

Lesen kann man auch verlernen. Wer sich weiterbildet, ist davor gefeit.

Ihnen wünsche ich, dass Sie in diesem Programm das Angebot finden, das Sie neugierig macht. Denn jede Weiterbildungsmaßnahme erschließt Ihnen ein neues Stück Welt.

Ihr

A handwritten signature in blue ink that reads "Ulrich Commerçon".

Ulrich Commerçon
Minister für Bildung und Kultur

Ministerium für
Bildung und Kultur

SAARLAND



Weiterbildungsportal

SAARLAND



www.weiterbildung.saarland.de

Oberbürgermeisterin Christiane Blatt



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

die Volkshochschulen in Deutschland feiern im Jahr 2019 ihren 100. Geburtstag. Unsere VHS gibt es mittlerweile auch schon über 60 Jahre. Auf diese Einrichtung mitten im Herzen Völklingens können wir stolz sein. Mehr als 10.000 Teilnehmende an Kursen und Einzelveranstaltungen pro Jahr und etwa 17.000 Unterrichtsstunden sprechen für sich.

Mir ist es wichtig, dass das VHS-Angebot breit aufgestellt ist und thematisch möglichst viele Berührungspunkte mit dem Leben unserer Bürgerinnen und Bürger hat. Und da ist unsere VHS vorbildhaft: So werden jedes Jahr aktuelle gesellschaftliche Themen mit in den Programmplan aufgenommen. So möchte ich den „Bürgerdialog Umwelt“, Veranstaltungen zur „Essbaren Stadt Völklingen“ und die vielen Angebote zur Stressvermeidung nennen. Auch das Großprojekt „Völklingen lebt gesund!“ wirkt bis tief in die Bevölkerung.

Ein weiteres Thema ist der Umgang mit der sich immer mehr durchsetzenden Digitalisierung unseres Alltags. Natürlich wollen wir die zur Verfügung stehenden Kommunikationsmöglichkeiten nutzen, aber wir sollten auch ihre Grenzen erkennen. Ich sehe die Grenzen dort, wo sich unser soziales Gefüge aufzulösen beginnt. Deshalb ist neben der Wissensvermittlung der „Treffpunkt VHS“ auch so wichtig geworden. Hier treffen sich Menschen, die gemeinsam etwas tun wollen. In der Gruppe macht es halt mehr Spaß und man bekommt auch viele Anregungen von den anderen Teilnehmenden.

Ich würde mich sehr freuen, wenn Sie ein oder mehrere Angebote aus dem neuen VHS-Programmplan für sich entdecken. Vielleicht begegnen wir uns ja auch bei der einen oder anderen Veranstaltung. Ich würde mich sehr freuen.

Bis dahin wünsche ich Ihnen beste Gesundheit und grüße Sie herzlichst.

Ihre

A handwritten signature in blue ink that reads "Christiane Blatt". The signature is written in a cursive, flowing style.

Christiane Blatt, Oberbürgermeisterin

Lange Nacht der Volks- hochschulen

100 Jahre Wissen teilen.

- TaiJi
- Sprachen und
Kulinarik
- Kreativ-aktiv
- Fit und entspannt
- Blitz-Theater
- Spiele programmieren
- Ihr Portrait zum
Mitnehmen

vhs  100 Jahre
Wissen teilen

20. Sept. 2019
18:00 bis 20:00 Uhr

Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!

www.volkshochschule.de



2. SEMESTER 2019

60 10 10

Mi. 23.10.2019, 18:00 - 20:15 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Adriano Pitillo

60 10 20

Fr. 11.12.2019, 18:00 - 20:15 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Adriano Pitillo

1. SEMESTER 2020



Neue Serie: Retten wir gemeinsam unsere Umwelt!

Plastikabfall - Wie wir gemeinsam ein globales Problem angehen können!

Die Situation in den Weltmeeren spitzt sich zu, Lösungen sind dringend notwendig. Doch nicht nur die Entsorgung von Plastikabfall ist ein wichtiges Thema, vor allem auch die Vermeidung ist ein Lösungsansatz. Diskutieren Sie hierüber mit interessierten Mitbürgerinnen und Mitbürgern und bringen Sie Ihre Ideen ein.

Unser Konsumverhalten - Auswirkungen auf Umwelt, Klima u. Gesundheit

Wie konsumieren wir richtig, ohne uns bevormundet zu fühlen? Wie sind die Produktionsketten der Produkte, die wir täglich kaufen und konsumieren? Und warum wird unser Konsum ein Problem für alle?



60 10 10

Mi. 18.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Adriano Pitillo

Insekten- und Bienensterben - Was können wir tun?

Seit Jahren sind in Deutschland und Europa die Insekten- und Bienenpopulationen rückläufig. Woran liegt es und was kann jeder Einzelne dagegen tun? Welche Auswirkungen erwarten uns und sehen wir bereits in anderen Ländern der Welt, wenn wir nichts unternehmen? Diskutieren Sie mit und lassen Sie uns Lösungen finden.

60 10 20

Mi. 08.04.2020, 18:00 - 20:15 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Adriano Pitillo

Öffentlichen Verkehr neu denken - Carsharing, E-Mobilität und Co.

Das Saarland hat deutschlandweit mit die höchste Dichte an Privat-PKW pro Einwohner. Der öffentliche Nahverkehr ist schlecht ausgebaut und teuer. Wie können Carsharing und neue Mobilitätskonzepte auch bei uns zum Tragen kommen? Und welche Perspektiven bieten neue Antriebstechniken wie Elektrofahrzeuge oder die Brennstoffzelle? Ihre Meinung ist gefragt.





Vortrag: Starke Psyche für turbulente Zeiten (Resilienz)

Wir leben in turbulenten Zeiten. Die Anforderungen im Privat- und Arbeitsleben steigen ständig. Permanente Veränderungen müssen gemanagt werden. Dadurch fühlen sich immer mehr Menschen gestresst oder erschöpft. Wie schafft man es, auch in Krisenzeiten gesund und gelassen zu bleiben? Welche Fähigkeiten benötigen wir in turbulenten Zeiten? Damit wird sich diese Seminarreihe beschäftigen. Sie werden mehr zum Thema Stress und Stressbewältigung erfahren und konkrete Handlungshilfen erarbeiten, die ihnen helfen, auch in schwierigen Zeiten auf Kurs zu bleiben.



Vortrag: Leben in Balance - Selbsthilfeprogramm für Frauen

Frauen sind heute vielfach gefordert. In der Familie sind sie diejenigen, die sich für das Wohlergehen der Familienmitglieder verantwortlich fühlen. So kümmern sie sich um die Kindererziehung, pflegen Angehörige, sorgen für ein gemütliches Zuhause und übernehmen den größten Teil der Haushaltspflichten. Zusätzlich sind sie auch oft beruflich engagiert, so dass ihnen kaum Zeit bleibt für die eigenen Bedürfnisse oder die Verwirklichung der eigenen Interessen. Immer mehr Frauen fühlen sich durch diese Mehrfachbelastungen erschöpft und überlastet. Sie sehnen sich nach mehr Balance. Diese Seminarreihe bietet ihnen die Möglichkeit, die einzelnen Lebensbereiche Beruf, Partnerschaft, Familie, Freizeit genauer unter die Lupe zu nehmen. Mittels vertiefender Fragen können sie sich der positiven als auch der belastenden Aspekte bewusst werden. Diese Erkenntnisse ermöglichen Ihnen, Veränderungspotenziale zu erkennen und Maßnahmen für mehr Wohlbefinden und Ausgeglichenheit zu entwickeln.

2. SEMESTER 2019

80 00 12
Mi. 25.09.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Doris Ewen-Stresser

**Resilienz-
Seminare
mit der
Dipl.-Psych. Doris
Ewen-Stresser**

1. SEMESTER 2020

80 00 11
Di. 10.03.2020, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Doris Ewen-Stresser



80 00 15
Di. 22.10.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Doris Ewen-Stresser

80 00 15
Mi. 08.04.2020, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Doris Ewen-Stresser



2. SEMESTER 2019

80 00 18

Do. 14.11.2019, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Roland Rosinus

1. SEMESTER 2020



80 00 13

Do. 26.09.2019, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referenten: Elizabeta Korte,
Josef Bohnenberger

80 00 20

Do. 14.05.2020, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referenten: Elizabeta Korte,
Josef Bohnenberger

80 00 14

Di. 01.10.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referentin: Marion Klinkmüller



ANGST, HYPNOSE, BURN-OUT GESELLSCHAFT



Vortrag: Wege aus der Angst

Der St. Ingberter Autor Roland Rosinus schildert in seinem authentischen Vortrag seine eigenen Erfahrungen mit Panikattacken, sozialen und Platzängsten, generalisierter Angst, Depression und Herz-Phobie. Ihm kommt es nicht darauf an, seinen Zuhörern sein persönliches Konzept als ultimativ "überzustülpen". Vielmehr sieht er seinen Vortrag als Angebot, verschiedene Möglichkeiten der Angstbewältigung kennenzulernen und selbst auszuprobieren.

Vortrag: Möglichkeiten der Hypnose-Therapie

Hypnose ist eine Technik, die bei verschiedenen Krankheitsbildern wie Allergien, Angststörungen, Schmerzzuständen und Trauer Anwendung findet und oft helfen kann. Der Vortrag zeigt auf, wie Hypnose funktioniert. Einfache Übungen können mit den Besuchern durchgeführt werden.



Vortrag: Burn-out mit Erfolg meistern

Burn-out oder Stress, weil ich den Erwartungen anderer entsprechen sollte, wie zum Beispiel zu Weihnachten alle Fenster zu putzen oder dass jede Woche mein Bürgersteig frisch gekehrt ist. Dazu habe ich keine Zeit und keine Lust. Alles geht vorbei.

Dieser Prozess ist für mich keine Strafe und auch kein Problem. Er zeigt mir lediglich, dass es an der Zeit ist, weiter zu wachsen. Mein Leben möchte keinen Stillstand erfahren. Auch nicht, dass ich in einer Situation verharre, die mich nicht voran bringt. Deshalb werde ich unsanft aus meiner Komfortzone geschubst und bekomme dadurch die Chance, Dinge zu verändern und weiter zu wachsen. Ich darf die Entscheidung treffen. Das ist wunderbar.

Erfahren Sie mehr darüber in einem erfrischenden Vortrag. Alles geht vorbei. Lernen Sie im angebotenen Workshop, mit schlechten Gedanken, aber auch mit Power, Energie und Begeisterung umzugehen. Vertrauen Sie sich und Ihrem Körper und freuen Sie sich, Dinge selbst entscheiden zu dürfen. Das ist Ihre Chance!



ATMUNG, ENTSPANNUNG GESELLSCHAFT

Aufatmen im Park: Atementspannung und Achtsamkeitsübungen

Öfters mal eine Pause einlegen, dies entspannt Körper und Geist. Gezielte Entspannungsübungen und ein Atemspaziergang durch die Natur wirken Wunder! Sie sind die kleinen Wohlfühlmomente im Alltag.

Wir führen Atem- und Achtsamkeitsübungen in der wohlthuenden Ruhe des Schillerparks durch. Eine kleine Auszeit vom Alltagsstress, in der wir uns nur uns selbst widmen. Eine Anleitung (Skript) zu den Entspannungsübungen erhalten Sie im Anschluss (in der Kursgebühr enthalten).



Workshop: Abschalten durch Experimentelles Malen in Acryl und Achtsamkeitsübungen

Eine gelungene Auszeit vom Alltag, weil wir uns neben der Malerei auch der Lebens-Kunst widmen. Der Mal-Workshop ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, denn hier ist der Weg das Ziel.

Mit Achtsamkeitsübungen, um im gegenwärtigen Moment anzukommen, Praktischem und Theoretischem zu Kreativität und Problemlösung, Perfektionismus ablegen, wie gehe ich mit Unvorhergesehenem um, und vor allem viel Freude am Experimentieren mit ungewöhnlichen Materialien und ungewöhnlichen Ergebnissen

2. SEMESTER 2019

80 14 00
Do. 26.09.2019, 17:30 - 18:30 Uhr
1 Termin / 2 UE
6,00 € Entgelt, Schillerpark
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor

1. SEMESTER 2020

80 14 00
Mi. 06.05.2020, 10:30 - 11:30 Uhr
1 Termin / 2 UE
6,00 € Entgelt, Schillerpark
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor



80 14 30
Fr. 15.11.2019, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin / 4 UE
7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor

80 14 30
Fr. 06.03.2020, 17:30 - 20:30 Uhr
1 Termin / 4 UE
7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor



2. SEMESTER 2019

80 00 11

Fr. 20.09.2019, 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



1. SEMESTER 2020

80 00 12

Fr. 13.03.2020, 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



Vortrag: Glückliche Beziehungen - Drama oder Herausforderung?

Was sind die drei Momente, die Ihnen am meisten Frust bereiten, wenn es um „Glückliche Beziehungen“ geht? Patchwork-Familie, Kinder, Kollegen, Eltern oder Partner/in...egal, um wen es sich handelt. Drama ist es immer dann, wenn die Launen unserer Lieben unser eigenes Wohlbefinden beeinflussen. Drama ist es immer dann, wenn wir von ihnen nicht das bekommen, was wir gerne hätten. Es sind immer dieselben Muster, die uns davon abhalten, erfüllende Beziehungen zu leben. Wir fahren auf der emotionalen Achterbahn durch unser Leben. Die Dozentin stellt Ihnen in diesem Vortrag The Work of Byron Katie vor. Eine Methode, die Ihnen dabei helfen kann, wieder Kraft und Lebensfreude in solchen Situationen zu spüren. Machen Sie es sich leicht, kommen Sie dazu und haben Sie wieder Spaß an Ihren Beziehungen und im Beruf!

80 00 25

Do. 31.10.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

3 Termine / 6 UE

60,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

80 00 25

Do. 02.04.2020, 18:00 - 19:30 Uhr

3 Termine / 6 UE

60,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

Workshop: Glückliche Beziehungen - Drama oder Herausforderung?

In wenigen Stunden finden wir gemeinsam heraus, wie einfach es für Sie ist, Ihren Platz in Ihren Beziehungen zu finden. Patchwork-Familie, Kinder, Kollegen, Eltern oder Partner/in...egal, um wen es sich handelt. Drama ist es immer dann, wenn die Launen unserer Lieben unser eigenes Wohlbefinden beeinflussen. Drama ist es immer dann, wenn wir von ihnen nicht das bekommen, was wir gerne hätten. Wir lernen für uns selbst da zu sein in diesen herausfordernden Situationen. Mit The Work of Byron Katie steigen wir einfach aus dem Drama aus. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Ihre Themen werden weder analysiert noch interpretiert. Das Gesagte bleibt unter uns! Machen Sie es sich leicht, kommen Sie dazu und haben Sie wieder Spaß an Ihrer Partnerschaft und Ihrer Familie!

BESTE PREISE

GIBT'S BEI UNS!



BAUMARKT

WER BAUT BRAUCHT GLOBUS!

VÖLKLINGEN-FÜRSTENHAUSEN

Partner von „Völklingen lebt gesund!“

**Zechenstraße 8 • Telefon 06898/515-500 • Telefax 06898/515-555
www.globus-baumarkt.de • e-mail: infozentrum-bfmbvk@globus-baumarkt.de**

Öffnungszeiten: Mo.-Sa.: 8.00-20.00 Uhr

2. SEMESTER 2019

80 00 16

Do. 24.10.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

1. SEMESTER 2020

80 00 14

Do. 26.03.2020, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



80 00 17

Fr. 25.10.2019, 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

80 00 10

Fr. 06.03.2020, 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



Vortrag: Möchten Sie die Veränderungen in Ihrem Leben gelassener meistern?

Im Vortrag erfahren Sie, wie Sie die Veränderungen in Ihrem Leben einfacher meistern, egal, ob es sich um das Ende einer Partnerschaft oder immer wieder Single-Sein, um eine neue Position im Unternehmen oder gar eine Existenzgründung, einen Umzug, einen Au-pair Aufenthalt, ein Auslandssemester oder um den Ruhestand handelt.

Das sind gravierende Veränderungen in Ihrem Leben. Diese müssen bewältigt werden, ob Sie momentan die Kraft dazu haben oder nicht. Das Verblüffende am wingwave®-coaching ist, dass Sie anschließend stressfrei in diesen Situationen sein können.

Dadurch gelingt es Ihnen, Ihre Ziele viel befreiter zu erreichen. In uns gibt es ein unerschöpfliches Potential, das uns alles zur Verfügung stellt, was wir brauchen. Warum machen wir davon keinen Gebrauch? Was hält uns davon ab? Die Antwort ist: Wir selbst! Bzw. eine Art Mechanismus, der immer wieder in uns abläuft, uns einengt und behindert. Mit wingwave®-coaching können Sie dies ändern!

Vortrag: Stress beim Fliegen, Autofahren oder bei Präsentationen?

Plagt Sie Stress bei Prüfungen/Präsentationen? Ist Multitasking im Berufsleben mittlerweile ein rotes Tuch für Sie? Haben Sie Stress nach einem Autounfall oder beim Fliegen - planen Sie einen Urlaub in die Ferne? Wollen Sie Ihre Heißhunger-Attacken in den Griff kriegen?

Möchten Sie Ihr Selbstbewusstsein stärken und Beziehungen positiv gestalten? Das sind nur einige der Themen, die mit wingwave®-Coaching in 2 bis 6 Coaching-Sitzungen verarbeitet werden können. Mit Hilfe von wingwave®-Coaching gelingt es, Blockaden aufzulösen, Ihre Kräfte zu stärken und Ziele durch punktgenaues Kurzzeit-Coaching zu erreichen. Sie können Ihre stressigen Erlebnisse nachträglich verarbeiten. Sie finden wieder zu Ihrer Kraft und können entspannt auf Alltags-herausforderungen reagieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

250 FORD PKW und Nutzfahrzeuge direkt verfügbar und
ständig 150 Gebrauchtwagen aller Fabrikate.



VÖLKLINGEN | Karolingerstr. 1 | 0 68 98 / 91 19 -0

SAARBRÜCKEN | Großblittersdorfer Str. 291 | 0 68 1 / 95 93 91 - 0

BUNK
die Autoflüsterer

www.autohaus-bunk.de



@autohausbunk



@die.autofluesterer

2. SEMESTER 2019

80 12 95
Sa. 21.09.2019, 14:00 - 17:00 Uhr
1 Termin / 4 UE
10,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Petra Hammer

80 12 96
Sa. 23.11.2019, 14:00 - 17:00 Uhr
1 Termin / 4 UE
10,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Petra Hammer

80 10 10
Fr. 07.02.2020, 17:00 - 20:00 Uhr
2 Termine / 8 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ania Littera

1. SEMESTER 2020

80 12 95
Sa. 28.03.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
1 Termin / 4 UE
10,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Petra Hammer

80 12 96
Sa. 23.05.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
1 Termin / 4 UE
10,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Petra Hammer

80 10 10
Fr. 08.05.2020, 17:00 - 20:00 Uhr
2 Termine / 8 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ania Littera



Workshop: Lachyoga

Lachyoga ist eine ganzheitliche Methode, die mit einfachsten Mitteln natürliche Kräfte mobilisiert. Körperliche und seelische Gesundheit wird genauso gefördert wie mentale Energien. Die Abwehrkräfte des Körpers werden gestärkt und die Lebensfreude wird erhöht. Jeder kann die einfachen Übungen erlernen. Lachen hat keine schädlichen Nebenwirkungen.

Für die Entspannungsphase ein Getränk, Handtuch oder eine kleine Wollecke und Wollsocken mitbringen.



Workshop: Stimmbildung und Singen

Zeit für MICH! - Lassen Sie sich entspannen und gönnen Sie es sich, zur Ruhe zu kommen, um neue Kraft zu schöpfen.

Entspannung ist der Weg zu mehr Gelassenheit, besserer Lebensqualität, Gesundheit und mehr Leistungsfähigkeit im Alltag! Mit Bausteinen der Progressiven Muskelentspannung, des Qi Gong's, der Fantasiereise und Yoga erleben Sie bei wohltuender Musik tiefste Entspannung als Stärkung für den Alltag!

Ein Mensch ohne Fantasie ist wie ein Vogel ohne Flügel (Wilhelm Rabe)





Motorsägenlehrgänge für

Selbstwerber:

Grundkurs

“Schneidetechnik am liegenden Baum”

Durch steigende Erdöl- und Erdgaspreise erlebt Holz ein Comeback als Brennstoff. Die Selbstwerbung für Kaminholz ist enorm angestiegen. Um die Selbstwerber auf die Arbeiten und Gefahren bei der Waldarbeit vorzubereiten, bieten wir Lehrgänge für Personen an, die einen Sachkundennachweis benötigen und mindestens 18 Jahre alt sind.

Lehgangsinhalte sind: Unfallverhütungsvorschriften; Schutzkleidung und Schutzausrüstung; Gefahren im Umgang mit der Motorsäge; Sicherheitseinrichtungen; Schneidetechnik; praktischer Einsatz am liegenden Baum.

Aufbaukurs “Fälltechniken”

Lehgangsinhalte sind: Unfallverhütungsvorschriften; Einführung in die Fälltechnik; praktische Durchführung verschiedener Fälltechniken; Wartung und Pflege der Motorsäge. Voraussetzung: Teilnahme am Grundlehrgang

Die Lehrgänge werden in Zusammenarbeit mit dem städtischen Forstamt Völklingen angeboten.



2. SEMESTER 2019

89 00 50

Fr. 27.09. und Sa. 28.09.2019,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 51

Fr. 25.10. und Sa. 26.10.2019,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 52

Fr. 22.11. und Sa. 23.11.2019,
08:00 - 16:00 Uhr

Für alle Lehrgänge sind mitzubringen:

Schnittschutzhose, Schutzhelm, Gehörschutz, Gesichtsschutz, Schutzhandschuhe, Schnittschuttschuhe.

Wichtig: Die neuen Unfallschutzvorschriften erfordern ab sofort das Tragen von Schnittschuttschuhen!

In der Kursgebühr sind ein Holzfallerfrühstück, ein Mittagessen und Getränke enthalten.

Alle Kurse umfassen 2 Termine mit 16 Unterrichtseinheiten. Das Teilnehmerentgelt pro Kurs beträgt **100,00 €**. Dozenten der Veranstaltungen sind Michael Wilhelm und Marc Schikowski.

Treffpunkt:
Forsthaus am Simschel

89 00 55

Fr. 29.11. und Sa. 30.11.2019,
08:00 - 16:00 Uhr



1. SEMESTER 2020

89 00 50

Fr. 28.02. und Sa. 29.02.2020,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 51

Fr. 20.03. und Sa. 21.03.2020,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 52

Fr. 03.04. und Sa. 04.04.2020,
08:00 - 16:00 Uhr



89 00 55

Fr. 24.04. und Sa. 25.04.2020,
08:00 - 16:00 Uhr



60 40 50
Fr. 17.01.2020, 19:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozenten: Jürgen Biehl und
Carsten Hauck

60 40 51
Fr. 24.01.2020, 19:00 - 20:30 Uhr
9 Termine / 18 UE
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozenten: Carsten Hauck,
Christian Henkel und
Benjamin Mink



60 40 52
So. 17.05.2020, 11:00 Uhr
Dozent: Carsten Hauck
Entgelt frei
Treffpunkt: Geislautern, Im Bruch

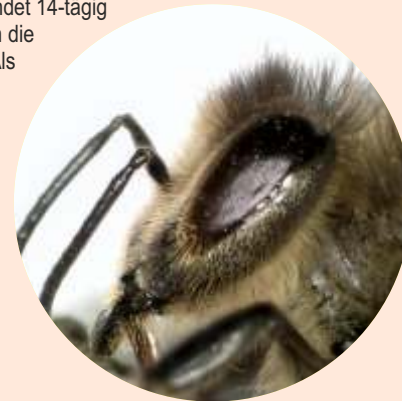


Vortrag und Ausstellung: Die Honigbiene in der Region

Der Bienenzuchtverein Völklingen informiert und bildet Imker aus – und dies mit großem Erfolg. An dem Infoabend erhalten Sie Informationen über die Bienenhaltung und Bienenprodukte. Weiterhin wird die Ausbildung zum Imker skizziert. Machen Sie mit, für Sie selbst und unsere Umwelt!

Schritte zum Imker in Theorie und Praxis

Der theoretische Teil des Kurses findet 14-tägig im Alten Rathaus statt. Hier werden die Grundlagen der Imkerei erläutert. Als Lehrmittel werden die Imkerschulungsmappe des Deutschen Landwirtschaftsverlages und die Fachzeitschrift „Die Biene“ benutzt. Wetterbedingt und jahreszeitlich angepasst finden die weiteren praktischen Termine an den Bienenvölkern statt. Es wird angestrebt, dass jeder Teilnehmer selbständig an den Bienenvölkern arbeiten kann.



Exkursion: Führung am Bienenlehrpfad Geislautern

Der Bienenlehrpfad wurde vom Bienenzuchtverein Völklingen mit großem Einsatz errichtet. Hier erfahren Sie mehr über die Haltung der Bienenvölker. Eine große Wildbienenwand und weitere Schaukästen geben Informationen zu allen Phasen des Lebenszyklus unserer Honig- und Wildbienen.

Teilnahme nur mit Voranmeldung!



Podiumsdiskussion „Essbare Stadt“ Völklingen

Essbare Stadt – ville comestible, dieser Begriff hat sich im Verlauf der vergangenen Jahre nicht nur in Deutschland, sondern in ganz Europa und weit darüber hinaus im kollektiven Bewusstsein verankert. Geht es auf den ersten flüchtigen Blick darum, urbane Freiräume innovativ zu gestalten, in dem man statt des sog. Abstandsgrüns innerstädtische Freiflächen mit Gemüse, Kräutern und Obst bepflanzt, verbirgt sich hinter diesem Thema deutlich mehr. In der intensiveren Beschäftigung mit dem Thema eröffnen sich Perspektiven, die sich mit Biodiversität, Nachhaltigkeit, Natur-, Arten- und Bodenschutz, sowie mit bürgerschaftlicher Partizipation verbinden. In Deutschland steht insbesondere die Stadt Andernach als die bekannteste „Essbare Stadt“ im Bundesgebiet im Blickpunkt des öffentlichen Interesses.

Die Mittelstadt Völklingen ist mit Andernach durch dieses Thema „Essbare Stadt“ durch ein Projekt-Netzwerk im Rahmen des europäischen Programmes INTERREG V A-Großregion verbunden. Inhalt dieses Projekts mit dem Namen „KreaVert“ ist es, das Konzept und die Inhalte der ‚essbaren Stadt‘ mit Aktivitäten zur sozialen und beruflichen Integration von auf dem Arbeitsmarkt benachteiligten Menschen (Langzeitarbeitslose, Migrantinnen und Migranten, Flüchtlinge) zu verbinden. Träger dieses Projektes ist das Zentrum für Bildung und Beruf Saar, ZBB. Lokale Projektpartner sind die Jobcenter-Geschäftsstelle Völklingen und die VHS Völklingen. Bei einer öffentlichen Diskussionsveranstaltung werden die Chancen, Möglichkeiten und Perspektiven ausgelotet und ermittelt, die sich für Völklingen mit dem Konzept der essbaren Stadt verbinden.

Podiumsteilnehmende:

- **Christiane Blatt**, Oberbürgermeisterin
- **Dr. Lutz Kosack**, wissenschaftlicher Leiter der Essbaren Stadt Andernach
- **Hans Martin Derow**, Coordinateur du projet – Projektkoordinator KreaVert
- **Tobias Noll**, Fachdienstleiter Öffentliche Grünanlagen der Stadt Völklingen
- **Stefan Franz**, Teamleiter Markt und Integration des Jobcenters Völklingen

2. SEMESTER 2019



1. SEMESTER 2020

32 10 10

Do. 02.04.2020, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus





2. SEMESTER 2019

34 10 10

Do. 19.09.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Gabriele Wenk



1. SEMESTER 2020

34 10 10

Do. 12.03.2020, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Gabriele Wenk



34 10 11

Sa. 12.10.2019, 10:00 - 17:00 Uhr

So. 13.10.2019, 09:00 - 15:30 Uhr

175,00 € Entgelt

50,00 € pro Hund

incl. Übungsmaterial

Treff: VHS Zentrum Röchlinghöhe

Dozentin: Sabine Hörnicke

60 00 10

Fr. 20.09.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Frank Siegart,

Wildschweinexperte

60 00 10

Do. 19.03.2020, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Frank Siegart,

Wildschweinexperte

Vortrag: Trüffelsuche mit Ihrem Hund

Trüffel? Aber doch nicht im Völklinger Wald und im Saarland! Aber doch, es gibt in unseren Wäldern viele Trüffelarten!

Wenn Sie gerne in der Natur unterwegs sind, mit Ihrem Hund gerne arbeiten oder etwas Neues entdecken wollen, dann könnte die Trüffelsuche mit Ihrem Hund etwas für Sie sein.

Der Vortrag zeigt die Entwicklung der Trüffelsuche in Deutschland seit Anfang des 19. Jahrhunderts auf. Die Referentin wird auf die gesetzlichen Grundlagen, die über 250 verschiedenen Trüffelarten und die für sie erforderliche Bodenzusammensetzung eingehen. Weitere Themen sind die Schulung des Hundes zur Trüffelsuche, sowie die Möglichkeiten des Trüffelanbaues im Saarland.

Keine Angst: Fast jeder Hund ist dafür geeignet.

Trüffelsuche mit dem Hund - Praxisseminar

Als geprüfte Trüffelberaterin vermittelt die Dozentin alle notwendigen Grundlagen, um ein erfolgreicher Trüffeljäger zu werden. Die Trüffelsuche beansprucht Mensch und Hund gleichermaßen. Das Auffinden von wildlebenden Trüffeln benötigt intensives Training für Mensch und Hund. Für den Hund müssen hierbei die Freude und der Spieltrieb im Vordergrund stehen. Für den Menschen bedeutet das Training vor allem, seine Sinne zu schärfen und ein guter Beobachter zu werden. Sie werden erleben, wie Ihre Beziehung zum Hund enger wird, und der gegenseitige Respekt und das Vertrauen gesteigert wird.

Vortrag: Umgang mit Wildschweinen

Wildschweine sind eigentlich liebenswerte und intelligente Tiere. Sie leben in unseren Wäldern und sind in Rotten organisiert. Mit unserer expandierenden Zivilisation überschneiden sich die Lebensräume von Mensch und Wildschwein, sodass Begegnungen die logische Folge sind. Frank Siegart gibt Tipps, wie man seinen Garten vor Wildschweinen schützt und wie man sich bei einer überraschenden Begegnung im Garten oder Wald verhält.

Geht unter die Haube

Im Automobilbau punktet nur beste Qualität. Saarstahl-Produkte übernehmen dort eine verantwortungsvolle Rolle. Fein gezogen – im Reifenmantel oder in Form einer Karosserieschraube. Ausdauernde und verlässliche Veranlagungen sind da Voraussetzung. Immer leichter sowie tragfähiger punktet auch unser Federstahl sowie das Vormaterial für filigrane Getriebeteile in der Auto-Branche.





33 10 60
 Mo. 11.11.2019, 13:00 - 16:00 Uhr
 Entgelt frei

Treffpunkt:
 Torhaus 11, Im Alten Brühl

Bitte beachten: Teilnahme ab 15 Jahren, festes Schuhwerk und lange Hose erforderlich. Fotografieren nicht erlaubt, nicht für Rollstuhlfahrer und Gehbehinderte geeignet.

Anmeldung erforderlich!

33 10 60
 Fr. 06.03.2020, 13:00 - 16:00 Uhr
 Entgelt frei



Das Stahlwerk

Die Saarstahl AG bürgt seit vielen Jahren für Qualitätsstahl, der einen exzellenten Ruf in der ganzen Welt genießt. Eines der markantesten Gebäude am Hauptsitz in Völklingen ist der blaue Salon, das Stahlwerk. Hier werden jedes Jahr 2,5 Millionen Tonnen Stahl hergestellt. Lernen Sie die gigantische Konverterbühne kennen, erfahren Sie, wie aus Roheisen Stahl gemacht wird und anschließend in so genannte Knüppel vergossen wird. Erleben Sie hautnah Innovation, technologisches Know-how und vor allem – faszinierenden Stahl.



Besuch im Stahlwerk und im Walzwerk

Wir besuchen das Stahlwerk, anschließend geht es auf dem Werksgelände weiter zum Walzwerk Nauweiler. Hier werden Sie Zeuge, wie in den 1,2 Kilometer langen Hallen das Vormaterial aus dem Stahlwerk zu präzisen Qualitätsstäben ausgewalzt wird – in millimetergenauen Abmessungen.



Aspekte aus der Geschichte der Partnerstädte Forbach und Völklingen

- Ausstellung zum 55. Jubiläum der Städtepartnerschaft

Die Partnerschaft zwischen Völklingen und Forbach wurde im Jahr 1964 gegründet. In diesen 55 Jahren haben sich beide Städte stark verändert. Für beide Kommunen war das 19. Jahrhundert der Anfang einer faszinierenden industriellen Epoche: Eisen und Kohle haben Völklingen und Forbach geprägt - auch in der Stadtentwicklung. Heute noch kann man diese Epoche in den urbanen Landschaften lesen, sei es mit der Völklinger Hütte, dem Simon Schacht oder dem Bergbaumuseum Carreau Wendel. Aber die Geschichte unserer Städte hat nicht im 19. Jahrhundert begonnen. Welches ist eigentlich unsere Geschichte? Was wissen wir von unserer Partnerstadt? Der Verein „Cercle d'Histoire de Forbach et de sa Région – Die Furbacher“ hat gemeinsam mit der Volkshochschule und dem Stadtarchiv eine Ausstellung zur Geschichte beider Städte zusammengestellt.

Eine Grenzregion wie unsere hat in den Jahrhunderten viel erlebt. Lange gab es hier keine Grenze, man sprach dieselbe Sprache. Frankreich, Deutschland, Saarland, Lothringen, Völklingen, Forbach, da gibt es viele geschichtliche Berührungspunkte. Unsere kleine Ausstellung soll dazu dienen, weitere Brücken zwischen unseren Städten und Einwohnern zu schlagen. Geschichte ist nicht nur Vergangenheit sondern auch Gegenwart. Sie ist ein Teil unserer Kultur. Sie hilft uns dabei, die Gegenwart zu verstehen. „Keine Gemeinschaft, keine Gesellschaft, auch kein Staat kann ohne Gedächtnis und ohne Erinnerung leben. Ohne Erinnerung zu leben, bedeutet ja, ohne Identität und damit ohne Orientierung zu leben.“
Zitat von Roman Herzog.



20 12 10 Eröffnung
Fr. 11.10.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
In Zusammenarbeit mit dem
Stadtarchiv Völklingen und dem
Cercle d'Histoire de Forbach et de
sa Région – Die Furbacher



Unterzeichnung des Verbrüderungseids
durch Maire Jean-Éric Bousch und Otto Hemmer



2. SEMESTER 2019

31 10 10

Mi. 18.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

10 Termine / 20 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Hendrik Kersten

1. SEMESTER 2020

31 10 10

Mi. 04.03.2020, 18:00 - 19:30 Uhr

10 Termine / 20 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Hendrik Kersten



Arbeitskreis Stadtgeschichte: Alles Mythos oder was?

Machen Sie mit, wir suchen noch Geschichtsinteressierte, die zum Mythenjäger werden wollen. Wir legen gemeinsam Projekte fest, die wir dann recherchieren und umsetzen. Alle zusammengetragenen Ergebnisse unserer Themen veröffentlichen wir in Form einer Broschüre. Die Vorstellung in der Öffentlichkeit erfolgt mit dem Reenactment, das heißt, wir spielen historische Ereignisse in der Völklinger City nach. **Neue Mythenjäger sind jederzeit herzlich willkommen!**

31 10 11 Info-Abend

Fr. 27.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Hendrik Kersten



Mythos Milchküche - Mitstreiter gesucht

Im Jahre 1907 richtete die Hüttenleitung eine zentrale Milchküche in der Hofstattstraße ein. Die allgemeine Hygiene war schlecht und die Säuglingssterblichkeit aufgrund ungeeigneter und verdorbener Lebensmittel hoch. Deshalb erfolgte die Abgabe der Milch gegen ärztliche Verordnung in trinkfertigen Portionen. Die Milchküche war eine der ältesten Sozialeinrichtungen des Werkes und jedem Völklinger Bürger ein Begriff. Erst 1967, nach 60 Jahren, wurde die Einrichtung schließlich für überflüssig befunden und geschlossen. Wir sammeln Dokumente und Zeitzeugenberichte zum Thema. Den Abschluss bilden die Veröffentlichung einer Broschüre sowie die Durchführung eines Reenactments.



31 10 11

Do. 05.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr

3 Termine, 6 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Hendrik Kersten

VHS-Geschichtswerkstatt:

Urbane Mythen Völklingens - Überlieferung und Realität

Auch eine Industriestadt hat ihre modernen Mythen: Mündlich überlieferte Geschichte(n), die sich mit zunehmendem Abstand langsam von der historischen Realität entfernen. Ob bodenständig oder skurril, bekannt oder unterschwellig, das pralle Leben der Hüttenstadt blüht in diesen Histörchen schlaglichtartig auf. Ziel ist es, ein Kompendium einschlägiger Überlieferungen zusammenzustellen und ihre historische Basis unter Einbeziehung der Bestände des Stadtarchivs zu überprüfen.

Weltkulturerbe

Völklinger Hütte

Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur



Vortrag: Völklingen in den Befreiungskriegen 1813-1815

Die sogenannten Befreiungskriege in den Jahren 1813 bis 1815 beendeten die französische Vorherrschaft unter Napoleon Bonaparte über große Teile Europas. In diesem Zeitraum zogen Truppen von bis dato unbekannter Größe – von vielen hunderttausend Soldaten – durch die Saargegend. Die Beschlagnahme von Wohnraum, die zwangsweise Verpflegung der vielen Soldaten sowie die Einschleppung von Krankheiten und gewaltsame Zwischenfälle belasteten die Bevölkerung an der Saar sehr. Auch für die Einwohner der Bürgermeisterei Völklingen waren die Befreiungskriege aufgrund der Truppendurchzüge eine schwierige Zeit.

Vortrag: Hundert Jahre Saargebiet

Der Versailler Vertrag wurde in Deutschland durch die massiven territorialen, wirtschaftlichen und finanziellen Belastungen als Schanddiktat der Sieger empfunden. Wenn auch der Friedensvertrag durch die Abtrennung zu Deutschland ebenso in unserer Region auf Ablehnung stieß, so bedeutete er nichts weniger als die Gründung unseres Landes mit dem Beginn des saarländischen Sonderweges. Aus Preußen und Bayern wurden also 1920 Saarländer. Setzte anfangs die Bevölkerung noch in die vom Völkerbund eingesetzte Regierungskommission (teilweise unerfüllbare) Hoffnungen, mussten die Saarländer bald feststellen, dass die Kommission weitgehend von Paris fremdgesteuert war. Auch für Völklingen setzten sich die seit dem Ersten Weltkrieg andauernden Krisenjahre fort: Wucherung, Mangel, Streik und Unruhen prägten die ersten Jahre des Saargebiets.

Tag des offenen Stadtarchivs

Im Frühjahrssemester öffnet das Stadtarchiv Völklingen seine Türen für interessierte Bürgerinnen und Bürger. Bei kleinen Führungen durch die Räumlichkeiten des Archivs besteht die Möglichkeit, sich über die Arbeit und Aufgaben der Einrichtung zu informieren sowie wertvolle Archivalien zu bestaunen.

2. SEMESTER 2019

31 10 40
Do. 21.11.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referent: Michael Röhrig,
Stadtarchivar



Foto: Stadtarchiv
Poststraße, VK, 1955

1. SEMESTER 2020



31 10 40
Do. 07.05.2020, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referent: Dominik Schmall

31 10 41
Di. 12.03.2019, 10:00 - 11:30 Uhr
Entgelt frei, Stadtarchiv
Referent: Michael Röhrig,
Stadtarchivar

2. SEMESTER 2019

31 00 10

Sa. 19.10.2019, 07:00 Uhr

45,00 € Entgelt

Dozent: Dr. Stefan Woltersdorff

1. SEMESTER 2020



31 00 10

Sa. 06.06.2020, 07:00 Uhr

45,00 € Entgelt

Dozent: Dr. Stefan Woltersdorff



Studienfahrt: Zabern und das krumme Elsass

Der elsässische Schriftsteller René Schickele war französischer Citoyen, deutscher Dichter und überzeugter Europäer. In dem reizvollen Städtchen Saverne besichtigen wir Orte seiner Kindheit. Daneben kommen aber auch andere Schriftsteller zu Wort. Außerdem sehen wir die faszinierenden romanischen Kirchen von St-Jean-Saverne und von Marmoutier. Daneben hören wir Anekdoten über die letzte Hexe des Elsass, über Goethe, der die Gegend während seines Studiums 1770/71 erkundete, und über Jean-Paul Sartre, der die gleichen Orte 1939/40 als Soldat kennenlernte. Ein Abstecher auf Burg Haut-Barr mit romantischer Kaffeepause rundet den Tag ab. Sie liegt sehr markant oberhalb der Rheinebene auf einem weithin sichtbaren Felsen. Diese Lage ist atemberaubend. Besonders deutlich wird dies, da die beiden Teile der Schlossruine über eine schmale Brücke verbunden sind, die einige Meter frei über dem Boden schwebt.

Studienfahrt: Sartre und das elsässische Hanauerland

Vor 1914 hielt sich Jean Paul Sartre – ein Großneffe Albert Schweitzers – wiederholt in der elsässischen Ortschaft Pfaffenhofen auf, dem Heimatdorf seiner Familie mütterlicherseits. Im 2. Weltkrieg diente er als Soldat u. a. in den nicht weit entfernten Orten Brumath und Morsbronn. Und auch nach dem Krieg setzte sich der Philosoph und Schriftsteller in seinen Romanen und in seiner Autobiographie »Die Wörter« intensiv mit dieser Region auseinander, die als elsässischer Teil des »Hanauerlandes« bekannt wurde.

Im Rahmen dieser Tagesfahrt werden wir den stillen Charme dieses reizvollen Landstrichs erkunden. Unter anderem besuchen wir Bouxwiller, einst Hauptstadt des Hanauerlandes, den Bastberg, der als Hexentanzplatz weit über das Elsass hinaus bekannt war, und die romanischen Kirchen von Neuwiller-lès-Saverne.

Hinweis:
**Studienreise
nach Paris**

vom 18.6. bis 21.6.2020
mit Dr. Woltersdorff.

Weitere Infos im
VHS Büro!

Estrich • Parkett • Bodenbeläge •
wernet-heintz

Alles, worauf Sie stehen.

Seit 1988 Ihr Meisterbetrieb für gewissenhafte und fachgerechte Verlegung von Estrich, Parkett und Bodenbelägen aller Art.



Ludweilerstraße 218b
66333 VK-Geislautern
Tel. 0 68 98 - 7 85 82
Fax 0 68 98 - 7 85 23

info@wernet-heintz.de
www.wernet-heintz.de

- Verkauf und Verlegung aller Parkettarten und Laminatböden
- Schleifen, Versiegeln und Sanierung alter Fußböden und Holztreppen
- Verlegung von PVC, Teppichbelägen und Kork



2. SEMESTER 2019

31 00 20

Do. 07.11.2019, 07:00 Uhr

45,00 € Entgelt

zzgl. 15,00 € Mittagessen

Dozent: Dr. Stefan Woltersdorff

1. SEMESTER 2020



STUDIENFAHRTEN

GESELLSCHAFT



Europahauptstadt Straßburg - Führung im Europäischen Parlament

Seit dem Zweiten Weltkrieg wurde Straßburg sukzessive zum Sitz zahlreicher europäischer Institutionen ausgebaut, über 2000 Menschen sind heute hier beschäftigt. Bei einem Rundgang durch das Europa-Viertel zwischen dem Rhein-Marne-Kanal und dem Ill-Fluss erfahren Sie viel über die Geschichte und die Architektur der Gebäude sowie über die Tätigkeiten der darin untergebrachten Institutionen, z. B. dem Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte, die

Pharmacopeia und den Europarat. Im

Infozentrum "Lieu de l'Europe" erhalten wir Informationsmaterial zu Fragen rund um die europäische Einigung.

Höhepunkt ist die Innenbesichtigung des Europäischen Parlaments mit Besuch des Parlamentariums und des Plenarsaals. Im Anschluss ist das Mittagessen in der Cafeteria eingeplant. Es bleibt noch Zeit, das Straßburger Münster und die Innenstadt zu besichtigen.





Buchvorstellung: Faszination Portugiesischer Jakobsweg

Der Caminho Português gilt als die beliebteste aller Nebenstrecken unter den Jakobswegen und ist für Pilger-Neulinge geradezu ideal. Nicht nur die kurze Distanz von 245 Kilometern, sondern die überspannende Klammer von kulturellen Schätzen und erlesenen Natur-Schönheiten multipliziert ihn zu einer begehrenswerten Pilgerroute. Doch was verleiht ihm seine bezaubernde Aura und welche Geheimnisse hütet er? Welche Glanzlichter offenbart er dem Pilger? Wie lang sind 30 Wanderkilometer mit schmerzenden Füßen und lastendem Rucksack? Wie fühlt es sich an, mit 20 fremden Menschen in einem Raum zu schlafen? Wie funktioniert die Wandergemeinschaft als Ehepaar? Dietmar Bunse findet die richtigen Antworten. Ob die Musik-Laternen in Ponte de Lima oder Jakobchen vom Berge in Padrón, die vielen Einzelheiten machen den multimedialen Vortrag aus. Die ausgesuchten, wunderschönen Fotos wecken nicht nur Fernweh, sondern schüren ebenso die Lust aufs Wandern. Auch ein kurzer Exkurs in die Welt des Spanischen Jakobsweges wird nicht fehlen. Interessierte erhalten zudem wertvolle Tipps für ihre geplante eigene Wanderung über den Jakobsweg. Passagenweise wird Dietmar Bunse aus seinem Buch „Faszination Portugiesischer Jakobsweg“ vorlesen.

Vortrag und Lesung: Der Olavsweg - Einsichten und Begegnungen auf einem Pilgerweg in Norwegen

Der Olavsweg, benannt nach dem Wikingerkönig Olav Haraldson (995–1030), ist der noch weitgehend unbekannte Bruder des weltberühmten Jakobsweges, dem spanischen „Camino“. Über 643 km und 20.300 Höhenmetern führt er von der Hauptstadt Oslo durch traumhaft schöne und wilde, teils unberührte Landschaften zum Nidarosdom in Trondheim. Im Sommer 2017 durchwanderte der Autor, selbst kein Profiwanderer, diese so außergewöhnliche wie anspruchsvolle Pilgerroute – seinen Erstling. Harald F. Gregorius nimmt die Leser mit auf den faszinierenden Pilgerweg, der bislang vom Kommerz verschont geblieben ist. Die Wanderschaft führt durch die bilderbuchhafte, urwüchsige Natur Süd- und Mittelnorwegens. Die Begegnungen mit freundlichen und hilfsbereiten Menschen waren dabei ebenso wertvoll, wie die Erfahrungen und Auseinandersetzungen mit sich selbst und den Herausforderungen des anspruchsvollen Weges.

2. SEMESTER 2019

80 00 10
Do. 31.10.2019, 19:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referent: Dietmar Bunse
Buchautor



1. SEMESTER 2020

80 00 13
Do. 26.03.2020, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referent: Harald Gregorius





2. SEMESTER 2019

30 00 10

Do. 26.09.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Sebastian Rouget



20 10 20

Di. 22.10.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

15,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Sebastian Rouget



1. SEMESTER 2020



20 10 20

Di. 24.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

15,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Sebastian Rouget

Buchvorstellung mit Live-Musik:**Drei Stufen im Trockenen - Erzählungsband**

Ein Moment der Ohnmacht, der uns aus der Bahn, aus dem so zementiert scheinenden Gleichgewicht wirft – ein Erdbeben im Heimatdorf, ein unmoralisches Angebot, eine vergrabene Erinnerung, Fluten. Ein in die Jahre gekommener Protestsänger gerät bei seinem Gastspiel auf dem Land in eine haltlose Lage. Und eine Gruppe Jugendlicher kämpft um ein Paar Schuhe. Der Völklinger und Saarbrücker Autor Sebastian Andreas Rouget liest aus seinem Erzählungsband „Drei Stufen im Trockenen“ und zeigt im Duett mit Marco Zimmer, wie man erzählende Texte in Musik umwandeln kann.

Rouget und Zimmer spielen Chansons zwischen Jazz und Rock, gerne nur mit Gitarre, gerne mit Looper, Synthesizer, Saxophon und Klavier. Immer selbstgemacht und immer besonders.

Schreibworkshop: Wie komme ich von der Idee zum Text?

Es kann ein schöner Satz sein, ein Bild, ein Detail, das wir beobachtet haben und das uns nicht mehr loslässt. Es können zwei Menschen sein und wir denken: Was passiert denn, wenn dieser Dritte dazukommt oder wenn er weggeht oder wenn neben ihnen, diesen beiden, plötzlich ein Blitz einschlägt. Wir können einen Absatz haben, eine gute Passage, einen Anfang, ein Ende. Und dann? Wie komme ich weiter?

Der Saarbrücker Autor Sebastian Andreas Rouget ist vor allem durch Erzählungen hervorgetreten. In der Arbeit an unterschiedlichen Settings, Konstellationen, Sounds und Tempi hat sich ein Blick auf Texte ergeben, der genau diese Frage zu beantworten sucht.

Im Workshop sollen mitgebrachte Texte, Ideen und Fragmente exemplarisch betrachtet und bearbeitet werden. Verschiedene Herangehensweisen werden vorgestellt, ausprobiert und besprochen. Und am Ende ist man (hoffentlich) einen Schritt weiter.



Stadtführung: Auf den Spuren des Weltkulturerbes Völklinger Hütte in der Stadtgeschichte

Völklingen hat durch die Gründung der Völklinger Hütte 1873 zahlreiche städtebauliche Veränderungen erlebt. Die Röchling-Familie übernahm 1881 das Eisenwerk und entwickelte die Völklinger Hütte zu einem der bedeutendsten Eisen- und Stahlwerke Europas. Heute ist die Völklinger Hütte Weltkulturerbe der UNESCO. Noch heute erzählen viele Orte in der Stadt davon, wie die Röchlingschen Eisen- und Stahlwerke das Alltagsleben der Hüttenarbeiter außerhalb der Arbeit und die Stadt selbst geprägt haben. Die Stadtführung begibt sich auf die Spuren der Vergangenheit. So manche Geschichte und Anekdote bringt interessante Details aus dem Leben zur damaligen Zeit hervor.

2. SEMESTER 2019

33 90 10
Fr. 25.10.2019, 15:00 Uhr
Entgelt frei,
WKE Alte Völklinger Hütte
Dozent: Christian Müller



1. SEMESTER 2020

33 90 10
Fr. 15.05.2020, 15:00 Uhr
Entgelt frei,
WKE Alte Völklinger Hütte
Dozent: Christian Müller

Nichtraucher in 6 Wochen mit Dr. med. Markus Krings

Sie haben sich entschlossen, Nichtraucher zu werden. Nur wie soll das gehen? Wege dahin gibt es viele, jedoch keinen mit einer 100%-igen Erfolgsgarantie.

In diesem zertifizierten Nichtraucherkurs haben Sie die Chance, es zu schaffen. Im Vordergrund stehen Verhaltensänderungen bzw. Alternativen, die Sie über das Verlangen, nach der Zigarette zu greifen, hinwegbringen sollen. Je nach Schwere der Abhängigkeit werden auch nikotinhaltige Kaugummis, Pflaster o. ä. mit einbezogen.



89 50 10
Di. 22.10.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
6 Termine / 6 UE
Entgelt 90,00 €, Praxis Dr. Krings
Dozent: Dr. Markus Krings

89 50 10
Di. 14.01.2020, 18:00 - 19:00 Uhr
6 Termine / 6 UE
Entgelt 90,00 €, Praxis Dr. Krings
Dozent: Dr. Markus Krings

Wohnungseinbruch – vorbeugen, schützen, richtig reagieren

Rechtzeitig vor Beginn der dunklen Jahreszeit informieren die Referenten über Möglichkeiten, sich gegen Wohnungseinbrüche zu wappnen.

Es werden Fenster- und Türsicherungen, die TÜV-geprüft sind, vorgestellt und Hinweise auf ein rundum gesichertes Haus mit Anbindung an Bewachungsunternehmen präsentiert. Zudem wird informiert, wie man sich im Falle eines Wohnungseinbruchs richtig verhält. Nützliche Adressen für weitere Beratungen durch die Profis der Polizei, sowie Hilfen nach Einbrüchen runden den Vortrag ab.

32 20 20 Vortrag
Di. 12.11.2019, 15:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referenten: Werner Michaltzik,
ehem. Leiter der PI Völklingen,
Gabriele Specht und Abdullah
Coşkun, Seniorensicher-
heitsberater



2. SEMESTER 2019

32 20 21

Mo. 30.09.2019, 15:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Werner Michaltzik



1. SEMESTER 2020

20 10 10

Do. 26.09.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Thomas Annen

20 10 10

Mi. 18.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Thomas Annen



Der Sicherheitsbeirat Völklingen stellt sich vor

Seit über 20 Jahren hat Völklingen einen Sicherheitsbeirat. Wofür ist der gut? Welche Ziele verfolgt er? Was hat er bisher erreicht? Welche Projekte und Aktionen führt er durch? Wie arbeitet dieser ehrenamtliche Beirat? Und wie können Bürgerinnen und Bürger dort selbst aktiv werden oder sich mit ihren Problemen, Sorgen und Ideen an den Sicherheitsbeirat wenden? Antworten auf diese Fragen (und noch einiges mehr) gibt der Vorsitzende mit vielen Beispielen und Bildern.

Presseseminar: Wie bringe ich`s in die Zeitung?

Die Teilnehmer erfahren, welche Themen für die Zeitung interessant sind, wie eine Pressemitteilung formuliert wird und welche Spielregeln im Umgang mit den Redakteuren zu beachten sind. Im praktischen Teil werden anhand einer aktuellen Pressemitteilung aus der Zeitung die W-Fragen erarbeitet, die jeder Text beantworten muss: Wer? Wie? Wann? Was? Wo? Warum? Mit dem nötigen Handwerkzeug ausgestattet, formulieren die Teilnehmer dann selbst eine Pressemitteilung. Wenn gewünscht, können auch konkrete Presstexte der Vereine in der Gruppe besprochen und analysiert werden.

Thomas Annen ist freier Journalist mit Ausbildung als Politikwissenschaftler.



INDUSTRIEKULTUR MIT DELF SLOTTA GESELLSCHAFT

Industriekulturelle Exkursion im Saarkohlewald: Besteigung der Bergehalde Grühlingstraße

Die Grühlingshalde, die alte, nahe dem Saarbrücker Ludwigsberg gelegene ehemalige Haupthalde der Grube Jägersfreude, ist einer der grandiosesten und zugleich unbekanntesten Aussichtsberge im Saarland. Ein faszinierender 360Grad-Panoramablick auf die saarländische Landschaft erwartet denjenigen, der auf der Spur des ehemaligen Berge-Schrägaufzuges das Gipfelkreuz auf dem großen Plateau erklimmt.

Faszination Grube und Bergarbeitersiedlung Von der Heydt

Von der Heydt – ein (fast) vergessener Ort inmitten der Waldlandschaft des Saarkohlewaldes. Dort, wo früher malocht wurde, findet der Besucher heute eine grüne Idylle vor. Und die Bergarbeitersiedlung ist die wohl schönste im Saarbergbau. Von der Heydt – ein Ort von großer Aussagekraft und voller Atmosphäre.

Wieder reizvoll - Auf Goethes Spuren zum Brennenden Berg in Dudweiler

Früher galt der Brennende Berg als eines der beliebtesten Ausflugsziele im Saarland, dann war es still um diesen großartigen Ort geworden. Im Rahmen eines von der Europäischen Union geförderten Programms ist der Brennende Berg attraktiver denn je geworden. Lassen Sie sich überraschen und wandeln Sie mit auf Goethes Spuren!

Die Bergehalde Ensdorf – „die“ industriekulturelle Attraktion im mittleren Saartal!

Die Bergehalde Ensdorf-Duhamel ist vor einigen Jahren der Öffentlichkeit zugänglich gemacht worden. Seitdem besteht die Möglichkeit, von einem der faszinierendsten Aussichtsberge des Saarlandes einen imposanten Panoramablick zu genießen. Nunmehr wurde auf dem Haldenplateau die Landmarke des „Saar-Polygons“ errichtet.

2. SEMESTER 2019

33 10 10
So. 29.09.2019, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Saarbrücken, Großer
Parkplatz Saarlandhalle

33 10 20
So. 13.10.2019, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Von der Heydt, Parkplatz vor
dem Schlafhaus 1

33 10 30
So. 26.01.2020, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Dudweiler, Parkplatz
Tennisplätze, am Ende der Straße
Am Gegenortschacht

1. SEMESTER 2020



33 10 10
So. 22.03.2020, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Ensdorf, Halden-
Hauptzugang über Straße Bei
Fußenkreuz (L345), Nähe
Sportzentrum.



Institut für Landeskunde im Saarland

33 10 20

So. 24.05.2020, 14:00 Uhr

5,00 € Entgelt

Dozent: Delf Slotta

Treff: Luisenthal, Großer Parkplatz
vor der Grube am Pfförtnershaus

Luisenthal und sein früheres Bergwerk – Bergbaukultur pur!

Rund um die Tagesanlagen des ehemaligen Bergwerks Luisenthal hat sich eine Fülle industriekultureller Attraktionen von höchster Qualität erhalten. Der Rundgang erschließt diese zum großen Teil unbekanntem Anziehungspunkte im Zusammenhang.

33 10 30

So. 24.05.2020, 14:00 Uhr

5,00 € Entgelt

Dozent: Delf Slotta

Treff: Püttlingen, ehem.
Grubengelände – heute
Gewerbegebiet Viktoria, vor dem
Fördergerüst Viktoria

Ein Erlebnis: Industriekulturelle Wanderung auf die Püttlinger Bergehalde Viktoria!

Sie bietet einen der schönsten Panoramablicke im Saarland – die ehemalige Haupthalde der Püttlinger Grube Viktoria! Ein besonderes Erlebnis ist der Weg hinauf auf die Aussichtsplattform - Gehen Sie mit!



Ihr international anerkannter Partner, wenn es um Zertifizierung geht:

- Qualitätsmanagement gem. DIN EN ISO 9001:2015
- Umweltmanagement gem. DIN EN ISO 14001:2015
- Entsorgungsfachbetrieb gem. EfbV
- Altfahrzeugverwertung gem. AltfahrzeugV
- Energiemanagement gem. DIN EN 50001 u. SpaEfV
- Fachkundige Stelle für AZAV (Träger- und Maßnahmenzulassungen)
- Arbeitsschutzmanagement gem. OHSAS 18001
- weitere Zertifizierungen auf Anfrage

... denn Zertifizierung ist Vertrauenssache!

Vorbereitung auf den **Mittleren Bildungsabschluss** für NichtschülerInnen bei der VHS Völklingen

Steigern Sie Ihre beruflichen Chancen. Erwerben Sie jetzt den Mittleren Bildungsabschluss!

Beginn: Mo., 25. Mai 2020, ca. 40 Wochen à 16 Stunden bis Mitte Mai 2021 (NichtschülerInnen-Prüfung MBA)
Entgelt: 480,00 € in 12 Raten à 40,00 €

Der Kurs bereitet Sie innerhalb eines Jahres auf die NichtschülerInnen-Prüfung "Mittlerer Bildungsabschluss" vor. Zu dieser Prüfung können auch Personen zugelassen werden, die das Wiederholungskontingent in der "normalen" Gemeinschaftsschule ausgeschöpft haben.

Die unterrichteten Fächer orientieren sich an den Prüfungsfächern und reduzieren sich daher auf:

Deutsch (4), Mathematik (4), Biologie (2), Erdkunde (2), Sozialkunde (2), Englisch (2).

Die Kurse finden montags bis donnerstags zwischen 18:00 und 21:15 Uhr im VHS Lernzentrum Luisenthal statt: vier Unterrichtsstunden à 45 Minuten, 15 Minuten Pause von 19:30 bis 19:45 Uhr. Kein Unterricht während der Schulferien. Die Prüfungen werden jeweils im Mai/Juni zum normalen Prüfungstermin an einer Gemeinschaftsschule durchgeführt.

Nach dem Bestehen der staatlichen Prüfung erhalten Sie den mittleren Bildungsabschluss, der Ihnen weitere Fortbildungsmöglichkeiten zur Fachhochschulreife eröffnet.

Sie besuchen keine allgemeinbildende Schule mehr.

Sie besitzen den Hauptschulabschluss.

Sie sind bereit, einen Teil Ihrer Freizeit zu investieren.

Sie wollen Ihre Lebensperspektive entscheidend verbessern.

Dann bietet Ihnen die VHS Völklingen die Gelegenheit, Ihren **Mittleren Bildungsabschluss** nachträglich zu erwerben.



Wir bieten Ihnen PC-Kurse ...

- in modernen, erwachsenengerechten Räumen
- unterstützt von zeitgemäßen Lehr- und Lernmitteln
- mit aktueller Hard- und Software
- durch kompetente Lehrkräfte aus der Praxis
- mit Einzelplatzgarantie am Touchscreen
- zu günstigen Preisen
- in kleinen Gruppen
- und zielgruppenorientiert

SOFTWARE & MEHR FÜR VHS-KURSTEILNEHMER

vhs-Kursteilnehmer kaufen spezielle Software & Geräte zum vhs-Bildungstarif günstiger!



Spezielle Angebote für
vhs-Kursteilnehmer finden:
www.cobra-shop.de/vhs



Kursteilnahmebescheinigung
mit der Bestellung als Scan
oder per Post übermitteln.



Ausgewählte Software &
Hardware zum vhs-Tarif
nutzen und sparen!



**Alles
im Griff ...**

... bei der PC Schulung am Touchscreen.

Durch die aktuellen Betriebssysteme werden berührungsempfindliche Bildschirme unterstützt. Was bei Smartphones und Tablets Standard ist, wird seit der Einführung von Windows 10 auch am PC zum vollwertigen Eingabegerät.

Dementsprechend haben wir unseren EDV-Schulungsraum mit zeitgemäßen IPS Touchscreen-Monitoren ausgerüstet. Schließlich sollen Sie den Umgang mit den Anwendungen so kennen lernen, wie Sie später auch damit arbeiten werden.



Know-How kurz und bündig!

Die VHS-Völklingen bietet **EDV-Kurse** in **kompakter Form** an **drei aufeinander folgenden Abenden** (i.d.R. Di., Mi. und Do.) an. Die Angebote sind modular aufgebaut und können von Ihnen je **nach Bedarf kombiniert** werden.

Damit haben Sie die Möglichkeit, **in kurzer Zeit und zu absolut günstigen Preisen** genau die Themen zu erarbeiten, die Sie benötigen!

Sie benötigen Hilfe bei der Auswahl des für Sie geeigneten Kurses?

Kein Problem, wir beraten Sie gerne!

Rufen Sie uns einfach an:
0 68 98 / 13 25 97

Michael Bauer,
stv. VHS-Direktor
und
Leiter des EDV-
Bildungszentrums



Individuelle Kursangebote

für Firmen, Vereine und sonstige Organisationen nach Ihren Wünschen.

Immer aktuell!

Die VHS Völklingen verfügt über Softwarelizenzen, die es ermöglichen immer den jeweils aktuellsten Programmstand auf den Schulungsrechnern zu installieren. Daher lernen Sie immer die aktuellsten Versionen der Programme kennen. In diesem Studienjahr arbeiten Sie u.a. mit Windows 10, Office Professional 2019, CorelDraw Graphics Suite 2019.

Die aktuellen Softwareprodukte sind auf ebenso aktueller Hardware installiert. Unser GBit Schulungsnetz wird von einem Windows 2019 Server gemanagt und ist mit 200 MBit mit dem Internet verbunden. In allen Schulungssälen ist ein Lehrerarbeitsplatz mit einer Projektionsmöglichkeit über 65 Zoll Monitor verfügbar.





Tastaturschreiben (Computerschreiben) mit 10 Fingern

Der Kurs Tastaturschreiben mit 10-Finger-Technik in nur 6 Stunden eignet sich sowohl für Erwachsene als auch für Kinder. Diese Methode wird seit Jahren mit Erfolg eingesetzt. Anstelle von zeitaufwändigen Tippübungen setzen sich die Teilnehmer mit Hilfe verschiedener Unterrichtselemente zunächst mental mit dem Lernstoff auseinander und sind so in der Lage, nach 4 Terminen (Mo./Mi.) à 1,5 Zeitstunden mit 10 Fingern alle Tasten blind auf der Tastatur zu finden.



Windows® 10 – Basiswissen

Wer einen PC nutzen möchte, wird kaum an dem Betriebssystem Windows® vorbei kommen. Der Kurs bietet eine solide Grundlage für die Arbeit am Computer. Er gibt Antwort auf die grundlegenden Fragen rund um die Arbeit mit der aktuellen Benutzeroberfläche.

Windows® 10 – Aufbauwissen

Wer schon erste Erfahrungen mit Windows® 10 sammeln konnte und sein Wissen festigen und ausbauen möchte, ist in diesem Kurs sehr gut aufgehoben.

2. SEMESTER 2019

40 10 10 (Mo./Mi.)
Mo. 04.11.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
 4 Termine / 8 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Nicole Nüttgens

1. SEMESTER 2020

40 10 10 (Mo./Mi.)
Mo. 04.05.2020, 18:00 - 19:30 Uhr
 4 Termine / 8 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Nicole Nüttgens



51 00 10 (Di.-Do.)
Di. 17.09.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

51 00 10 (Di.-Do.)
Di. 03.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

51 00 20 (Di.-Do.)
Di. 24.09.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

51 00 20 (Di.-Do.)
Di. 10.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

EDV Kurse für aktive Senioren

werden von der Seniorenakademie der VHS Völklingen angeboten. Die Kurse sind speziell auf das Lerntempo der älteren Teilnehmenden abgestimmt und finden vor- und nachmittags statt. Neben den EDV-Kursen gibt es noch eine große Zahl von Kursen und Workshops aus vielen Bereichen unseres VHS Angebotes. Fordern Sie einfach unser Sonderprogramm an.

2. SEMESTER 2019

52 00 10 (Di.-Do.)
Di. 22.10.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling

52 00 20 (Di.-Do.)
Di. 29.10.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling

53 00 10 (Di.-Do.)
Di. 05.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Herbert Angel

53 00 20 (Di.-Do.)
Di. 12.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Herbert Angel

54 00 10 (Di.-Do.)
Di. 19.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling

1. SEMESTER 2020

52 00 10 (Di.-Do.)
Di. 17.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Dirk Jacob

52 00 20 (Di.-Do.)
Di. 24.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Dirk Jacob

53 00 10 (Di.-Do.)
Di. 31.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Herbert Angel

53 00 20 (Di.-Do.)
Di. 07.04.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Herbert Angel

54 00 10 (Di.-Do.)
Di. 05.05.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling



Textverarbeitung Word® 2019 Basiswissen

Gestalten Sie Texte nach Ihren Vorstellungen, setzen Sie Formatvorlagen effektiv ein, erleichtern Sie Ihre Arbeit durch Tabellen – nutzen Sie Word 2019 professionell.



Textverarbeitung Word® 2019 Aufbauwissen

Sie nutzen Word bereits und möchten Ihre Arbeitsabläufe effizienter gestalten. In diesem Kurs erfahren Sie mehr zum Umgang mit Format- und Dokumentvorlagen. Sie erhalten Tipps zu speziellen Seitenlayouts und der Erstellung von Formularen. Weiterhin wird die Serienbrieffunktion besprochen.



Tabellenkalkulation Excel® 2019 Basiswissen

Sie erlernen Schritt für Schritt die wichtigsten Techniken zum Arbeiten mit Excel: Die ansprechende Gestaltung von Arbeitsblättern, die Visualisierung der Ergebnisse in Diagrammen und Tricks im Umgang mit großen Datenmengen.



Tabellenkalkulation Excel® 2019 Aufbauwissen

Die wichtigsten Funktionen von Excel sind Ihnen bereits bekannt. Die Anwendung kann jedoch wesentlich mehr. Hierfür wird eine umfangreiche Funktionsbibliothek bereitgestellt. In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit den wichtigsten Funktionen in der Praxis kennen.



Überzeugende Präsentationen mit PowerPoint® 2019 erstellen

Um eine überzeugende Präsentation erstellen zu können, müssen mehrere Erfolgskomponenten beachtet werden. Neben einer detailgenauen Planung der Inhalte steht die bedarfsgerechte Visualisierung im Mittelpunkt. Hierzu gehört die einmalige Erstellung der Masterfolien und der Einsatz grafischer Elemente.



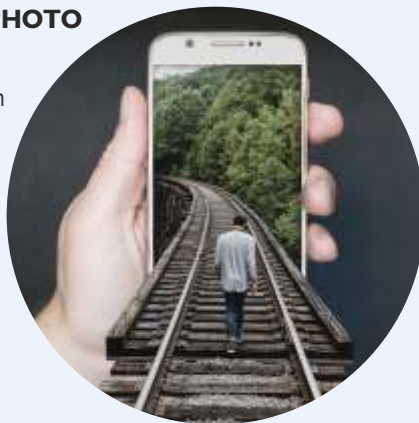
Bildbearbeitung Corel PHOTO PAINT® 2019 - Grundlagen

Der Kurs wendet sich an Fotografierende, die ihre Kreativität nicht bei der Aufnahme enden lassen. Teilnehmende unseres Kurses erhalten bei der Anschaffung der Software einen Sonderrabatt.



Bildbearbeitung Corel PHOTO PAINT® 2019 - Aufbau

Neben den grundlegenden Möglichkeiten der Bildbearbeitung bietet Photo Paint auch viele Werkzeuge zur Bildmanipulation. Nichts ist unmöglich - aus Fotos werden Kunstwerke!



Layouten mit der CorelDRAW® Graphics Suite 2019

Die Grafikdesign-Software, die ein professionelles Werkzeug für Design, Layout und Bildbearbeitung bietet. Wenn Sie gerne eindrucksvolle Visitenkarten, prägnante Briefbögen oder eine Zeitschrift mit professionellen Grafiken erstellen möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig! Mit CorelDRAW® können Sie mühelos Publikationen für Beruf oder Alltag erstellen.

Kursteilnehmende erhalten einen Sonderrabatt von etwa 90% auf den Listenpreis der Software.

2. SEMESTER 2019

58 10 10
Sa. 23.11.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Alessandra Weiland

58 10 20
Sa. 14.12.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Alessandra Weiland

57 00 10 (Di.-Do.)
Di. 03.12.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Alessandra Weiland

1. SEMESTER 2020

58 10 10
Sa. 04.04.2020, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Alessandra Weiland

58 10 20
Sa. 09.05.2020, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Alessandra Weiland

57 00 10 (Di.-Do.)
Di. 12.05.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine / 12 UE
39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Alessandra Weiland

Workshops rund um die Digitalfotografie finden Sie ab Seite 110



2. SEMESTER 2019

58 20 10

Sa. 26.10.2019, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland

1. SEMESTER 2020

58 20 10

Sa. 14.03.2020, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland



Fotobücher selbst gestalten für blutige Anfänger

In diesem Kurs entwerfen wir gemeinsam ein eigenes Fotobuch, ganz nach unseren Vorstellungen - und nicht nach den Vorstellungen gängiger Internetseiten! Es kann aus verschiedenen Formaten frei gewählt werden. Ziel des Kurses ist eine druckfertige Datei nach professionellen Maßstäben, welche zum Ende des Kurses gerne als eigenes Fotobuch online in Auftrag gegeben werden kann.

Zu Anfang werden wir uns mit den Grundlagen der Bildbearbeitung und der Fotoauswahl auseinandersetzen. Danach geht es den Bildern „an den Kragen“, bevor wir letztendlich die verschönerten, professionell bearbeiteten Bilder zu einem einzigartigen Fotobuch zusammensetzen. Bitte bringen Sie einen Stick mit etwa 30 bis 40 Bildern mit.

58 20 11

Sa. 09.11.2019, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland

58 20 11

Sa. 28.03.2020, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland



Überzeugende Logos mit Hintergrundwissen gestalten

Dieser Kurs ist sowohl geeignet für Kleingewerbetreibende, als auch für Privatpersonen, die sich an einem Logo für sich selbst oder einer fiktiven Firma versuchen wollen. Nicht nur die wichtigsten Grundlagen zum Logodesign, sondern auch die generellen Arbeitsabläufe werden vermittelt.

58 20 12

Sa. 11.01.2020, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland

58 20 11

Sa. 16.05.2020, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Alessandra Weiland



Visitenkarten gestalten für Anfänger

In diesem Kurs werden im Schnelldurchlauf alle grundlegenden und weiterführenden Funktionen eines sog. „Layoutprogrammes“ vermittelt. Diese Programme werden nicht nur zur Gestaltung von Visitenkarten und Flyern, sondern auch für Zeitschriften, Plakate und Printwerbung aller Art genutzt. Ein grundlegendes Verständnis für Technik sollte vorhanden sein, alles Weitere wird anhand der Gestaltung der Visitenkarte praktisch vermittelt.



Ganz einfach programmieren mit Scratch

Sie haben sich schon öfter gefragt, was ein Algorithmus eigentlich ist und wie Computer hinter den Kulissen tatsächlich funktionieren? Diese Fragen werden in diesem Kurs beantwortet. Mit Hilfe der Programmiersprache Scratch werden wir uns einen Einblick in die Grundlagen der Computerprogrammierung verschaffen. Dank dem interaktiven Charakter von Scratch wird es kinderleicht, innerhalb kürzester Zeit auch eigene kleine Computerspiele und animierte Geschichten zu erstellen. Sämtliche Computerprogramme, die Sie in dem Kurs erstellen, können Sie anschließend mit nach Hause nehmen und dort weiter daran arbeiten.



Webseite oder Blog mit WordPress einfach erstellen

Rund ein Drittel (!) aller Websites weltweit werden mit dem Programm Wordpress erstellt und betrieben. War dieses sog. Content Management System (CMS) zuerst als beliebte kostenlose Plattform für Blogger gestartet, wird Wordpress mittlerweile auch im professionellen Bereich genutzt, ja sogar die Einrichtung von umfangreichen Webshops ist möglich.

In diesem Kurs werden die ersten Schritte mit Wordpress vorgestellt und eingeübt. Der Kurs richtet sich an Wordpress Interessierte, Autoren, Blogger und solche, die es werden wollen, und an alle, die schon immer wissen wollten, wie man zu seiner eigenen Website kommt. Grundlegende PC bzw. Computerkenntnisse werden vorausgesetzt.

VHS Computer Club

Im Wintersemester 2019 starten wir den Völklinger VHS Computer Club. Computer-interessierte treffen sich an 10 Terminen immer Donnerstags in zwangloser Atmosphäre zum Gedankenaustausch rund um aktuelle digitale Themen wie Online Banking, Einkaufen im Internet, Einsatz von Smartphone und Tablet im täglichen Leben, Social Media usw.

Jede(r) kann teilnehmen, egal ob Neuling oder schon fortgeschritten, Fragen in die Runde werfen, mitdiskutieren oder einfach zuhören.

2. SEMESTER 2019

55 10 10

Sa. 16.11.2019, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin/8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Luca Junk

55 10 20

Mo. 25.11.2019, 18:00 - 21:15 Uhr

4 Termine/12 UE

41,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 30

Do. 19.9.2019, 14:00 - 15:30 Uhr

10 Termin/20 UE

68,00 € Entgelt, Altes Rathaus

mit Akademieausweis frei

Dozent: Uwe Hemmerling

1. SEMESTER 2020

55 10 10

Sa. 07.03.2020, 09:00 - 15:30 Uhr

1 Termin/8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Luca Junk

55 10 20

Mo. 18.05.2020, 18:00 - 21:15 Uhr

4 Termine/12 UE

41,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 30

Do. 05.03.2020, 14:00 - 15:30 Uhr

10 Termin/20 UE

68,00 € Entgelt, Altes Rathaus

mit Akademieausweis frei

Dozent: Uwe Hemmerling



2. SEMESTER 2019

10 04 40 **Kleingruppe max. 6 TN**
Mo. 06.01.2020, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 50 **Kleingruppe max. 6 TN**
Fr. 20.09.2019, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Dirk Jacob

59 00 10
Mo. 23.09.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

59 00 20
Mo. 30.09.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

1. SEMESTER 2020

10 04 40 **Kleingruppe max. 6 TN**
Mo. 25.05.2020, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 50 **Kleingruppe max. 6 TN**
Fr. 06.03.2020, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Dirk Jacob

59 00 10
Mo. 09.03.2020, 18:00 - 21:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

59 00 20
Mo. 16.03.2020, 18:00 - 21:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

**Smartphone und Tablet – iPhone® und iPad®**

Ob iPhone oder Smartphone, ist eigentlich nur eine Glaubensfrage: die Geräte haben weitgehend vergleichbare Leistungen. Allerdings sind das iPhone und das iPad anders zu bedienen, daher ein eigener Kurs für Besitzer der Apple®-Geräte.

**Smartphone und Tablet – Android®**

Sie erhalten Antworten auf die wichtigsten Fragen rund um Ihr Smartphone/Tablet mit dem Betriebssystem Android. Umgang mit der Benutzeroberfläche, Start, Nutzung und Download von Apps und die Anpassung der Bedienung auf Ihre Bedürfnisse sind Inhalt dieses Kurses.

**Gute Fotos mit der Smartphone-Kamera aufnehmen**

Kameras in Smartphones haben mittlerweile eine hervorragende Qualität. Aber wie bei jeder Kamera, kommt es auf die Bedienung an. Wer nicht nur Schnappschüsse im Automatikmodus machen möchte, erfährt hier, wo und wie die Aufnahmen verbessert werden können.

**Immer informiert – Nachrichtendienste für das Smartphone**

Nie war es leichter, aktuelle Infos zu beschaffen. Das Smartphone bietet viele Möglichkeiten, zu allen denkbaren Themen zeitnah informiert zu werden. An verschiedenen Beispielen zeigen wir, wie Sie mit Hilfe kostenloser Apps immer auf dem neuesten Stand bleiben.

**Ein- und verkaufen im Internet**

Die Einkaufsgewohnheiten der Menschen haben sich verändert. Viele Dinge sind über den örtlichen Fachhandel gar nicht mehr erhältlich. Wie Sie sicher und preiswert im Internet einkaufen und bezahlen können, zeigen wir an diesem Abend. Wenn Sie vorher erst mal die Regale leeren müssen, lässt sich dies auch ganz einfach über das Internet lösen.

**Nützliche Apps für den Alltag**

Von der Fahrplanauskunft bis zum Kompass: Mit der richtigen App wird das Smartphone zum Universalwerkzeug.

**Daten sichern und Datensicherheit auch am Smartphone**

Gerade auf dem Smartphone speichern und verwalten wir sehr sensible Daten. Umso wichtiger ist es, diese vor unberechtigtem Zugriff oder Verlust zu schützen. Mit einigen Handgriffen und den richtigen Apps ist dies kein Problem. Wer hier vorsorgt, spart sich später eine Menge Ärger.

**Reisen, Flüge und Hotels buchen**

Mit dem Smartphone hält man mittlerweile auch ein komplettes Reisebüro in Händen. Wie man die Qualität von Unterkünften checken und den günstigsten Preis für die Unterkunft finden kann, zeigen wir an diesem Abend.

**Wander- und Radtouren am Smartphone planen**

Nie mehr den falschen Weg einschlagen, das wäre doch der Traum eines jeden Wanderers. Mit dem Smartphone lässt sich dies verwirklichen.

**2. SEMESTER 2019**

59 00 30
Mo. 21.10.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 40
Mo. 28.10.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 50
Mo. 04.11.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Dirk Jacob

59 00 60
Mo. 11.11.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 70
Mo. 18.11.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

1. SEMESTER 2020

59 00 30
Mo. 23.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 40
Mo. 30.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 50
Mo. 06.04.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Dirk Jacob

59 00 60
Mo. 27.04.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 70
Mo. 11.05.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

2. SEMESTER 2019

56 10 10

Mo. 23.09.2019, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 3 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 20

Mo. 30.09.2019, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 3 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 30

Di. 12.11.2019, 14:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 2 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 40

Di. 19.11.2019, 14:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 2 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 50

Di. 26.11.2019, 14:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 2 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozenten: Onlinerland Saar

1. SEMESTER 2020

Gratis Kurse in Zusammenarbeit mit dem

Komm mit
ins Internet!



OnlinerlandSaar

Weitere Angebote im
ersten Semester 2020
finden Sie ab Januar
unter vk.vhsen.de



Kaffee-Kuchen-Tablet – Einsteigerkurs

Sie lernen die wichtigsten Bedienelemente des Tablets kennen. An den zur Verfügung gestellten Geräten können sie erste Schritte im Internet gehen und so Hemmungen im Umgang mit dem Gerät verlieren.

Kommunikation mit Tablets

Tablets werden gerne zur Kommunikation, wie z. B. dem Abruf von E-Mails, eingesetzt. Das ist aber nur eine Möglichkeit, wie man ein Tablet nutzen kann, um mit Verwandten, Freunden und Bekannten in Kontakt zu treten. Auch zur Kommunikation via Video-Telefonie und Bildnachrichten bietet das Tablet vielfältige Möglichkeiten, von denen Sie einige kennenlernen werden.

Sicher einkaufen und bezahlen

Wir stellen seriöse Einkaufsmöglichkeiten im Internet vor und geben einen praxisnahen Überblick über die Themen Sicherheit bei der Kaufabwicklung, Rechte des Käufers und Zahlungsmöglichkeiten.

Kultur und Reisen per App

Hier können sich die Teilnehmer über das Kulturangebot der Großregion SaarLorLux informieren und die interessantesten Kultur- und Veranstaltungs-Apps der Region entdecken.

Sprechstunde Tablet, Handy & Co.

Kommen Sie zur Sprechstunde, wenn Sie sich im Umgang mit dem eigenen Gerät noch unsicher fühlen und gerne in Anwesenheit einer hilfeleistenden Person üben möchten. Weiterhin bietet die Sprechstunde die Möglichkeit, das eigene Gerät – egal ob Tablet, Handy oder Smartphone – mitzubringen und bei konkreten Fragen und Problemen Hilfestellung im Rahmen der Möglichkeiten zu erhalten.

Rollladen, Fenster und Bauelemente

G. Schiestel

**Am Holzplatz 21
66333 Völklingen
Tel. 0 68 98 98 / 3 36 36
Fax 0 68 98 98 / 3 98 26**



www.Rollladen-Schiestel.de



Rollladen

Fenster

Haustüren

Insektenschutz

Rolltore

Markisen

Jalousien

Garagentore

Elektromotore

• für Rollladen

• für Garagentore

Reparaturreisendienst

www.wisag.de

- **Unterhalts- & Sonderreinigung**
- **Krankenhausreinigung**
- **Verkehrsmittelwartung**
- **Lebensmittelhygiene**
- **Logistikdienste & Service**



WISAG

**WISAG Gebäudereinigung
Süd-West GmbH & Co. KG**
Niederlassung Saarbrücken
Am Halberg 10
D-66121 Saarbrücken
Tel. +49 681 970439-0
www.wisag.de



WEB- UND PRINTDESIGN.
GRAFISCHE GESTALTUNG.

OHNE GRENZEN.

Partner von
„Völklingen lebt gesund!“

Inh. Thomas Pelletier
Bismarckstraße 62
D-66121 Saarbrücken

Fon: 0681 / 9 47 28 04
Mail: info@ohne-grenzen.net
Web: www.ohne-grenzen.net

Unser Haus der Begegnung

mit integriertem Trauerkaffee



So individuell wie jeder einzelne Mensch ist, sollte auch die Trauerfeier ganz im Sinne und in Gedenken an die Persönlichkeit des Verstorbenen gestaltet werden.

Raum und Zeit für Ihre Trauer!

Haus der Begegnung

Karlsbrunner Straße 26 | 66333 VK - Ludweiler

Tel. (06898) 933 933

DUCHENE



AVALON
Bestattungen

Hier erreichen Sie uns!

Moltkestraße 19 | 66333 Völklingen
Völklinger Straße 37 | 66333 VK - Ludweiler

...rund um die Uhr für Sie da!

Tel. (06898) 933 933

Gluckstraße 7 | 66836 Überherrn

Tel. (06836) 12 00

Bergstraße 23 | 66115 SB - Burbach

Tel. (0681) 99 26 881

www.avalon-bestattungen.de



Sprachkurse der VHS Völklingen

eingestuft nach dem vom Europarat entwickelten „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“.

A1 (Grundstufe 1)

Innerhalb dieser Stufe erlernen Sie das Grundwissen in der Fremdsprache, das Sie dazu befähigt, mit einfachen Mitteln die Verständigung herzustellen. Sie können sich auf einfache Art ausdrücken und verstehen Ihre Gesprächspartner, wenn diese langsam und deutlich sprechen. Teilnehmer ohne Vorkenntnisse starten in den jeweiligen Sprachen immer in den Kursen A1, Stufe 1, für Anfänger.

A2 (Grundstufe 2)

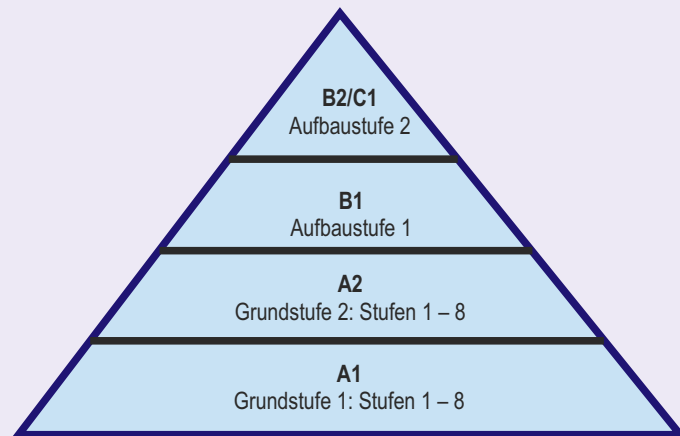
Innerhalb dieser Stufe vertiefen Sie Ihr Grundwissen und lernen, in einfachen, routinemäßigen Situationen zu kommunizieren. Sie können Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen, Reisen oder Arbeit und zu Ihrem Alltag in der Fremdsprache vermitteln.

B1 (Aufbaustufe 1)

Die „ersten Schritte“ liegen längst hinter Ihnen? Nun möchten Sie Ihr Niveau halten oder spielerisch ausbauen? Innerhalb dieser Stufe lernen Sie, die meisten alltäglichen Situationen sprachlich zu bewältigen. Sie können sich zusammenhängend über vertraute Themen unterhalten, über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten äußern.

B2/C1 (Aufbaustufe 2)

Innerhalb dieser Stufe haben Sie ausreichend Kenntnisse, um sich im privaten und beruflichen Bereich spontan und fließend zu verständigen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ist ebenso möglich wie die Diskussion zu einer Vielzahl von Themen aus allen gesellschaftlichen Bereichen.



Welcher Sprachkurs ist der Richtige für mich?

Sind Sie unsicher, welcher Sprachkurs der Richtige für Sie ist? Haben Sie bereits Vorkenntnisse, die Sie gerne auffrischen möchten? Suchen Sie einen passenden Kurs, der Sie fit für den Urlaub macht? Möchten Sie gerne Ihre fundierten Sprachkenntnisse weiter ausbauen und festigen?

Für neue Teilnehmende, die bereits über sprachliche Vorkenntnisse verfügen, ist es häufig nicht leicht, den eigenen Kenntnisstand ohne fachkundige Beratung richtig einzuschätzen.

Selbst für Anfänger ohne Vorkenntnisse kann es wichtig sein, sich über die Arbeitsweisen und Ziele des VHS-Sprachunterrichts zu informieren.

Nutzen Sie also die Möglichkeit, sich kostenlos bei der Kurswahl beraten zu lassen.

Gerne können Sie auch einmal eine unverbindliche „Schnupperstunde“ in einem unserer Kurse wahrnehmen!



Sprachen lernen an der VHS Völklingen

Sie lernen

- in erwachsenengerecht ausgestatteten Unterrichtsräumen,
- unterstützt durch modernste multimediale Technik,
- mit fachkundigen, engagierten Dozentinnen und Dozenten,
- zu fairen Preisen, auch in Kleingruppen



Entgelte: Die Satzung der Volkshochschule sowie die Entgeltordnung sind im Sekretariat einsehbar.

Es gelten folgende Entgelte:

ab	30 UE	24 UE
10 Teilnehmenden	51,00 €	41,00 €
9 Teilnehmenden	57,00 €	46,00 €
8 Teilnehmenden	64,00 €	52,00 €
7 Teilnehmenden	73,00 €	59,00 €
6 Teilnehmenden	85,00 €	68,00 €

Ermäßigung siehe Seite 129

Lernberatung:

Für den Fachbereich Sprachen ist Frau Silke Eckel-Speicher zuständig. Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter: 06898 / 132587 oder per Mail s.eckel-speicher@vhs-voelklingen.de.



A portrait of Dörte Heinrich, a woman with short dark hair, wearing a black turtleneck and a colorful beaded necklace. She is smiling slightly and looking towards the camera. The background is a blurred bookshelf.

*Herzlich
Willkommen
Ihre Online-Adresse
für Bücher:*

www.bock-seip.de

*Dörte Heinrich
Geschäftsführerin Bock & Seip*

seit 1872
Bock & Seip
Buch und Papeterie



Lernen in Bewegung – bewegtes Lernen:

Das ganze Leben ist Bewegung, warum nicht auch der Sprachenunterricht?

Gehen Sie mit uns gemeinsam neue Wege in einem modernen Fremdsprachenunterricht!

Kurze und leicht durchzuführende Bewegungen, die kaum merklich in den Unterricht eingebaut werden, unterstützen

- den Energieaufbau
- die Konzentration
- die Motivation
- die Verankerung von Lerninhalten
- die Gedächtnisleistung
- und die geistige Frische!

Darüber hinaus können gerade im Sprachunterricht viele Inhalte auch mit und in Bewegung vermittelt und angewendet werden. Das baut Barrieren und Hemmungen ab. Sprache wird in Aktion umgesetzt und so zu einem natürlichen Spracherlebnis. Neue Wörter oder neue Grammatikinhalte können dadurch wesentlich besser behalten werden.

Folgende Kurse eignen sich auch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Englisch A1, Stufe 5
Donnerstag, 19.09.2019, 10:30 – 12:00 Uhr

Englisch A1, Stufe 6
Donnerstag, 05.03.2020, 10:30 – 12:00 Uhr

Altes Rathaus
Dozentin: Silke Eckel-Speicher



Englisch Grundstufe I – A1, 2. Semester 2019

Innerhalb dieser Stufe erlernen Sie das Grundwissen in der Fremdsprache, das Sie dazu befähigt, mit einfachen Mitteln die Verständigung herzustellen. Sie können sich auf einfache Art ausdrücken und verstehen Ihre Gesprächspartner, wenn diese langsam und deutlich sprechen.

Die Kurse finden 1x wöchentlich à 2 Unterrichtsstunden statt. 15 Termine = 30 Unterrichtsstunden.



GRUNDPROGRAMM VORMITTAG

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1 für Anfänger	710110	Do.	19.09.19	10:30	Altes Rathaus	Selina Manno
Englisch in der Mittagspause, A1	710111	Mi.	23.10.19	12:15	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Englisch A1 Stufe 2	710210	Do.	19.09.19	09:00	Altes Rathaus	Selina Manno
Englisch A1 Stufe 3	710310	Mi.	18.09.19	09:00	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 4	710410	Mi.	18.09.19	10:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 5	710510	Do.	19.09.19	10:30	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Englisch A1 Stufe 6	710610	Mo.	16.09.19	10:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 7	710710	Mi.	18.09.19	09:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Refresher	710810	Do.	17.10.19	10:30	Altes Rathaus	Walter Verbürg

GRUNDPROGRAMM ABEND

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	711110	Mi.	23.10.19	19:30	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 2	711210	Mo.	16.09.19	19:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 3	711310	Do.	19.09.19	19:30	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 5	711510	Mo.	16.09.19	19:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 5 Intensiv	711520	Do.	17.10.19	18:00	Schule Luisenthal	Walter Verbürg
Englisch A1 Stufe 6	711610	Do.	19.09.19	18:00	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 7	711710	Mi.	18.09.19	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider





Englisch Grundstufe I – A1, I. Semester 2020

GRUNDPROGRAMM VORMITTAG

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1 für Anfänger	710110	Fr.	06.03.20	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch in der Mittagspause, A1	710111	Mi.	04.03.20	12:15	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A1 Stufe 2	710210	Do.	05.03.20	10:30	Altes Rathaus	Selina Manno
Englisch A1 Stufe 3	710310	Do.	05.03.20	09:00	Altes Rathaus	Selina Manno
Englisch A1 Stufe 4	710410	Mi.	04.03.20	09:00	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 6	710610	Mi.	04.03.20	10:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 6	710620	Do.	05.03.20	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher

GRUNDPROGRAMM ABEND

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	711010	Mo.	02.03.20	16:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	711110	Mi.	04.03.20	19:30	Altes Rathaus	Silke Eckel Speicher
Englisch A1 Stufe 2	711210	Mi.	04.03.20	19:30	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 3	711310	Mo.	02.03.20	19:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 4	711410	Do.	05.03.20	19:30	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 6	711610	Mo.	02.03.20	19:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 6 Intensiv	711620	Do.	05.03.20	18:00	Schule Luisenthal	Walter Verburg
Englisch A1 Stufe 7	711710	Do.	05.03.20	18:00	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 8	711810	Mi.	04.03.20	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider



ELEKTRO SCHMITZ GmbH

E L E K T R O F A C H B E T R I E B D E R L A N D E S I N N U N G

- Elektroinstallationen
- Zähleranlagen
- Beleuchtungsanlagen
- Reparaturen
- Sprechanlagen
- EDV-Netzwerke
- Beratung
- Verkauf

Haldenweg 8 - 66333 Völklingen
Telefon: 06898 / 3525 - Telefax: 06898 / 39643
E-Mail: kontakt@elschmitzgmbh.de



telc

LANGUAGE TESTS

Als Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer Sprachkurse können Sie an den verschiedenen telc-Prüfungen auf unterschiedlichsten Niveaustufen teilnehmen. telc – Was ist das? Wie erfahre ich, auf welchem Niveau meine Sprachkenntnisse sind und welche telc-Prüfung für mich in Frage kommt? Wo melde ich mich an, wie bereite ich mich auf die Prüfung vor, wann und wo finden die Prüfungen statt. Diese und viele weitere Fragen klären wir mit Ihnen in einem Beratungsgespräch. Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter: 06898/132587.

Ich weiß, was ich kann!

Sie haben gerade einen VHS-Sprachkurs belegt? Oder sie lernen schon seit einiger Zeit eine Fremdsprache? Egal, ob für Beruf, Schule, Studium oder für den Urlaub – zeigen Sie schwarz auf weiß, was sie gelernt haben! Mit einem telc Sprachenzertifikat.

telc auf einen Blick! Was ist telc?

telc steht für The European Language Certificates – Die Europäischen Sprachenzertifikate. Unter der Marke telc entwickelt und verbreitet die telc gGmbH, eine Tochtergesellschaft des Deutschen Volkshochschulverbandes e.V., mit zentralem Sitz in Frankfurt über vierzig Sprachprüfungen in derzeit neun europäischen Sprachen.

Leitlinie ist der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen. Ziel ist die Förderung der Mehrsprachigkeit in Europa – zur Verbesserung grenzüberschreitender Kommunikation und Mobilität, auch auf dem Arbeitsmarkt.

Immer weniger Wirtschaftsunternehmen geben sich bei der Suche nach neuen Mitarbeitern mit einem „gut in Wort und Schrift“ zufrieden, sondern erwarten ein Zertifikat mit europäischem Niveau und berufssprachlicher Ausrichtung.

Und selbst an den Schulen in Deutschland, wo in Zeugnissen lange Zeit nur Schulfächer und Schulnoten dokumentiert wurden, gibt es heute einen deutlichen Trend zu Schulzeugnissen begleitenden Kompetenznachweisen, die Jugendlichen beim Übergang ins Arbeitsleben außerordentlich hilfreich sein können.

telc-language-tests sind in 20 europäischen Ländern anerkannt.



Grundstufe 2 – A2 – 2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A2 Stufe 1	712110	Mi.	18.09.19	18:00	Altes Rathaus	Martina Schmitt
Englisch A2 Stufe 2	712120	Mo.	16.09.19	09:00	Altes Rathaus	Lorena Hauser
Englisch A2 Stufe 6	712160	Mo.	16.09.19	19:30	Altes Rathaus	Alena Lauer
Englisch A2 Stufe 6	712161	Mo.	16.09.19	17:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A2 Stufe 7	712170	Mi.	18.09.19	09:00	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Englisch A2 Move On	712200	Mo.	16.09.19	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Move on	712210	Mo.	16.09.19	09:00	Altes Rathaus	Hardy Bach

Grundstufe 2 – A2

Innerhalb dieser Stufe vertiefen Sie Ihr Grundwissen und lernen, in einfachen, routinemäßigen Situationen zu kommunizieren. Sie können Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen, Reisen oder Arbeit und zu Ihrem Alltag in der Fremdsprache vermitteln.

Die Kurse finden 1x wöchentlich à 2 Unterrichtseinheiten statt. 15 Termine = 30 Unterrichtsstunden.

Grundstufe 2 – A2 – 1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A2 Stufe 2	712120	Mi.	04.03.20	18:00	Altes Rathaus	Martina Schmitt
Englisch A2 Stufe 3	712130	Mo.	02.03.20	09:00	Altes Rathaus	Lorena Hauser
Englisch A2 Stufe 7	712170	Mo.	02.03.20	19:30	Altes Rathaus	Alena Lauer
Englisch A2 Stufe 7	712171	Mo.	02.03.20	17:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A2 Stufe 8	712180	Mi.	04.03.20	09:00	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Englisch A2 Move on	712200	Mo.	02.03.20	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Move on	712210	Mo.	02.03.20	09:00	Altes Rathaus	Hardy Bach





Firmensprachkurse mit der VHS Völklingen

Wir organisieren Ihren Firmensprachkurs:

- Wir kommen zu Ihnen in die Firma oder der Unterricht findet in unseren Räumlichkeiten statt.
- Das Unterrichtsprogramm wird speziell auf Ihre Wünsche und Zielvorgaben ausgerichtet und erstellt.
- Wir machen Sie fit für Verhandlungen, Telefongespräche, Meetings oder E-Mail-Kontakte mit Partnern und Kunden aus dem Ausland.
- Am Ende des Kurses besteht die Möglichkeit einer Abschlussprüfung nach den Maßgaben des Europäischen Referenzrahmens.

Fordern Sie ein auf Ihr Unternehmen abgestimmtes Angebot an.



VHS Sprachkurse in der Mittagspause

Vormittags und nachmittags im Beruf und am Abend zu müde für einen Sprachkurs?

Kein Problem!

Die VHS Völklingen bietet ab dem kommenden Wintersemester auch Sprachkurse für Anfänger ohne Vorkenntnisse in der Mittagspause an. Die Kurse dauern pro Tag jeweils 45 Minuten und finden einmal wöchentlich statt.

72 01 10 Italienisch A1, Stufe 1

(Für Anfänger ohne Vorkenntnisse)
 Dienstag: 12:15 Uhr – 13:00 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 11
 Silke Eckel-Speicher
 (Beginn: 22.10.2019 / 03.03.2020)

76 01 11 Französisch A1, Stufe 1

(Für Anfänger ohne Vorkenntnisse)
 Donnerstag: 12:15 – 13:00 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 11
 Martina Herrmann
 (Beginn: 24.10.2019 / 05.03.2020)

71 01 11 Englisch A1, Stufe 1

(Für Anfänger ohne Vorkenntnisse)
 Mittwoch: 12:15 – 13:00 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 11
 Silke Eckel-Speicher
 (Beginn: 23.10.2019 / 04.03.2020)

73 01 11 Spanisch A1, Stufe 1

(Für Anfänger ohne Vorkenntnisse)
 Montag: 12:15 – 13:00 Uhr
 Altes Rathaus, Raum 11
 Paula Thielen
 (Beginn: 21.10.2019 / 02.03.2020)



Aufbaustufe I – B1

Die „ersten Schritte“ liegen längst hinter Ihnen? Nun möchten Sie Ihr Niveau halten oder spielerisch ausbauen? Innerhalb dieser Stufe lernen Sie, die meisten alltäglichen Situationen sprachlich zu bewältigen. Sie können sich zusammenhängend über vertraute Themen unterhalten, über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten äußern.



Aufbaustufe 1 – B1 – 2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
English Advanced / B1	713110	Do.	19.09.19	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
English conversation / B1	713210	Fr.	20.09.19	09:00	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
English advanced / B1	713310	Mo.	16.09.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English advanced / B1	713410	Mo.	16.09.19	19:30	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English Brush Up / B1	713510	Mi.	18.09.19	10:30	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
English Brush Up / B1	713610	Mi.	18.09.19	18:00	Altes Rathaus	Frank Werle

Aufbaustufe 1 – B1 – 1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
English Advanced / B1	713110	Do.	05.03.20	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
English conversation / B1	713210	Fr.	06.03.20	09:00	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
English advanced / B1	713310	Mo.	02.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English advanced / B1	713410	Mo.	02.03.20	19:30	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English Brush Up / B1	713510	Mi.	04.03.20	10:30	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
English Brush Up / B1	713610	Mi.	04.03.20	18:00	Altes Rathaus	Frank Werle





Aufbaustufe 2 – B2

Innerhalb dieser Stufe haben Sie ausreichend Kenntnisse, um sich im privaten und beruflichen Bereich spontan und fließend zu verständigen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ist ebenso möglich wie die Diskussion zu einer Vielzahl von Themen aus allen gesellschaftlichen Bereichen.

Aufbaustufe 2 – B2 – 2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Getting on in English / B2	714010	Di.	17.09.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English conversation / B2	714110	Do.	19.09.19	09:00	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Let's get talking / B2	714210	Mo.	16.09.19	18:00	Altes Rathaus	Alena Lauer

Aufbaustufe 2 – B2 – 1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Getting on in English / B2	714010	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English conversation / B2	714110	Do.	05.03.20	09:00	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Let's get talking / B2	714210	Mo.	02.03.20	18:00	Altes Rathaus	Alena Lauer



Spanisch-Kurse

Spanisch ist nach Englisch die am meisten verwendete Sprache in der internationalen Kommunikation und darüber hinaus die offizielle Sprache in 21 Ländern in Amerika, Europa und Afrika. Von Beginn an lernen Sie, sich in wichtigen Sprachsituationen des täglichen Lebens zu verständigen. Das Training von Verstehen und Sprechen stehen im Vordergrund, das Erlernen der Grammatik erfolgt durch praktische Anwendungen mit Übungen. Außerdem erfahren Sie im Spanischunterricht viel über andere Kulturen.

2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Spanisch in der Mittagspause, A1	730111	Mo.	21.10.19	12:15	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 1 Anfänger	731110	Mi.	18.09.19	18:00	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba
Spanisch A1, Stufe 3	731310	Di.	17.09.19	19:30	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Spanisch A1, Stufe 4	731410	Do.	19.09.19	19:30	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 5	731510	Do.	19.09.19	18:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Conversación Avanzada B2	733010	Di.	17.09.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Conversación Avanzada B2	734020	Mi.	18.09.19	19:30	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba



1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Spanisch in der Mittagspause, A1	730111	Mo.	02.03.20	12:15	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 1 Anfänger	731110	Do.	05.03.20	19:30	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba
Spanisch A1, Stufe 2	731210	Mi.	04.03.20	18:00	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba
Spanisch A1, Stufe 4	731410	Di.	03.03.20	19:30	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Spanisch A1, Stufe 5	731510	Do.	05.03.20	19:30	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 6	731610	Do.	05.03.20	18:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Conversación Avanzada B2	733010	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Conversación Avanzada B2	734020	Mi.	04.03.20	19:30	Altes Rathaus	N N



Bücher für alle Fälle

Wir haben - wir bestellen - wir liefern
Bücher-Papierwaren-Bastel- und Geschenkartikel,
Zeichen- und Schulbedarf und vieles mehr..

Lesungen

Töpfern

Häkeln

Zeichnen



*Buchhandlung
Balzert*

06898 / 62707

Sprachen

Bestells hop

Ticket Regional

ecetera



Pickardstraße 31- 66346 Püttlingen
info@buchhandlung-balzert-stein.de
jetzt 24 Stunden bestellen unter:
<https://balzert.buchhandlung.de>



Sprachen lehren und lernen bei der Volkshochschule Völklingen hat viele Aspekte:

Bei der Vermittlung der Fremdsprachen steht bei uns die Verständigung in alltäglichen Situationen im Mittelpunkt. Dafür nutzen wir einerseits traditionelle Mittel wie Lehrbücher, CDs und DVDs. Der gesamte Unterricht wird jedoch zusätzlich durch den Einsatz moderner Arbeitsmittel zu einem multimedialen Erlebnis.



Wir bieten zum einen in unseren klimatisierten Räumen Internetzugang und große Flachbildschirme: So können Sie gemeinsam mit Ihren Dozentinnen und Dozenten virtuelle Rundgänge durch fremde Länder machen, sich die Zubereitung fremder Speisen per Videoeinspielung in der Fremdsprache zeigen lassen, ein Musikstück sowohl hören als auch sehen, sich Aufgaben per E-Mail zuschicken lassen usw.



Darüber hinaus stehen uns Chrome Books (Laptops) zur kostenfreien Nutzung zur Verfügung, an denen Sie im Unterricht unter Anleitung auch eine Internetrecherche zu den verschiedensten Themen machen können, die dann im Kurs Verwendung findet.

So gewinnen Sie Schritt für Schritt größere Sicherheit im Umgang mit der Fremdsprache und erhalten gleichzeitig spannende und interessante Einblicke in andere Kulturen.



Französisch-Kurse

Erlernen Sie die Sprache unserer Nachbarn und werden Sie Teil einer internationalen Sprachengemeinschaft. Über 200 Millionen Menschen auf allen fünf Kontinenten sprechen Französisch. Französisch ist zugleich Amtssprache in der UNO, der Europäischen Union, der UNESCO, der NATO und vieler internationaler Organisationen. Die direkte Nähe zu Frankreich bietet Ihnen den idealen Übungsraum beim Erwerb der französischen Sprache. Beim Einkaufen in Forbach, bei Besichtigungen in Metz oder Straßburg können Sie Ihre Kenntnisse direkt anwenden und festigen.

Haben Sie Fragen zu unserem Kursangebot? Haben Sie Vorkenntnisse und sind unsicher bei der Kursauswahl? Dann lassen Sie sich bitte kostenlos von uns beraten.

2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Französisch A1 für die Reise	760110	Fr.	20.09.19	09:00	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Französisch Mittagspause, A1	760111	Do.	24.10.19	12:15	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Französisch A1 Stufe 2	760210	Mi.	18.09.19	10:30	Altes Rathaus	Annette Bäcker
Französisch A1 Stufe 5	760510	Di.	17.09.19	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A1 Stufe 8	L760810	Di.	17.09.19	09:00	Haus der Vereine	Kurt Klein
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	761010	Do.	24.10.19	16:30	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	761110	Di.	22.10.19	18:00	Altes Rathaus	Alexander Dony
Französisch A1 Stufe 2	761210	Di.	17.09.19	19:30	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 3	761310	Di.	17.09.19	18:00	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A2 Stufe 2	762210	Do.	19.09.19	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 4	762410	Di.	17.09.19	10:30	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 7	762710	Do.	19.09.19	19:30	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Conversation simple B1	L763010	Di.	17.09.19	10:30	Haus der Vereine	Kurt Klein
Quoi de neuf? Conversation B1	763020	Do.	19.09.19	10:30	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Conversation simple B2	764010	Do.	19.09.19	18:00	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Table ronde conversation B2	764020	Mi.	18.09.19	10:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Tandemkurs B2	766010	Sa.	21.09.19	09:00	Burghof Forbach	Rose-Marie Tonnelier





1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	760110	Mi.	04.03.20	09:00	Altes Rathaus	Sébastien Dumont-Roty
Französisch Mittagspause A1	760111	Do.	05.03.20	12:15	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Französisch A1 Reise, Stufe 2	760210	Fr.	06.03.20	09:00	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Französisch A1 Stufe 3	760310	Mi.	04.03.20	10:30	Altes Rathaus	Annette Bäcker
Französisch A1 Stufe 6	760610	Di.	03.03.20	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A1 Stufe 2	761012	Do.	05.03.20	16:30	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	761110	Do.	05.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 2	761210	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Alexander Dony
Französisch A1 Stufe 3	761310	Di.	03.03.20	19:30	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 4	761410	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A2 Stufe 1	L760810	Di.	03.03.20	09:00	Haus der Vereine	Kurt Klein
Französisch A2 Stufe 3	762310	Do.	05.03.20	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 5	762510	Di.	03.03.20	10:30	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 8	762810	Do.	05.03.20	19:30	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Conversation simple B1	L763010	Di.	03.03.20	10:30	Haus der Vereine	Kurt Klein
Quoi de neuf? Conversation B1	763020	Do.	05.03.20	10:30	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Conversation simple B2	764010	Do.	05.03.20	18:00	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Table ronde conversation B2	764020	Mi.	04.03.20	10:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Tandemkurs conversation B2	766010	Sa.	07.03.20	09:00	Burghof Forbach	Rose-Marie Tonnelier





Reisen Sie sprachlich nach Italien. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen des täglichen Lebens zu verständigen. Das Training von Verstehen und Sprechen stehen im Vordergrund. Darüber hinaus üben Sie auch Lesen und Schreiben der Fremdsprache. Das Erlernen erfolgt durch die praktische

Anwendung mit
Übungen. Der
gesamte

Unterricht
wird

zusätzlich
durch den
Einsatz

modernster
Medien zu
einem

Erlebnis für alle
Sinne.

**2. SEMESTER 2019**

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Italienisch in der Mittagspause A1	720111	Di.	22.10.19	12:15	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Italienisch A1 Stufe 1 für Anfänger	721110	Di.	17.09.19	18:00	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A1 Stufe 3	721310	Mi.	18.09.19	19:15	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A1 Stufe 5	721510	Mi.	18.09.19	17:45	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A2 Stufe 1	L722010	Mi.	18.09.19	19:30	Haus der Vereine	Francesca Galati
Italienisch A2 Stufe 3	722310	Di.	17.09.19	09:00	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Italienisch A2 Stufe 8	L722810	Mi.	18.09.19	18:00	Haus der Vereine	Francesca Galati
Parliamo Italiano B1	723010	Mo.	16.09.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Chiara Paglia

1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Italienisch Urlaub A1 Stufe 1	720110	Di.	17.09.19	09:00	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Italienisch Mittagspause A1 St. 1	720111	Di.	03.03.20	12:15	Altes Rathaus	S. Eckel-Speicher
Italienisch A1 Stufe 1 Anfänger	721110	Di.	03.03.20	19:30	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A1 Stufe 2	721210	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A1 Stufe 4	721410	Mi.	04.03.20	19:15	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A1 Stufe 6	721610	Mi.	04.03.20	17:45	Altes Rathaus	Elena Lecce
Italienisch A2 Stufe 2	L722010	Mi.	04.03.20	19:30	Haus der Vereine	Francesca Galati
Italienisch A2 Stufe 4	722410	Di.	03.03.20	09:00	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Parliamo Italiano B1	L722810	Mi.	18.09.19	18:00	Haus der Vereine	Francesca Galati
Parliamo Italiano B1	723110	Mo.	02.03.20	18:00	Altes Rathaus	Dr. Chiara Paglia

Arabisch

Der Sprachkurs Arabisch vermittelt erste Grundkenntnisse, die Sie für die Kommunikation mit Ihren arabischsprachigen Bekannten oder für Ihre Arbeit benötigen.

2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Arabisch A1 Stufe 1, Anfänger	791110	Mo.	21.10.19	19:30	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 7	791710	Mo.	16.09.19	18:00	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin

1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Arabisch A1 Stufe 1, Anfänger	791110	Di.	03.03.20	18:00	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 2	791210	Mo.	02.03.20	19:30	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 8	791810	Mo.	16.03.20	18:00	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin



Les- und Schreibtraining im Grundbildungszentrum Altes Rathaus

Die VHS bietet in mehreren Niveaustufen Lesetraining, Rechtschreibung, Ausspracheübungen, Wortschatz und Grammatik an. Die Kurse laufen das ganze Jahr über. Man kann zu jeder Zeit einsteigen. Durch die Unterstützung des Ministeriums für Bildung und Kultur kann die VHS die Kurse kostenfrei anbieten. Vor jedem Kursbesuch ist eine Beratung Voraussetzung.

Terminvereinbarung für Einstufung und Beratung bei Herrn Christoph Rech unter: 0 68 98 - 13 25 97

Neue, komplette Gruppen (ab 8 Personen) möglich auf Anfrage!



15 Jahre Sprachoffensive Deutsch Kurs- und Beratungsangebote

Seit Einführung der Integrationskurse 2005 und der Zusammenarbeit mit dem Jobcenter Völklingen gab es allein bei der Volkshochschule bereits über 110 Vollzeitkurse mit mehr als 2.000 Kursteilnehmenden. Die VHS Völklingen bietet im Alten Rathaus und im VHS-Lernzentrum Luisenthal Integrationskurse am Vormittag für alle Lernniveaus an. Vorbereitende und weiterführende Kursformen finden regelmäßig statt. Die Kurszuteilung erfolgt immer nach einem Einstufungstest, Kurse starten bei ausreichender Anmeldezahl. Intensivkurse dauern bei geringen Vorkenntnissen etwa acht Monate.



Gerne berät Sie der Projektleiter der Sprachoffensive Deutsch,
Herr Christoph Rech.
Tel.: 0 68 98 / 13 25 85
E-Mail:
c.rech@vhs-voelklingen.de

Ein Service für mehr Lebensqualität:
Wir ersparen Ihnen Wege

– Wir kommen zu Ihnen –



Ihren Augen zuliebe -
kostenloser Sehtest bei uns!



IHR MOBILER
OPTIKER
D. Theobald

Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie gerne.

06824-7090266

www.ihr-mobiler-Optiker.de



Sonntag, 1. Sept. 2019, ab 12:00 Uhr

im **Deutsch-Französischen-Garten**


LEARNFEST
SAARBRÜCKEN

**Wir sind
dabei!**

Die Volkshochschule Völklingen bedankt sich bei allen Werbepartnern für die Unterstützung bei der Herstellung dieses Programmheftes.

Adams GmbH

- Hoch und Tiefbau -



Maurer- und Betonarbeiten

Haustrockenlegungen

Trockenausbau

Fliesenarbeiten

Pflaster- und Mosaikarbeiten

Asphalterneuerungen

Kanalreparaturen und Klärgrubenkurzschliessung

Kanalreinigung bis DN 250 und TV-Untersuchungen



Adams GmbH

Haldenweg 12

66333 Völklingen

Telefon: 0 68 98 / 80 6 17

Telefax: 0 68 98 / 85 11 92

Handy: 01 71 / 52 72 473

Impressum:

Herausgeber:

Stadt Völklingen
Volkshochschule

Fotografie:

Jürgen Bennoit, Karl-Heinz Schäffner,
Michael Bauer, Silke Eckel-Speicher,
Heike Putzke, Hendrik Kersten, Fotolia.de,
Pixabay, u. a.

Druck:

Druckerei Kern GmbH

v.i.S.d.P.:

Michael Bauer

Auflage:

13.000 Exemplare



Entspannung und Wohlbefinden durch Yoga

Der Weg ist das Ziel

Yoga ist nicht neu, wird aber immer beliebter. Und dies zu Recht. Denn, wer für seine körperliche und psychische Gesundheit etwas tun möchte, kann durch bewusst durchgeführte Körperübungen (Asanas) in Verbindung mit dem Atmen sein Wohlbefinden verbessern. Durch Dehnen, Kräftigen, Fühlen und Entspannen kann mehr Sensibilität für die eigenen körperlichen und psychischen Bedürfnisse entwickelt werden.



2. SEMESTER 2019

80 12 00 für Ungeübte/Anfänger
Mo. 16.09.2019, 08:30 - 10:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 10 für fortgeschr. Anfänger
Mo. 16.09.2019, 10:15 - 11:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 20 für Geübte
Mi. 18.09.2019, 10:00 - 11:30 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Anke Link-Touschong

80 12 30 für Geübte (ausgebucht)
Mo. 16.09.2019, 17:45 - 19:15 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 50 für Geübte
Do. 19.09.2019, 16:30 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Sabine Ladwein

1. SEMESTER 2020

80 12 00 für Ungeübte/Anfänger
Mo. 02.03.2020, 08:30 - 10:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 10 für fortgeschr. Anfänger
Mo. 02.03.2020, 10:15 - 11:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 20 für Geübte
Mi. 04.03.2020, 10:00 - 11:30 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Anke Link-Touschong

80 12 30 für Geübte (ausgebucht)
Mo. 02.03.2020, 17:45 - 19:15 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 50 für Geübte
Do. 05.03.2020, 16:30 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Sabine Ladwein

2. SEMESTER 2019

80 12 60

Di. 17.09.2019, 17:45 - 19:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 70

Di. 17.09.2019, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 80 auch für Anfänger

Mi. 18.09.2019, 18:15 - 19:45 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Nadine Egner

80 12 90

Mi. 18.09.2019, 19:45 - 21:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

L80 12 10 Ludw. auch für Anfänger

Mo. 16.09.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

L80 12 20 Ludw. auch für Anfänger

Mo. 16.09.2019, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

1. SEMESTER 2020

80 12 60

Di. 03.03.2020, 17:45 - 19:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 70

Di. 03.03.2020, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 80 auch für Anfänger

Mi. 04.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Nadine Egner

80 12 90

Mi. 04.03.2020, 19:45 - 21:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

L80 12 10 Ludw. auch für Anfänger

Mo. 02.03.2020, 18:00 - 19:30 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

L80 12 20 Ludw. auch für Anfänger

Mo. 02.03.2020, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

YOGA

GESUNDHEIT





Yin Yoga - Faszien Yoga

Yin Yoga ist ein sehr ruhiger passiver Yogastil. Die angestrebte Yin Yoga Wirkung liegt in der absoluten Entspannung, der Dehnung, der Wahrnehmung und dem Loslassen. Natürlich wird auch muskulär gearbeitet, aber das steht nicht im Fokus. Es fällt uns schwer, ständig angespannte Muskulatur zu entspannen und genau dieses Entspannen der Muskulatur lernen wir beim Yin Yoga. Durch das Dehnen werden die Muskeln, Bänder, Sehnen, das tiefer liegende Bindegewebe, die sogenannten Faszien, erreicht. Faszien-Verklebungen lösen sich, eine höhere Bewegungsfreiheit sowie eine Geschmeidigkeit der Gelenke werden erreicht.

Yin Yoga kann auch sehr gut bei Rückenschmerzen helfen und wirkt darüber hinaus beruhigend auf das zentrale Nervensystem und auf unseren Geist.

Entspannungsstunde mit Elementen aus Autogenem Training, Progressiver Muskelentspannung, Meditation

Stress ist zwar eine psychologische Belastung, dennoch kann er sich auch auf die körperliche Gesundheit auswirken. Dies muss nicht sein, denn Stress können Sie mit verschiedenen, einfach anzuwendenden Entspannungstechniken frühzeitig entgegenwirken.

Durch die Techniken des Autogenen Trainings, der Progressiven Muskelentspannung und Meditation, die in diesem Kurs vorgestellt werden, erlernen Sie, sich schneller und effektiv zu entspannen.



2. SEMESTER 2019

80 12 25
Mo. 16.09.2019, 13:30 - 15:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin:
 Marie Luise Elliott-Walter

80 12 26
Mo. 16.09.2019, 15:15 - 16:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin:
 Marie Luise Elliott-Walter

80 11 10
Mi. 18.09.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 11
Mi. 27.11.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

1. SEMESTER 2020

80 12 25
Mo. 02.03.2020, 13:30 - 15:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin:
 Marie Luise Elliott-Walter

80 12 26
Mo. 02.03.2020, 15:15 - 16:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin:
 Marie Luise Elliott-Walter

80 11 10
Mi. 04.03.2020, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 11
Mi. 13.05.2020, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

2. SEMESTER 2019



80 15 11
Do. 12.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
5 Termine / 10 UE
35,00 € Entgelt, Albert-Einstein-
Gymnasium



1. SEMESTER 2020

80 15 10
Mi. 04.03.2020, 09:30 - 11:00 Uhr
9 Termine / 18 UE
56,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Sabine Fricker

80 15 11
Do. 05.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr
5 Termine / 10 UE
35,00 € Entgelt, Albert-Einstein-
Gymnasium



Mehr Bewegungsfreiheit durch Feldenkrais®

Eine ganz neue Qualität von Bewegungsfreiheit

Die Feldenkrais-Methode geht davon aus, dass Bewegung dann ‚richtig‘ ist, wenn sie sich leicht und angenehm anfühlt und gerade so viel Kraft und Spannung dafür aufgewendet werden, wie nötig. Das gilt für alle Alltagsbewegungen (Wäsche aufhängen, Treppen steigen etc.) aber auch im Leistungssport und unter Musikerinnen. Dagegen sind wir oft so sehr an Anstrengung gewöhnt, dass sie uns nicht einmal mehr auffällt. Also gilt: der Schlüssel für Beweglichkeit von Leib und Seele ist die (Neu-)Entdeckung der eigenen Körperwahrnehmung in Verbindung mit kleinen, organischen, leichten Bewegungen, meist am Boden liegend.

Bitte Bodenmatte, ein großes Handtuch und bequeme warme Kleidung mitbringen.

*Somatische Lernmethode nach dem israelischen Physiker, Kampfsportler und Forscher Moshé Feldenkrais (1904 -1984).

Leichter laufen (joggen) mit: Feldenkrais®

Dieser Feldenkrais-Kurs ist für alle gedacht, die gerne laufen und mehr Leichtigkeit wollen, die mit herkömmlichen Techniken nicht weiterkommen, die Effizienz schätzen, die Schmerzen beim Laufen haben und dies ändern wollen, die viel laufen oder die mit dem Laufen schon immer anfangen wollten.

Der Kurs verbindet Feldenkrais-Bewegungslektionen im Innenraum mit Laufeinheiten draußen:

Einige Inhalte: Fußaufsatz, Barfußlaufen, Nasenatmung, Körperwahrnehmung, Schrittfrequenz



Jodelwanderung mit kleinem Jodeldiplom

„Jodelrundwanderstrecke“ etwa 5 km durch den wunderschönen Warndt Wald mit 5 atemberaubenden „Jodelstationen“ zum Erlernen des beglückenden Bergrufes. Während der Wanderung gibt's eine Vesperpause mit „Lauge & Otto“ zur allgemeinen Stärkung.

Danach ist die Prüfung zum erhofften Erhalt des verdienten „kleinen Jodeldiploms!“



2. SEMESTER 2019

80 11 80

Sa. 12.10.2019, 11:00 - 15:00 Uhr

1 Termin

15,00 €, Jagdschloss Karlsbrunn

Dozenten:

Illa Sauer & Cosima Dorn

1. SEMESTER 2020



Kaffee aus Völklingen mit Reiner Kessler

In Völklingen-Luisenthal hat sich die Firma espresso-Kessler niedergelassen. Der Familienbetrieb beschäftigt sich seit mehr als 30 Jahren mit Kaffee und Kaffeematen (Vertrieb und Reparatur). Hier wird auch eine Kaffee-Schule betrieben, wo sich private und professionelle Interessierte an verschiedenen Kaffee-Maschinen schulen lassen können.

In dem neuen Kaffee-Shop kann man viel über Kaffee erfahren und vor allem die unterschiedlichen Kaffeearten probieren. Mehr als 20 Kaffeearten werden in hoher Qualität geröstet. Die Arbeit beginnt bei der Auswahl der Kaffeepflanzen, die nachhaltig bewirtschaftet werden (naturnaher oder biologischer Anbau), der Auswahl der hochwertigen Kaffeebohnen, die schonend verarbeitet werden. Es werden nur Qualitätskaffees angeboten.

Bei unserem Besuch erfahren wir durch den Röstmeister viel über Kaffee und den Röstvorgang. Bei Kaffee und Kuchen kann man die Kaffee-Sorten ausprobieren. In dem Seminar kann man einen vertieften Einblick in das Zubereiten und Genießen von Kaffee erhalten.

33 50 10 Kaffeeseminar

Sa. 05.10.2019, 11:00 Uhr

29,90 € Entgelt, Parkstr. 3a

Besuch in der Kaffee-Rösterei

33 50 20

Fr. 11.10.2019, 14:00 Uhr

10,00 € Entgelt, Parkstr. 3a

incl. ein Stück Kuchen und eine Tasse Kaffee nach Wahl

33 50 10 Kaffeeseminar

Sa. 14.03.2020, 11:00 Uhr

29,90 € Entgelt, Parkstr. 3a

Besuch in der Kaffee-Rösterei

33 50 20

Fr. 27.03.2020, 14:00 Uhr

10,00 € Entgelt, Parkstr. 3a

incl. ein Stück Kuchen und eine Tasse Kaffee nach Wahl



2. SEMESTER 2019

80 11 50
Fr. 08.11.2019, 18:15 - 19:45 Uhr
3 Termine / 6 UE
15,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ilka Sauer



1. SEMESTER 2020

80 11 50
Fr. 06.03.2020, 18:15 - 19:45 Uhr
3 Termine / 6 UE
15,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ilka Sauer

ENTSPANNUNG / SELBSTVERTEIDIGUNG GESUNDHEIT



Muskelentspannung trifft Fantasie

Zeit für MICH! - Lassen Sie sich entspannen und gönnen Sie es sich zur Ruhe zu kommen, um neue Kraft zu schöpfen.

Entspannung ist der Weg zu mehr Gelassenheit, besserer Lebensqualität, Gesundheit und mehr Leistungsfähigkeit im Alltag! Mit Bausteinen von Progressiver Muskelentspannung, Qi Gong, Fantasiereise und Yoga erleben Sie bei wohlthuender Musik tiefste Entspannung als Stärkung für den Alltag!



80 60 10
Di. 17.09.2019, 20:00 - 21:00 Uhr
8 Termine / 8 UE
30,00 € Entgelt, GS Wehrden
Dozent: Guido Bender

In Zusammenarbeit mit dem
Verein „Karate DoJo Wehrden“

80 60 10
Di. 03.03.2020, 20:00 - 21:00 Uhr
8 Termine / 8 UE
30,00 € Entgelt, GS Wehrden
Dozent: Guido Bender

Selbstverteidigung für Frauen

Im Schnupperkurs lernen Frauen, sich richtig zu verteidigen und ihr Selbstbewusstsein in Gefahrensituationen zu stärken .

Verhalten bei Angriffen – Erlernen der richtigen Selbstverteidigungstechniken – Gegenangriffe auf Vitalpunkte – Förderung von Fitness und Beweglichkeit – Trainingselemente aus verschiedenen Kampfkunstarten wie Karate, Jiu Jutsu, Arnis, Aikido, Krav Maga u.a..

Auch für ungeübte Teilnehmerinnen jeden Alters und ohne Vorkenntnisse.





Taiji-Qigong mit Jürgen Meyer

- bewirkt eine gesunde, elastische Wirbelsäule
- führt zu beweglichen, lockeren Gelenken
- vitalisiert und entspannt das Nervensystem
- vitalisiert unser inneres Organ- und Energiesystem
- verbessert den Energiefluss in unserem Körper



Lesung und Einführung in die Meditation Qigong, Kampfkunst und Taijiquan

Taiji-Qigong ist eine ganzheitliche Methode zur Gesundheitsvorbeugung und zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte. Das Gesundheitswissen und die Übungen von Taiji-Qigong beruhen auf der Grundlage des natürlichen Energieflusses. Mit dieser Methode können wir in jedem Alter durch die Langsamkeit und Bewusstheit der Bewegung und Haltungskorrekturen unsere Lebensfreude und unseren Gesundheitszustand enorm verbessern. Durch langsame, fließende Bewegungen, die rund und weich ausgeführt werden, kann durch Konzentration auf Körper, Atem und Geist eine innere Ruhe entwickelt werden. Dadurch werden Selbstheilungskräfte aktiviert, was eine ganzheitliche Gesundheitsbildung fördert. Taiji-Qigong ist also eine besonders gute Möglichkeit, seinen Geist und seinen Körper zu pflegen und somit seine Gesundheit zu erhalten.

Taiji-Qigong in der Mittagspause

Nutzen Sie die Mittagspause, um einfache Taiji-Qigong Übungen zu erlernen. Sie fühlen sich nach dem Training frisch und sind für den Rest des Tages gut gewappnet.

Die Krankenkassen können sich an den Kursgebühren beteiligen. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse!

2. SEMESTER 2019



80 16 01
Di. 24.09.2019, 20:00 - 21:00 Uhr
 8,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,
 Referent: Jürgen Meyer



80 16 10
Di. 24.09.2019, 12:15 - 13:00 Uhr
 12 Termine / 12 UE
 40,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,
 Dozent: Jürgen Meyer

1. SEMESTER 2020

80 16 01
Di. 03.03.2020, 20:00 - 21:00 Uhr
 8,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,
 Referent: Jürgen Meyer

80 16 10
Di. 03.03.2020, 12:15 - 13:00 Uhr
 12 Termine / 12 UE
 40,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,
 Dozent: Jürgen Meyer

2. SEMESTER 2019

80 16 20
Mi. 25.09.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine / 16 UE
53,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 30
Fr. 27.09.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
4 Termine / 4 UE
18,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 13 20
Mo. 16.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 21
Di. 17.09.2019, 20:00 - 21:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 22
Do. 19.09.2019, 17:00 - 18:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

1. SEMESTER 2020

80 16 20
Mi. 04.03.2020, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine / 16 UE
53,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 30
Fr. 06.03.2020, 18:00 - 19:00 Uhr
4 Termine / 4 UE
18,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 13 20
Mo. 02.03.2020, 19:00 - 20:30 Uhr
15 Termine / 30 UE
51,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 21
Di. 03.03.2020, 20:00 - 21:30 Uhr
15 Termine / 30 UE
51,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 22
Do. 05.03.2020, 17:00 - 18:30 Uhr
15 Termine / 30 UE
51,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

TAIJI-QIGONG, PILATES GESUNDHEIT



Anfängerkurse Taiji-Qigong

Gesundheitsübungen, Kampfkunst und Selbstverteidigung - **Neben Jürgen Meyer unterrichten dessen Assistenten.**



Selbstverteidigung mit Taiji-Chuan - Kennenlern-Kurs

Taiji Chuan bildet die Basis der Selbstverteidigung und der Kampfkunst. Es stärkt das Selbstvertrauen und fördert die Selbstdisziplin, verbessert die Konzentrationsfähigkeit und entwickelt eine gesunde und elastische Wirbelsäule. Im Vordergrund stehen der schützende Aspekt des Miteinander-Übens und der partnerschaftliche Umgang miteinander. So werden die Kooperationsfähigkeit gefördert und Vorurteile abgebaut.

Pilates - Systematisches Ganzkörpertraining

Joseph Pilates ließ sich inspirieren von verschiedenen Bewegungsformen und Richtungen. Er integrierte östliche und westliche Philosophien, übernahm Übungen und Atemtechniken aus dem Yoga, und ließ Elemente aus der Gymnastik und dem Tanz einfließen. So entwickelte er eine Trainingsform, die gleichzeitig Balance, Beweglichkeit und Koordination schult und zudem den ganzen Körper auf eine sanfte und schonende Art gleichmäßig trainiert.



Wir bringen es...



...auf den Tisch

**GESUND, GESCHMACKVOLL UND FRISCH –
ZU IHNEN NACH HAUS AUF DEN TISCH.**

UNSER MITTAGSTISCH KOMMT ZU IHNEN

Sie möchten oder können nicht mehr für sich selbst kochen?
Wir liefern Ihnen Ihr hochwertiges Wunschmenü auf
Porzellangeschirr nach Hause. Täglich, frisch, unkompliziert.

ALLER LECKEREN DINGE SIND DREI

Stellen Sie sich Ihr Menü aus unseren drei
Tagesvorschlägen zusammen. Genießen Sie unsere
abwechslungsreiche Küche – ganz nach Ihrem persönlichen
Geschmack.

GUTEN APPETIT IN DEN SHG-KLINIKEN

Willkommen! – Auch vor Ort können Sie täglich frisch und
preisgünstig zu Mittag essen. Kommen Sie in unser
schönes Bistro C4 und freuen Sie sich auf eine
ausgewogene und gesunde Ernährung.

TEL. 06898/12-1215 – BISTRO C4

TEL. 06898/12-2226 – FAHRBARER MITTAGSTISCH

SHG-Kliniken Völklingen

Richardstraße 5-9; 66333 Völklingen
Haupteinfahrt und Zufahrt Parkhaus
über Pasterstraße.



Kongresszentrum SHG-Kliniken Völklingen



Pasteurstraße 11a; 66333 Völklingen

www.kongresszentrum-saar.de

info@kongresszentrum-saar.de

Tel.: 06898/12-1262

2. SEMESTER 2019

80 51 20

Di. 24.09.2019, 18:30 - 19:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Myriam Rees-Kämmer



L80 51 10 Ludweiler

Do. 19.09.2019, 20:00 - 21:00 Uhr

12 Termine / 16 UE

36,00 € Entgelt,

Kath. Pfarrsaal Ludweiler

Dozentin: Petra Weiland

L80 11 00 Ludweiler

Mo. 16.09.2019, 09:00 - 10:00 Uhr

12 Termine / 16 UE

36,00 € Entgelt, Haus d. Vereine

Dozentin: Petra Weiland

1. SEMESTER 2020

80 51 20

Di. 03.03.2020, 18:30 - 19:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Myriam Rees-Kämmer

L80 51 10 Ludweiler

Do. 05.03.2020, 20:00 - 21:00 Uhr

12 Termine / 16 UE

36,00 € Entgelt,

Kath. Pfarrsaal Ludweiler

Dozentin: Petra Weiland

L80 11 00 Ludweiler

Mo. 02.03.2020, 09:00 - 10:00 Uhr

12 Termine / 16 UE

36,00 € Entgelt, Haus d. Vereine

Dozentin: Petra Weiland

BEWEGUNG, GYMNASTIK GESUNDHEIT



Haltungs- und Wirbelsäulengymnastik

Die ausgewählten Übungen beugen degenerativen Krankheiten vor und verhelfen zu besserer Beweglichkeit und Körperhaltung. Neben einer Mobilisation der Wirbelsäule und einer Verbesserung der Dehnfähigkeit der beteiligten Muskeln wird bei regelmäßiger Durchführung über mehrere Wochen auch eine Kräftigung der Rückenmuskulatur erreicht.

Eine Unterrichtsstunde besteht aus Aufwärmen, Mobilisieren, Dehnen und Kräftigen der betroffenen Muskelgruppen. Als "cool down" sind am Ende rückengerechte Spiele oder Entspannungsübungen vorgesehen. Diese Kurse ersetzen keine Einzelbehandlungen durch Krankengymnastik. In Zweifelsfällen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt.



Sanfte Rückenfitness (Wirbelsäulengymnastik)

Gesundheitskurse können von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden. Informieren Sie sich bitte direkt bei Ihrer Kasse. Eine Teilnahmebescheinigung stellen wir gerne nach Abschluss des Kurses aus.



Sanfte Fitnessgymnastik zum Wochenbeginn

Das Programm bietet einen Ausgleich zum stressigen Arbeitstag. Der Kurs beinhaltet eine ausgewogene Mischung von Ausdauertraining, Muskelkräftigung und zum Abschluss wohltuenden Entspannungsübungen.



Zumba® -Fitness

Zumba® Fitness ist ein Tanzfitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, das leicht zu erlernen ist, jede Menge Kalorien verbrennt und Spaß macht.

Zumba® enthält Tanz- und Fitteselemente. Die Choreografie verbindet verschiedene Tanzvariationen wie Salsa, Merengue, Cumbia, Hip Hop mit klassischen Fitness-Elementen. Die Bewegungsabläufe sind mal langsam, mal schnell, dadurch ist ein optimales Training gewährleistet.



Zumba-Gold® -Fitness (für Akademiemitglieder frei)

Speziell für sowohl ältere und aktive Menschen als auch für Menschen, die Ihre Koordination und Kondition langsam und gezielt aufbauen möchten ist ZUMBA-Gold® entwickelt worden. Alle Elemente aus den klassischen ZUMBA®-Kursen sind enthalten und werden speziell auf die Bedürfnisse der Teilnehmer ausgerichtet.

2. SEMESTER 2019

80 55 21
Di. 17.09.2019, 17:30 - 18:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 22
Do. 19.09.2019, 18:30 - 19:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

L80 55 20 Ludweiler
Mo. 16.09.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozent: Frank Meiser

L80 55 21 Ludweiler
Fr. 13.09.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Anja Heinrich

**Vor dem Herbst-Semester
 bieten wir Schnuppertermine
 an. Informieren Sie sich im
 Sekretariat der VHS.**

80 55 25
Di. 17.09.2019, 15:30 - 16:30 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

1. SEMESTER 2020

80 55 21
Di. 03.03.2020, 17:30 - 18:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 22
Do. 05.03.2020, 18:30 - 19:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

L80 55 20 Ludweiler
Mo. 02.03.2020, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozent: Frank Meiser

L80 55 21 Ludweiler
Fr. 06.03.2020, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 25
Di. 03.03.2020, 15:30 - 16:30 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

2. SEMESTER 2019

L80 53 21 (Ludweiler)
Fr. 27.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
35,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: K. Schmidt-Chiarelo

1. SEMESTER 2020

L80 53 21 (Ludweiler)
Fr. 06.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
35,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: K. Schmidt-Chiarelo

80 55 20
Di. 17.09.2019, 16:30 - 17:30 Uhr
15 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
Dozentin: Anja Heinrich

80 55 20
Di. 03.03.2020, 16:30 - 17:30 Uhr
15 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
Dozentin: Anja Heinrich



Orientalischer Tanz / Bauchtanz für Anfänger und Mittelstufe

Orientalischer Tanz als Ausdruck der Musik und Lebensfreude macht Spaß und trainiert auf sanfte Weise den ganzen Körper. Die unterschiedlichen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar. Kaum genutzte Muskeln, vor allem im Bauch- und Hüftbereich, werden mobilisiert.



Fit und entspannt in den Abend

Das Programm bietet einen Ausgleich zum stressigen Arbeitstag. Der Kurs beinhaltet eine ausgewogene Mischung von Ausdauertraining, Muskelkräftigung und zum Abschluss wohltuenden Entspannungsübungen.

Vor Semesterbeginn finden je zwei Schnuppertermine statt. Infos im VHS-Sekretariat.



Schulungs- und Veranstaltungsstätten der VHS Völklingen

Altes Rathaus

Bismarckstr. 1, 66333 Völklingen

Lernzentrum Luisenthal

Ehemalige Grundschule, Neue Straße 14, 66333 Völklingen, Luisenthal

Außenstelle Ludweiler

Haus der Vereine, Am Bürgermeisteramt 1, 66333 Völklingen, Ludweiler

Keramikzentrum Röchling-Höhe

Grundschule, Darmstädter Str. 18, 66333 Völklingen, Röchling-Höhe

VHS-Kochstudio Geislautern

Grundschule Geislautern, Schlossstraße 21, 66333 Völklingen, Geislautern

Weinseminare

Vereinsraum der Lauterbachhalle, Fröbelstraße 14, 66333 Völklingen, Lauterbach

Bewegungs- und Entspannungsseminare

Gymnastikhalle des Marie-Luise-Kaschnitz-Gymn., Lortzingstr. 2, 66333 Völklingen

Kl. Turnhalle des Albert-Einstein-Gymn., Hohenzollernstr. 28, 66333 Völklingen

Gymnastikraum des kath. Pfarrheims, Spessartstr. 2, 66333 Völklingen, Ludweiler

TaiJi-Schule Jürgen Meyer, Marktstr. 8, 66333 Völklingen

Spezialitäten-Metzgerei Niebes

Ihr Partner für gesunde Ernährung

natürlich - lecker - gesund



*Poststraße 38, Völklingen
Tel.: 06898 / 22198*



Partner von „Völklingen lebt gesund!“

2. SEMESTER 2019

89 10 10 (Mo./Fr.)
Mo. 16.09.2019, 18:00 - 18:45 Uhr
14 Termine/14 UE
60,00 € Entgelt,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 11
Fr. 06.09.2019, 19:00 - 19:45 Uhr
12 Termine / 12 UE
Entgelt frei,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 12
So. 15.09.2019, 10:00 - 11:30 Uhr
10,00 € Entgelt,
WKE Alte Völklinger Hütte
Dozent: Werner Gebhard



1. SEMESTER 2020

89 10 10 (Mo./Fr.)
Mo. 23.03.2020, 18:00 - 18:45 Uhr
14 Termine/14 UE
60,00 € Entgelt,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 11
Fr. 08.05.2020, 19:00 - 19:45 Uhr
12 Termine / 12 UE
Entgelt frei,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 12
So. 07.06.2020, 10:00 - 11:30 Uhr
10,00 € Entgelt,
Friedhof Heidstock
Dozent: Werner Gebhard



Lauftreff für Anfänger

Im Rahmen des Projektes „Völklingen lebt gesund!“ bietet die VHS Laufkurse für Anfänger an. Diese Kurse werden in Zusammenarbeit mit erfahrenen Lauftrainern durchgeführt. Lassen Sie sich vor der Teilnahme Ihre Lauftauglichkeit von Ihrem Hausarzt bescheinigen. Der Laufkurs findet ganzjährig statt, außer bei extrem schlechten Wetterbedingungen. Die Kurse werden von Laufsporttrainer Werner Gebhard in Zusammenarbeit mit der LWG (Laufsport Werner Gebhard) durchgeführt. Dabei gibt es praktische Tipps zum eigenen Laufmanagement, sowie zur Laufkleidung und den Laufschuhen.

VHS-LAUFTREFF für fortgeschrittene Läufer

Zum VHS LAUFTREFF, den die Volkshochschule (VHS) Völklingen über ihren Kooperationspartner LAUFSPORT WERNER GEBHARD (LWG) veranstaltet, besteht die Möglichkeit, in einer geführten Gruppe sicher zu laufen. Dabei vermittelt Profi-Lauftrainer Werner Gebhard in Theorie und Praxis Wissenswertes rund um das Thema "Laufen" und macht sie fit für Ihre weiteren "Laufziele".

Geführte Lauf Touren:

Jasmin Sticher und Werner Gebhard präsentieren die zwanzig schönsten Laufstrecken im Saarland im Laufbuch Saar, das bei dem Conte-Verlag erschienen ist. Die beiden Völklinger Strecken kann man gemeinsam mit Lauftrainer Werner Gebhard erlaufen.

Die Völklinger Tour

Die Völklinger Tour führt vom Weltkulturerbe Völklinger Hütte in den Fürstenhäuser Wald bis ins Neubaugebiet Geislautern.

Die Völklinger Fünf-Hügel-Tour

Die Völklinger Fünf-Hügel-Tour führt vom Friedhof Heidstock in Richtung Püttlingen zum Wasserturm Völklingen.



Abel + Schäfer

Tradition & Innovation

Familienunternehmen

seit über 120 Jahren



Abel + Schäfer Völklingen
Tel.: 0 68 98 / 97 26 - 0

KOMPLET Berlin
Tel.: 0 30 / 72 39 72 - 0

info@komplet.com
www.komplet.com

2. SEMESTER 2019

89 00 23 Aqua-Fit
Di. 17.09.2019, 14:30 - 15:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 25 Aqua-Power
Do. 19.09.2019, 19:30 - 20:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 21 Aquatic-Fitness (Mo./Fr.)
Mo. 16.09.2019, 20:00 - 21:00 Uhr
5,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Dorothee Fuchs

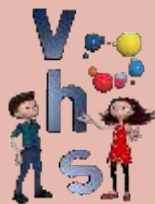
35 00 60
So. 10.11.2019, 14:00 - 15:30 Uhr
5,00 € Entgelt
Stadtbad, VK

1. SEMESTER 2020

89 00 23 Aqua-Fit
Di. 03.03.2020, 14:30 - 15:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 25 Aqua-Power
Do. 05.03.2020, 19:30 - 20:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 21 Aquatic-Fitness (Mo./Fr.)
Mo. 02.03.2020, 20:00 - 21:00 Uhr
5,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Dorothee Fuchs



35 00 64
Mi. 13.05.2020, 17:00 - 20:00 Uhr
Abschlussfahrt:
So., 17.05.2020, 10:00 - 16:00 Uhr
20,00 € Entgelt

In Zusammenarbeit mit dem
Kanuclub Völklingen

BEWEGUNG

GESUNDHEIT



**Wassergymnastik „Aqua-Fit“
und „Aqua-Power“ im
Stadtbad**

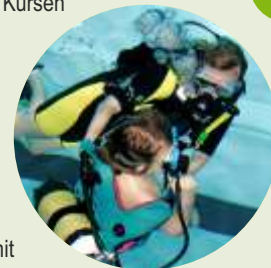
**Aqua-Power während der Freibad-
Saison bereits ab 19.00 Uhr**

**Aquatic-Fitness mit dem
Schwimmverein 09**

¹Anmeldung zu diesen Kursen
direkt im Stadtbad!

Schnuppertauchen

Sie wollten schon immer einmal am eigenen Leib erfahren, wie es sich anfühlt, unter Wasser zu atmen. Machen Sie den ersten Schritt durch das Tor zu einer anderen und faszinierenden Welt: der Unterwasserwelt! Zur Teilnahme sind Schwimmkenntnisse erforderlich! In Zusammenarbeit mit dem Tauchclub Blue Delphin.



Mit dem Kanu unterwegs

Einen Einblick in die facettenreiche Welt des Kanusports ermöglicht Dir der Kanu-Club Völklingen im Rahmen dieses Kajakkurses. Denn auch auf dem Wasser kann man Wandern! Mit dem Kanu bewegst du dich mit eigener Muskelkraft auch über größere Distanzen. Dazu muss man natürlich die richtigen Techniken beherrschen, die du an einem Übungsnachmittag auf der Saar und einer Tagestour erlernen kannst. Natürlich kann man im Kanuclub auch die Sparten Canadier, Outrigger, Drachenboot und Stand-up-Board kennen lernen.

Volkshochschule der Stadt Völklingen Telefon: 0 68 98 / 13 25 97



Hartmut BRAUN

Meisterbetrieb

GIPS UND VERPUTZ

Alles aus einer Hand:

Wärmedämmverbundsystem

Metall- und Mineralfaserdecken

Moderner Trockenausbau

Altbausanierung

Fassadenanstriche

Vermietung von Kondensrocknern

66352 Großrosseln

Tel. 0 68 09 / 5 67

Fax 0 68 09 / 79 74





2. SEMESTER 2019



1. SEMESTER 2020



Lay-Reisen on Tour: Weinlehrfahrten mit Heinz Gerhard Rouget

Ergänzend zu unseren Weinseminaren bietet Lay-Reisen on Tour unter sachkundiger Führung von Gerhard Rouget Weinlehrfahrten an. Wir besuchen in einer kleinen Gruppe von max. 20 Personen Spitzenweingüter der jeweiligen Weinregionen. Dabei erfolgt neben dem Empfang und der Degustation auf Referenzdomänen eine Entdeckung der regionalen Gastronomie und des kulturhistorischen Umfelds der Weine.

Die Volkshochschulen des Regionalverbandes Saarbrücken und die VHS Völklingen sind Vermittler, Reiseveranstalter ist Lay-Reisen on Tour.

30 10 10

Fr., 25.10.2019

13:15 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)

13:30 Uhr (Schlossplatz SB)

Entgelt: 85,00 €



Pfalz – Wachenheim

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne in Wachenheim, Ortsbesichtigung, Gelegenheit zu einem Menü mit Weinbegleitung in einem Weingut.

30 10 11

Fr., 29.11.2019

13:15 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)

13:00 Uhr (Schlossplatz SB)

Entgelt: 85,00 €

Elsass – Kaysersberg

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne, Gelegenheit zu einem Menü mit Weinbegleitung in einem Restaurant in Kaysersberg, Stadtbesichtigung.



30 10 10

Fr., 03.04.2020

12:45 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)

13:00 Uhr (Schlossplatz SB)

Entgelt: 85,00 €

Württemberg – Heilbronn

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne, Gelegenheit für ein Menü mit Weinbegleitung in einem Restaurant in Heilbronn.

30 10 11

Fr., 15.05.2020

6:15 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)

6:30 Uhr (Schlossplatz SB)

Entgelt: 100,00 €

Champagne – Côte des Blancs

Empfang auf einer Referenzdomäne an der Côte des Blancs, Gelegenheit zu einem Mittagsmenü mit Weinbegleitung in einem Restaurant.



Die VHS Völklingen veranstaltet seit vielen Jahren Weinseminare in Lauterbach. Weinfachleute und Weinhändler aus dem Saarland und darüber hinaus kommen nach Lauterbach, um dort an Themenabenden Regionen, Rebsorten und Weine vorzustellen. Die Seminare geben Gelegenheit, außergewöhnliche Weine aus einzelnen Regionen kennen zu lernen.

Konzeption: Heinz Gerhard Rouget

Spanische Weine und Käse

Rafael Gonzales bringt Käsespezialitäten aus den Bergen seiner spanischen Heimat mit. Dazu gibt es feine und passende Weine aus seinem Iberbodega-Sortiment.

Gast: Rafael Gonzales, Iberbodega – Frankfurt.

Südfrankreich

Christian Löw präsentiert Weine von der südlichen Rhône aus Gigondas, Vacqueyras und Châteauneuf du Pape und aus dem nördlichen Languedoc, dem Minervois und der AOC Faugères.

Gast: Christian Loew, LoewWeine – Quierschied

Lombardei

Besondere Schaumweine von Lago d'Isseo, feine Rotweine aus dem Valtellina und trendige Weißweine vom Gardasee.

Gast: Jean Matuchno, Weinkonsultant Weinhandel Jacopini – Neunkirchen

Jahresabschlussabend

Teilnehmer präsentieren ihren Lieblingswein des Jahres.

Moderation: Heinz Gerhard Rouget

2. SEMESTER 2019

88 10 10

Do. 21.11.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 20

Di. 26.11.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 30

Di. 03.12.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 40

Di. 10.12.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

1. SEMESTER 2020

VHS Weinseminare in Lauterbach

Alle Veranstaltungen finden, sofern nicht anders angegeben, um 19:30 Uhr im Vereinsraum der Lauterbachhalle statt. Das Entgelt beträgt pro Seminar 8,00 Euro.

Die verkosteten Weine werden in Umlage an den Dozenten gezahlt.



2. SEMESTER 2019

88 10 50

Di. 21.01.2020, 19:30 - 22:30 Uhr



1. SEMESTER 2020

88 10 10

Di. 12.05.2020, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 20

Di. 19.05.2020, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 30

Di. 26.05.2020, 19:30 - 22:30 Uhr



Italien - Inselweine

Domenico Sciascia stellt Weine von Sizilien, Sardinien, Elba und den Liparischen Inseln vor. Dazu gibt es Antipasti.

Gast: Domenico Sciascia, Weinhandel Domenico's – Bous

Griechenland

Jean Eric Eißmann präsentiert Referenzweine von der Peleponnes und den griechischen Inseln und legt dabei den Fokus auf autochthone Rebsorten wie Agiorgitiko oder Assyrtiko und von Kritikern gelobte Weingüter.

Gast: Jean Eric Eißmann, Weinsommelier



Weine der Großregion

Neues Jahr, neues Glück! Der neue Jahrgang 2019 an Mosel/Saar und in Luxemburg.

Gast: Christian Loew, LoewWeine – Quierschied

Bourgogne Rotweine

Topweindegustation von biologischen Spitzen-Pinot Noirs der Bourgogne mit Dr. Michael Diener

Gast: Dr. Michael Diener, Weinkosmos – Saarbrücken



Feine Hobbyküche nur für Männer

Der Kurs führt in die große Küche der unterschiedlichen Länder ein. „Chefkoch“ Giovanni De Nigris entführt Sie in ein Land oder eine Region und kocht mit Ihnen auserlesene und prämierte Rezepte. Eine Vorspeise, ein Hauptgericht sowie eine Nachspeise stehen jeweils auf dem Programmplan.

Feine Hobbyküche für Männer und Frauen

Menüs aus der Gourmetküche



Gemeinsam mit Chefkoch Giovanni de Nigris bereiten wir an jedem Kursabend ein Menü aus Vorspeise, Hauptgericht und Nachtisch zu. Giovanni de Nigris verwendet für seine Gerichte nur frische und qualitativ hochwertige Zutaten an Fisch, Fleisch, Gemüse und Kräutern, vorwiegend aus der mediterranen Küche. Natürlich dürfen Olivenöle und Essige nicht fehlen. Abgestimmt zu den verschiedenen Gängen sucht der Weinspezialist die passenden Weine aus. Nun das

Besondere: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer

können für den nächsten Kurstag Wünsche äußern und Vorschläge machen. Gemeinsam wird dann entschieden, was zubereitet wird. Giovanni de Nigris: Fast alles ist möglich!

Die Zutatenumlage beträgt pro Termin ca. 15,00 bis 25,00 €.

2. SEMESTER 2019

91 10 10
Di. 17.09.2019, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 20
Di. 01.10.2019, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 30
Mi. 18.09.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 40
Mi. 02.10.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

1. SEMESTER 2020

91 10 10
Di. 11.02.2020, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 20
Di. 03.03.2020, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 30
Mi. 12.02.2020, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 40
Mi. 11.03.2020, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris



2. SEMESTER 2019

L91 00 10

Sa. 19.10.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 20

Di. 29.10.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 30

Di. 19.11.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 40

Sa. 23.11.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

1. SEMESTER 2020

L91 00 10

Sa. 21.03.2020, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 20

Do. 26.03.2020, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 30

Sa. 28.03.2020, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 40

Di. 28.04.2020, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine



KOCHEN MIT FRANCESCA GALATI GESUNDHEIT



Italienisch kochen: Inverno-Tempo di Festeggiare in Famiglia

Inverno-Tempo di Festeggiare in Famiglia - Winterliche Gerichte - auch für Familienfeste:

Die italienische Küche bietet eine Vielfalt an Wintergerichten und diese auch für festliche Gelegenheiten.

Verdura, Verdura, Verdura - Dall' Antipasto fino al Dessert

Verdura - dall' Antipasto fino al Dessert - Gemüse, Gemüse - von Antipasti bis Dessert:

Italienische Gemüseküche von Antipasti über Nudel- und Fleischgerichte bis hin zu einem Dessert, das Sie überraschen wird.





Essen Sie sich schön!

Wir kochen vitalstoffreiche Gerichte, die lecker und leicht sind und darüber hinaus den Körper mit Vitalstoffen gut versorgen. Die Dozentin zeigt Ihnen, wie einfach es ist, sich gut und gesund zu ernähren. Wobei der Fokus immer auf die Freude am Kochen und natürlich am Essen gelegt wird. Die Themen orientieren sich an Aktuellem und den Jahreszeiten.

So stehen Ausflüge in die Detox-Küche, die Superfood-Küche, die Steinzeit und die Hildegard-Küche oder die Mittelmeerküche auf dem Programm, wobei Teilnehmerwünsche auch gerne aufgegriffen werden. Zu jedem Termin erhalten Sie ein ausführliches Manuskript mit allen Rezepten und wichtigen Informationen.



Kochen für Anfänger - nur für Männer

Sie wollen am Abend nach der Arbeit nicht mehr viel Zeit in die Essenszubereitung investieren. Aber dennoch lieben Sie die gesunde und schmackhafte Küche. Wie geht das?

In diesem Kurs erlernen oder vertiefen Sie die Grundtechniken des Kochens. Sie lernen, wie man leckere Gerichte mit geringem Zeitaufwand zubereitet. Und wenn Gäste kommen, auch kein Problem: schnell, einfach, schmackhaft!

2. SEMESTER 2019

91 40 50
Do. 26.09.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 40 51
Do. 14.11.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 40 52
Do. 16.01.2020, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 50 10
Do. 24.10.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
 2 Termine / 10 UE
 17,00 € Entgelt, Küche
 Schloßparkschule
 Dozent: Josef Bohnenberger

1. SEMESTER 2020

91 40 50
Do. 05.03.2020, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 40 51
Do. 14.05.2020, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

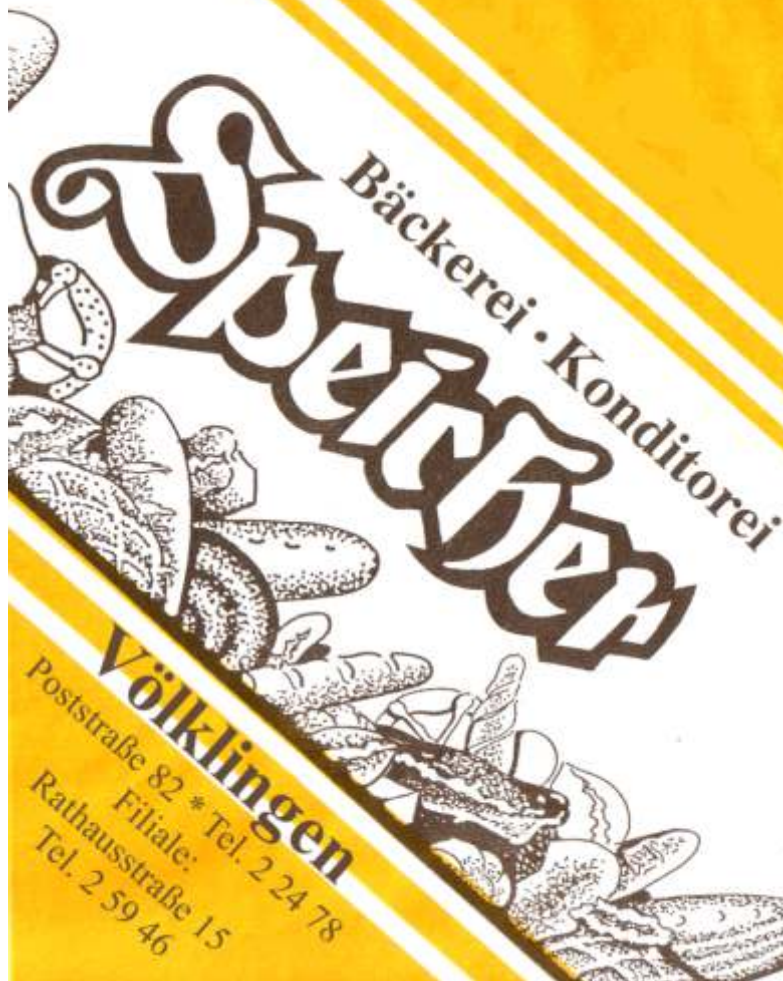
91 50 10
Do. 12.03.2020, 17:30 - 21:15 Uhr
 2 Termine / 10 UE
 17,00 € Entgelt, Küche
 Schloßparkschule
 Dozent: Josef Bohnenberger



Steinbecker

Bäckerei · Konditorei

Völklingen
Poststraße 82 * Tel. 2 24 78
Filiale:
Rathausstraße 15
Tel. 2 59 46



Wir bringen's ins Haus –
zuverlässig,
täglich,
kostenlos!



Top-Lieferfähigkeit!

Wir verfügen über ein umfangreiches Sortiment in unserem Warenbestand und garantieren eine zeitnahe Versorgung. Bestmögliche Lieferfähigkeit ist für uns ein Muss. Sollte ein gewünschter Artikel einmal nicht vorrätig sein, kein Problem: **Wir bringen's ins Haus oder an den Arbeitsplatz – zuverlässig, täglich, kostenlos!**

Kostenfreie Bestell-Hotline 0800 900 2004

 **LANDMANN**
GESUNDLADEN 
APOTHEKER OLIVER BLANK

 **LANDMANN**
HOME CARE 
APOTHEKER OLIVER BLANK

 **LANDMANN**
KOSMETIK 
APOTHEKER OLIVER BLANK

Nutzen Sie unser
LandMark-
Prämiensystem!

 **LANDMANN**

APOTHEKE OLIVER BLANK
V Ö L K L I N G E N

Apotheker u. Dipl.-Kaufmann Oliver Blank
Moltkestraße 5 · 66333 Völklingen
Tel.: 0 68 98/2 90 10 · Fax: 0 68 98/29 01 29
www.apotheke-landmann.de





Der Herbst lässt grüßen

Nicht nur die Natur bietet jetzt ein farbenfrohes Schauspiel, auch kulinarisch hat der Herbst so einiges zu bieten. Denn Herbststimmung macht Appetit auf Kürbis, Kastanien, Pilze, Wildgerichte & Co.

Weihnachtsmenü

Die Krönung der Weihnachtsfeiertage ist in vielen Familien ohne Frage ein festliches Menü. Egal, ob Sie eher die klassische Variante mit Gans oder die etwas leichtere mit Fisch oder mal etwas ganz anderes ausprobieren möchten, hier gibt es Anregungen, wie Ihr Weihnachtsmenü aussehen könnte.

Frühlingsküche

In diesem Kurs erhalten Sie viele Anregungen für eine leichte und gleichermaßen schmackhafte Küche. Die Zauberformel heißt Leichtigkeit und Ausgewogenheit mit Zutaten, die der Frühling bietet. Ein wesentlicher Bestandteil sind frische Kräuter, Frühlingsgemüse und Obst.

Sabine kocht ...

... mit Ihnen!

Viele kennen Sabine Geiter als Köchin und Inhaberin der ehemaligen 8bar. An verschiedenen Themenabenden stellt sie eine kalorienbewusste Ernährung mit regionalen Produkten vor. Dabei kommen vegetarische, orientalische und saisonale Rezepte zum Einsatz, die teilweise auf der Speisekarte der 8bar standen. Die Kurse sind auch für Vegetarier geeignet!

Feine Kartoffelküche

Ob Suppe, Auflauf oder würzig gefüllt. Hier werden köstliche Varianten der erdigen Knolle edel serviert!

2. SEMESTER 2019

91 20 10
Mi. 13.11.2019, 17:30 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlossparkschule
 Dozentin: Edith Loew

91 20 20
Do. 28.11.2019, 17:30 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlossparkschule
 Dozentin: Edith Loew

1. SEMESTER 2020



91 20 10
Do. 26.03.2020, 17:30 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlossparkschule
 Dozentin: Edith Loew

*Sabine kocht...
 ... mit Ihnen!*

91 60 10
Di. 24.09.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

2. SEMESTER 2019

91 60 20

Di. 19.11.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 30

Di. 21.01.2020, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule



1. SEMESTER 2020



91 60 10

Di. 07.04.2020, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 20

Di. 12.05.2020, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 30

Di. 26.05.2020, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

KOCHEN MIT SABINE GEITER GESUNDHEIT



Herzhafte Klassiker

Schnitzel und Frikadellen mal ganz anders: mit verschiedenen Panaden und Füllungen oder mal ganz ohne Fleisch.... Lassen Sie sich überraschen!

Das Beste aus der Nudelwelt

Pasta ist das perfekte Gericht für den Alltag, denn sie ist schnell und einfach zubereitet - und dabei so vielseitig und köstlich, dass eigentlich von Alltag gar keine Rede sein kann...

Frühlingsküche mit Bärlauch

Zu den ersten Frühlingsboten in der Natur gehört der Bärlauch. Ein frisch zubereitetes Pesto aus Bärlauch ist vielseitig zu verwenden, z.B. mit Pasta, als Suppe, Soße, Dressing oder einfach ins Omelett.

Frühlingsküche mit Spargel und Erdbeeren

Wir freuen uns in jedem Jahr auf die beginnende Spargelzeit. Im Kurs bereiten wir verschiedene Spargelgerichte zu, wie z.B. Spargel mit Schinken, Parmesan oder Orange, Erdbeeren mit Balsamico und Pfeffer oder mit Minze.

Sommerküche mit Fisch und Obst

In der heißen Jahreszeit sind leichte Gerichte wie Mango-Avokado-Salat oder eine leckere Melonen-Salsa besonders willkommen.



Alles geritzt - Einführung in die Technik der Radierung - Workshop mit Christel Traut

In diesem Kurs werden die verschiedenen Möglichkeiten der Radierung vermittelt, ausgehend von den klassischen Techniken wie z.B. Kaltnadel, Strichätzung oder Aquatinta bis hin zu experimentellen Versuchen bei Ätzvorgängen und Druckverfahren. Durch Anleitung im technischen Bereich und individuelle Unterweisung im künstlerisch-gestalterischen Bereich wird die Entwicklung zum selbständigen Arbeiten, also von der Plattenvorbereitung bis hin zum Druck, angestrebt. Schwerpunkt wird in dem Kurs auf die experimentellen Techniken gelegt.

Entgelt für 4 Teilnehmer: 40,00 €
Entgelt für 5 Teilnehmer: 30,00 €
Entgelt ab 6 Teilnehmer: 25,00 €



Dekorative Kerzen für verschiedene Anlässe selbst gemacht

Kerzen begleiten uns durch unser ganzes Leben. Sie bringen Gemütlichkeit und Wärme in den Alltag und verschönern besondere Ereignisse wie Geburtstage, Taufen, Kommunion und Konfirmation, Hochzeiten sowie Ostern und Weihnachten. Persönlich gestaltete Kerzen sind etwas ganz Besonderes, sie verleihen jedem Fest eine feierliche Atmosphäre. Auch als kleines sehr persönliches Geschenk ist eine schöne, selbst gestaltete Kerze immer willkommen.



2. SEMESTER 2019

20 14 20
Di. 17.09.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
3 Termine / 9 UE
25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Christel Traut

1. SEMESTER 2020

20 14 20
Di. 03.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
3 Termine / 9 UE
25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: Christel Traut

20 60 10
Mi. 18.09.2019, 15:00 - 17:15 Uhr
6 Termine / 18 UE
32,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Noack

20 60 10
Mi. 04.03.2020, 15:00 - 17:15 Uhr
6 Termine / 18 UE
32,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Noack

Entgeltfrei für Mitglieder der Seniorenakademie

Materialkosten: Kerzen und Wachsplatten können bei der Dozentin erworben werden (Kosten ca. 5,00 - 7,00 €) oder Sie bringen eigenes Material mit.

2. SEMESTER 2019

Fr., 06.09.2019, 18:00 Uhr

Fr., 11.10.2019, 18:00 Uhr

Fr., 08.11.2019, 18:00 Uhr

Fr., 14.02.2020, 18:00 Uhr

1. SEMESTER 2020



Fr., 13.03.2020, 18:00 Uhr

Fr., 08.05.2020, 18:00 Uhr

Fr., 05.06.2020, 18:00 Uhr

AUSSTELLUNGEN

KULTUR



Ausstellung VHS Kurs Acrylmalen der Dozentin Eva Müller

Ausstellung vom 06.09. – 25.09.2019

Ausstellung zur 55jährigen Städtepartnerschaft Völklingen / Forbach

Ausstellung vom 11.10. – 06.11.2019

Autoren des Fotoclubs Völklingen stellen aus Fotografieren: Malen mit Licht

Ausstellung vom 08.11. – 27.11.2019

VHS Malkurse Evelyn Bachelier

Ausstellung vom 14.02. – 11.03.2020

Zeichnungen von Kurt Heinemann

Ausstellung vom 13.03. – 09.04.2020

Grenzüberschreitender Künftleraustausch Klein Père et Fils, pastel et graphite

Ausstellung vom 08.05. – 29.05.2020

Werkstücke von Mohammed Al Jumaili

Ausstellung vom 05.06. – 24.06.2020



Kreativität, Freude und Lebenskunst

Erfahren Sie, wie viel Spaß es macht, mit kinderleichten Methoden der (alltäglichen) Inspiration und Lebensfreude auf die Sprünge zu helfen: z.B. „blindes Konturenzeichnen“, Zufallstechniken (das kreative Chaos wider dem Perfektionismus) „Fundstücke“-Collage (auf Holz oder Leinwand), Farbmeditation, experimentelle Acrylmalerei.

Aquarell leicht gemacht

Wir lernen die Techniken des Farbmischens, der Nass-in-Nass-Malerei, des Lavierens und Lasierens kennen. Nach einer Vorführung bleibt genügend Raum zum Üben.

Spontan Zeichnen

Zeichnen kann jeder! Wir erfahren durch verschiedene Zeichenexperimente, wie leicht es sein kann, wenn wir den Fokus weg vom Endprodukt hin auf den Prozess verschieben. Ganz nebenbei schaffen wir lebendige Zeichnungen.

Gegenstand und Abstraktion

Wir lernen Kontraste zu setzen, unsere Motive zu abstrahieren, den Farbauftrag zu wechseln. Wir erfahren Interessantes zum Bildaufbau und probieren verschiedene Techniken aus: Malen mit Wachsstiften, Kreide, Kohle, Tusche und Aquarellfarben.

Landschaft im Aquarell

Mit wenigen Pinselstrichen das Wesentliche erfassen! Wir malen anhand von Skizzen, Fotos oder von Eindrücken aus der Natur. Spontane Skizzen entfalten dann Ihre Wirkung im Aquarell.

Farbe und mehr

Egal ob Kreide, Aquarell oder Acryl, ob gegenständlich oder abstrakt. Dieser Workshop eignet sich für Einsteiger oder bereits Fortgeschrittene. Der Kurs ist für alle gedacht, die sich auf ein intensives Farberlebnis einlassen wollen.

2. SEMESTER 2019

80 14 20
Fr. 22.11.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin:
Annette Bachmann-Vicktor

20 13 40
Fr. 27.09.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 UE
12,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 41
Fr. 15.11.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 UE
12,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf



1. SEMESTER 2020

80 14 20
Fr. 13.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin:
Annette Bachmann-Vicktor



20 13 40
Fr. 20.03.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 UE
12,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 41
Fr. 08.05.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 UE
12,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 42
Fr. 05.06.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 UE
12,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf



2. SEMESTER 2019

20 13 10
Mi. 18.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
 10 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 20
Di. 17.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
 10 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 30
Mo. 16.09.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
 5 Termine / 10 UE
 17,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

L20 15 10
Do. 26.09.2019, 17:00 - 19:15 Uhr
 8 Termine / 24 UE
 41,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Iris Klis

1. SEMESTER 2020

20 13 10
Mi 04.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr
 10 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 20
Di. 03.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr
 10 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 30
Mo. 02.03.2020, 18:30 - 20:00 Uhr
 5 Termine / 10 UE
 17,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozent: Horst Reinsdorf

**Zeichenkurs für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Einfach Zeichnen lernen mit Bleistift und Kreiden! Ohne Leistungsdruck widmen wir uns der klassischen Sachzeichnung, machen erste Übungen, scribbeln, schraffieren und erfassen Interessantes mit unseren Stiften. Die Themen: Menschen, Landschaft, Perspektive, Stillleben.

Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Wie bringt man ein Aquarell zum Leuchten? Wo lässt man das Papierweiß stehen, und welche Farbe haben Schatten? Wie nutzt man Kontraste, um den Betrachter geschickt durchs Bild zu führen? Auch die oft gestellte Frage nach den menschlichen Figuren in unseren Aquarellen wird beantwortet: Denn mit einigen kleinen Kunstgriffen ist es ganz einfach, eine Szene mit Menschen zu beleben, so z. B. Menschen in unterschiedlichen Haltungen anzudeuten.

Skizzieren lernen - Menschen im Café

Haben Sie schon einmal (z. B. im Urlaub) in einem Café gesessen und gedacht: Wie gerne würde ich diese Szene mit ein paar Strichen festhalten, in Minutenschnelle eine Situation erfassen. Genau dieses lernen Sie in dem Kurs. Später können Sie aus der Skizze ein Bild in Ihrer bevorzugten Technik ausarbeiten.

Horst Reinsdorf vermittelt Ihnen Grundkenntnisse wie Raumaufteilung und Perspektive, ein notwendiges Werkzeug, um ein gutes Bild zeichnen oder malen zu können. Neben einer Kaffeehaus-Szene können wir Landschaften, Naturmotive oder Gebäude- und Industrielandschaften skizzieren. Bringen Sie Ihre eigenen Ideen einfach mit.

Malen mit Acryl mit Iris Klis

Ein Kurs für alle, die Lust am Experimentieren mit Farbe haben und eine kreative Auszeit vom Alltag suchen. Neben den Grundlagen der Farbenlehre werden auch Bildkomposition und die verschiedenen Techniken der Acrylmalerei vermittelt.



Experimentelle Malerei in Ludweiler Workshop mit Evelyn Bachelier

In diesen Wochenendseminaren erlernen Sie unterschiedliche Grundtechniken des Malens wie Farbenlehre, Bildgestaltung und vieles mehr. Die Dozentin ist seit vielen Jahren künstlerisch tätig und verfügt über einen großen Erfahrungsschatz.



Freude an Farbe – Freude mit Farbe – Intensivkurs für Anfänger

Intensivmalen für Anfänger und Fortgeschrittene, die den Farbenrausch erleben möchten. Hier sind alle richtig, die die Malerei für sich entdecken möchten. Sie benötigen eine Grundausrüstung an Material: Leinwand oder dickes Papier, verschiedene Acrylpinsel, Acrylfarben aus dem Baumarkt oder alles, was bereits in Ihrem eigenen Fundus vorhanden ist.

2. SEMESTER 2019

L20 14 41
Sa. 14.09.2019, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 15.09.2019, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 42
Sa. 12.10.2019, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 13.10.2019, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 43
Sa. 16.11.2019, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 17.11.2019, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 44
Sa. 30.11.2019, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 01.12.2019, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 40
Do. 05.09.2019, 13:30 - 18:45 Uhr
4 Termine / 28 UE
48,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: Evelyn Bachelier

1. SEMESTER 2020

L20 14 41
Sa. 08.02.2020, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 09.02.2020, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 42
Sa. 14.03.2020, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 15.03.2020, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 43
Sa. 18.04.2020, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 19.04.2020, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 44
Sa. 16.05.2020, 13:00 - 18:00 Uhr
So. 17.05.2020, 10:00 - 16:15 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 40
Do. 30.01.2020, 13:30 - 18:45 Uhr
4 Termine / 28 UE
48,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: Evelyn Bachelier



2. SEMESTER 2019

20 12 50

Mo. 16.09.2019, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 51

Mi. 18.09.2019, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

1. SEMESTER 2020

20 12 50

Mo. 02.03.2020, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 51

Mi. 04.03.2020, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal



Acrylmalerei und Mischtechniken – Kurs am Morgen

Geht nicht – gibt's nicht! Mit individueller Anleitung und ohne Vorkenntnisse werden Sie sehr rasch erkennen, dass die Acrylmalerei keine Hexerei ist. Tatsächlich entstehen viele Werke, Bilder oder Mehrteiler ganz locker und ohne viel Nachzudenken aus dem Nichts. Gemalt wird mit Pinsel, Schwamm und Spachtel. Das macht riesigen Spaß und weckt Ideen!

Völklinger Kunstkalender 2020

Die Volkshochschule bietet für das Jahr 2020 einen Kunstkalender mit Völklinger Motiven an. Die Künstlerinnen und Künstler Petra Ludwig, Margret Stiebel-Gärtner, Claudia Schäffner und Horst Reinsdorf haben diesen Kalender gestaltet.

Der Kalender in A2-Format ist ab November 2019 im VHS Sekretariat zum Preis von 20,00 € erhältlich.





Rund um die Digitalfotografie in Zusammenarbeit mit dem Fotoclub Völklingen

Moderne Kameras verfügen über viel Technik, um Ihre Schnappschüsse zu verbessern. Mit der Automatik kann man tatsächlich in vielen Situationen schöne Aufnahmen schießen. Wenn Sie aber den Anspruch haben, bessere Fotos zu machen, sollten Sie die Zusammenhänge der Fotografie verstehen und die grundlegenden Regeln der Bildgestaltung kennen. In unserem Fotoclub haben wir ausgezeichnete und international erfolgreiche Fotografen, die ihr profundes Wissen gerne mit Ihnen teilen. In verschiedenen Workshops erhalten Sie die entscheidenden Tipps, die den Unterschied zwischen KNIPSEN und FOTOGRAFIEREN ausmachen.

Gute Fotos mit der Smartphone-Kamera aufnehmen

59 00 10, Mo., 23.9.19, 18.00 - 20.15 Uhr, Entgelt: 12,00 €, Dozent: Uwe Hemmerling

Kurs: Mein perfektes Foto – Grundlegende Fototechniken

20 20 20, Do., 24.10., 31.10. u. 7.11.19, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: N.N.

Workshop: Herbstlandschaft

20 20 25, Sa., 26.10.19, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit, Treffpunkt: Lernzentrum Luisenthal

Kurs: Mein perfektes Foto – Weiterführende Fototechniken

20 20 21, Do., 14., 21. u. 28.11.19, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: N.N.

Workshop: PhotoPaint – Grundlagen

58 10 10, Sa., 23.11.18, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozentin: Alessandra Weiland

Workshop: Erotische Fotografie

20 20 26, Sa., 16.11.19, 14.00 - 17.00 Uhr, Entgelt: 61,00 € (inkl. Model), Kleingruppe max. 6 TN
Dozent: Jürgen Isberner, Treffpunkt: Lernzentrum Luisenthal

Workshop: PhotoPaint – Aufbau

58 10 20, Sa., 14.12.19, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozentin: Alessandra Weiland

Workshop: Blaue Stunde + Nachtfotografie

20 20 27, Fr., 13.12.19, 16.30 - 19.30 Uhr,
Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit,
Treffpunkt: Lernzentrum Luisenthal



Fotos: Jürgen Bennoit





Gute Fotos mit der Smartphone-Kamera aufnehmen

59 00 10, Mo., 9.3.20, 18.00 - 21.15 Uhr, Entgelt: 12,00 €, Dozent: Uwe Hemmerling

Kurs: Mein perfektes Foto – Grundlegende Fototechniken

20 20 20, Do., 5., 12. u. 19.3.20, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: N.N.

Kurs: Mein perfektes Foto – Weiterführende Fototechniken

20 20 21, Do., 26.3., 2. u. 9.4.20, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: N.N.

Workshop: Portrait-/Studiofotografie

20 20 25, Sa., 14.3.20, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit,
Treffpunkt: VHS Lernzentrum Luisenthal

Workshop: Fotoexkursion durch Saarbrücken

20 20 26, Sa., 4.4.20, 14.00 - 17.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit,
Treffpunkt: Hauptbahnhof Saarbrücken

Workshop: PhotoPaint – Grundlagen

58 10 10, Sa., 4.4.20, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €,
Dozentin: Alessandra Weiland

Workshop: PhotoPaint – Aufbau

58 10 20, Sa., 9.5.20, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozentin: Alessandra Weiland

Workshop: Licht und Schatten im Weltkulturerbe

20 20 27, Sa., 16.5.20, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €,
Dozent: Jürgen Bennoit, Treffpunkt: Weltkulturerbe Völklinger Hütte, Eingang

Workshop: Klassische Aktfotografie

20 20 29, Sa., 20.6.20, 14.00 - 17.00 Uhr, Entgelt: 61,00 € incl. Kosten für das Model,
Kleingruppe max. 6 TN, Dozent: Jürgen Isberner



Fotos: Jürgen Isberner



Schminken - aber richtig!

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance! Unter der Anleitung der ausgebildeten Visagistin Rita Spurk lernen Sie, sich typgerecht zu schminken. Das Seminar beinhaltet: - Hautanalyse - Foundation - Grundierung und Abdecktechniken - Korrigieren und Modellieren Ihres Gesichts - Optimale Gestaltung Ihrer Augenlider und Ihrer Augenbrauen - Modellieren mit Rouge - Raffinierte Schritte zur Lippenkorrektur. Die Dozentin stellt Schmink- und Hautpflegeprodukte zur Verfügung. Wenn Sie Ihre eigenen Kosmetika mitbringen wollen, können Sie dies selbstverständlich gerne tun.



Welche Farben passen zu meinem Typ

Damit das Outfit perfekt wird, müssen nicht nur die einzelnen Kleidungsstücke zueinander passen, auch die Farben müssen miteinander und mit Ihrem Äußeren harmonieren. Stilsichere Kombinationen zu finden, ist gar nicht so schwer, wenn Sie dabei ein paar wichtige Dinge beachten. Lassen Sie sich von unserer Dozentin, einer ausgebildeten Visagistin und Stylistin, in diesem Seminar professionell beraten.

VHS Keramikzentrum auf der Röchlinghöhe auf technisch hohem Niveau

Die Keramik- und Tiffany-Kurse finden in den zu einer Keramikwerkstatt ausgebauten Kellerräumen der Grundschule Röchlinghöhe statt. Unsere Dozentin Loni Hausknecht und unser Dozent Erwin Lorscheider unterrichten die Kurse in Aufbaukeramik, Tiffany und Glasmosaik. Es stehen zwei Brennöfen, vier Drehscheiben, eine Walze für den Ton sowie zahlreiche Glasuren zur Verfügung. Viele wunderschöne und kreative Objekte wurden hier von den Teilnehmenden hergestellt. Jedes Stück ist ein Unikat, auf das man stolz sein kann.

2. SEMESTER 2019

85 10 10
Sa. 21.09.2019, 14:00 - 17:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Rita Spurk

85 10 11
Sa. 23.11.2019, 14:00 - 17:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Rita Spurk

L85 10 12
Mi. 09.10.2019, 14:00 - 17:00 Uhr
 1 Termin / 4 UE
 24,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Rita Spurk



1. SEMESTER 2020

85 10 10
Sa. 28.03.2020, 14:00 - 17:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Rita Spurk

85 10 11
Sa. 06.06.2020, 14:00 - 17:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Rita Spurk

L85 10 12
Mi. 29.04.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
 1 Termin / 4 UE
 24,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Rita Spurk





2. SEMESTER 2019

20 40 50

Di. 17.09.2019, 19:00 - 21:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 60

Do. 19.09.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

10 Termine / 40 UE

68,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 80

Sa., 09.11.2019, 10:00 - 16:00 Uhr

Sa., 16.11.2019, 10:00 - 16:00 Uhr

54,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

1. SEMESTER 2020

20 40 50

Di. 03.03.2020, 19:00 - 21:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 60

Do. 05.03.2020, 18:00 - 21:00 Uhr

10 Termine / 40 UE

68,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

Aufbaukeramik

Arbeiten mit Ton heißt, ein uraltes Kunsthandwerk zu entdecken. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Unsere fachkundigen Dozentinnen helfen Ihnen dabei. Die Keramikwerkstatt besteht aus:

- einem großen Arbeitsraum
- einem Nassbereich zum Glasieren
- einem Drehraum mit 4 elektrischen Drehscheiben
- einem Brennraum mit 2 Brennöfen
- sowie Nebenräumen für die Materiallagerung

Die Kurse finden in den Kellerräumen der **Schule Darmstädter Straße (Röchlinghöhe)** statt und umfassen 10 Termine. Die Materialkosten für Ton betragen 7,00 – 9,00 €, für Kleinmaterial 5,00 €. Bringen Sie bitte das Geld zum 1. Kurstermin mit. Die Kosten für Glasuren werden nach Verbrauch von der Kursleiterin festgelegt.

Weihnachtliche Kunstobjekte aus Ton, z. B. Engel

Wir stellen weihnachtliche Figuren oder Gegenstände für die Weihnachtszeit her. Dabei nutzen wir die Möglichkeit, Gläser mit an- oder einbringen zu können. Dies können Adventskreationen für Kerzen oder Teelichter oder Engel mit gläsernen Flügeln sein. In der Hälfte des Seminars findet eine kleine Mittagspause statt.





Tiffany-Glaskunst für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie können in diesem Kurs aus bunten Gläsern nach eigenen Entwürfen oder nach Vorlagen kunstvolle Objekte wie Lampen, Spiegel, Fenster- oder Wandbilder gestalten. Der erste Abend dient zur Vorbesprechung.



Glasmosaik für Haus und Garten

Dekorieren mit Mosaiksteinen ist in den letzten Jahren wieder zu einem beliebten Hobby geworden, denn mit wenig Aufwand lassen sich damit wunderschöne Gebrauchsgegenstände und Deko-Elemente für Haus & Garten herstellen. Einfache Blumentöpfe, Gartenkugeln, alte Tische, Spiegelrahmen, Windlichter uvm..



2. SEMESTER 2019

20 50 10
Mi. 18.09.2019, 18:15 - 20:30 Uhr
10 Termine / 30 UE
66,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

20 50 40
Mi. 15.01.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
27,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

Kostenfreier Infotermin:
20 50 30
Mi., 08.01.2020, 18:00 Uhr

1. SEMESTER 2020

20 50 10
Mi. 04.03.2020, 18:15 - 20:30 Uhr
10 Termine / 30 UE
66,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

20 50 40
Mi. 03.06.2020, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
27,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

Kostenfreier Infotermin:
20 50 30
Mi., 27.05.2020, 18:00 Uhr

Saarländischer Mundartpreis Thema: „Dabber“

Der Saarländische Mundartpreis wird von SR3 Saarlandwelle, der Stadt Völklingen und dem Landkreis St. Wendel mit Unterstützung der Sparkassen Finanzgruppe durchgeführt. Schreiben Sie Ihren Text oder Ihr Gedicht in Mundart und reichen Sie es bis zum 20. September bei der VHS Völklingen ein.

Sie können die abgebildeten Sonderpreise sowie Geldpreise in Höhe von insgesamt 3.000,00 € gewinnen. Mitmachen lohnt sich!





2. SEMESTER 2019

20 00 10
Mo. 16.09.2019, 16:45 - 17:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 20
Mo. 16.09.2019, 17:45 - 18:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 30
Mo. 16.09.2019, 19:45 - 20:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 50
Mo. 16.09.2019, 18:45 - 19:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

1. SEMESTER 2020

20 00 10
Do. 05.03.2020, 17:45 - 18:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 20
Mo. 02.03.2020, 16:45 - 17:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 30
Mo. 02.03.2020, 17:45 - 18:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 40
Mo. 02.03.2020, 19:45 - 20:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 50
Mo. 02.03.2020, 18:45 - 19:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

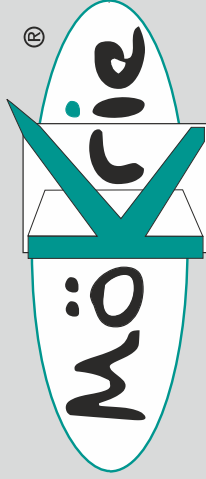
Moderne Gitarre für Anfänger

Erlernen Sie die Grundlagentechniken des Gitarrenspiels nach Noten oder Tabulatur anhand leichter Jazz-, Blues- und Klassikstandards. Die Hits der Beatles, Back Street Boys, Santana oder Frank Sinatra warten auf Sie.

Moderne Gitarre für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**Moderne Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen****Moderne Gitarre für Fortgeschrittene I**

Bitte bringen Sie zu allen
 Gitarrenkursen Ihre Gitarre mit!

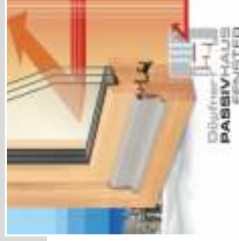
Moderne Gitarre für Fortgeschrittene II



— Möbel
— Fenster
— Haustüren
— Innentüren
— Innenausbau

**BAUELEMENTE
KRIEGER GmbH**

SCHREINEREI



**FENSTER UND HAUSTÜREN
IN HOLZ,
KUNSTSTOFF, ALUMINIUM**

BAUELEMENTE KRIEGER GmbH · Haldenweg 14 · 66333 Völklingen - Heidstock
Telefon (0 68 98) 81 06 78 · Fax (0 68 98) 81 04 70
Internet: www.bauelemente-krieger.de · eMail: info@bauelemente-krieger.de

Goldankauf gegen bar Trollbeads



Ständig große Auswahl bei:

Juwelier
Scheffel

Uhren, Schmuck
Trauringe

Uhren von:

Festina • Carucci • Ferrari
Raimund Weil • ESPRIT
• Junghans • Davosa
• Candino Swiss
und Fortis



endless
STRASSEN

Goldankauf beim
kompetenten Gold-
schmiedemeister

City Promenade, Bismarckstr. 11
66333 Völklingen
Telefon (0 68 98) 2 44 57



2. SEMESTER 2019

25 00 10
Mo. 16.09.2019, 19:00 - 22:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal

1. SEMESTER 2020

25 00 10
Mo. 02.03.2020, 19:00 - 22:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal

25 00 20
Di. 17.09.2019, 19:00 - 22:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal

25 00 20
Di. 03.03.2020, 19:00 - 22:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal



35 00 35
Mi. 18.09.2019, 16:00 - 19:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal

35 00 35
Mi. 04.03.2020, 16:00 - 19:00 Uhr
 15 Termine / 60 UE
 Entgelt frei,
 Theater-Halle Luisenthal

**Theater: Die Bretter, die die Welt bedeuten**

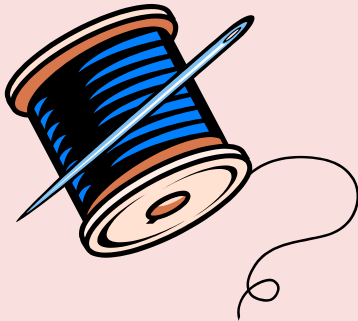
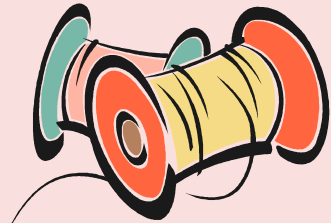
Ein Theaterkurs für Anfänger und für Einsteiger, für alle, die ausprobieren und erleben möchten, wie es ist, einmal auf den Brettern, die die Welt bedeuten, zu stehen. Es werden alle Techniken vorgestellt und vermittelt, die zum Theaterspielen erforderlich sind: Aussprache und richtiger Einsatz der Stimme, Körperbeherrschung, das Auswendiglernen von Texten, improvisatorisches Spiel, das Führen von Bühnendialogen, Erfahrungen im Ensemble. Parallel dazu werden kleine Szenen erarbeitet, die zum Ende des Kurses zum Vortrag gebracht werden.

Theater: Ihr Auftritt!

Dieser Kurs wendet sich an Interessenten, die bereits eine gewisse Erfahrung mitbringen, oder von Berufs wegen gewohnt sind, sich zu präsentieren. Es geht darum, bereits vorhandene Fähigkeiten zu vertiefen. Die vielfältigen Stadien, die beim Aneignen einer Rolle durchlaufen werden, bilden den Rahmen dieses Kurses. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich in einer konkreten Theaterproduktion des Theaters Titania auszuprobieren.

**Junge VHS: Keine Angst vor dem Theater!**

Dieser Kurs wendet sich an Kinder im Grundschulalter. Spielerisch werden die jungen Akteure in die Welt des Theaters eingeführt. Sie lernen, wie man sich auf einer Bühne bewegt und wie sie ihre Stimme einsetzen. Und sie machen die Erfahrung, wie es ist, gemeinsam mit andern an einer großen Sache dran zu bleiben: der Aufführung eines Theaterstücks zum Ende des Kurses.



2. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Beginn	Ort	Entgelt	Dozentin
Schneidern lernen für Einsteiger	902010	Mo. 23.09.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Stefanie Pabst
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902020	Mo. 16.09.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902030	Mi. 18.09.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Nähen mit der Overlock NEU	902040	Mi. 25.09.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern für Fortgeschrittene	902050	Do. 19.09.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler
Schneidern Schritt für Schritt	902060	Do. 26.09.19, 19:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler

jeweils 8 Termine, 14tägig



Unsere Nähkurse sind auch
für Jugendliche geeignet!



1. SEMESTER 2020

Kurstitel	Nummer	Beginn	Ort	Entgelt	Dozentin
Schneidern lernen für Einsteiger	902010	Mo. 09.03.20, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Stefanie Pabst
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902020	Mo. 02.03.20, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902030	Mi. 04.03.20, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Nähen mit der Overlock NEU	902040	Mi. 11.03.20, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern für Fortgeschrittene	902050	Do. 05.03.20, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler
Schneidern Schritt für Schritt	902060	Do. 12.03.20, 19:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler



2. SEMESTER 2019



Fr., 13.09.2019, 20:00 Uhr
Beginn des Festivals

Fr., 06.12.2019, 18:00 Uhr
Rathaus Forbach

76 60 10
Sa. 21.09.2019, 09:00 - 12:00 Uhr
7 Termine / 28 UE
95,00 € Entgelt, Burghof Forbach
Dozentin: Rose-Marie Tonnelier

1. SEMESTER 2020



Fr., 08.05.2020 18:00 Uhr
Altes Rathaus, Völklingen

76 60 10
Sa. 07.03.2020, 09:00 - 12:00 Uhr
7 Termine / 28 UE
95,00 € Entgelt, Burghof Forbach
Dozentin: Rose-Marie Tonnelier



Grenzüberschreitendes Orgelfestival

**Ausstellung im Forbacher Rathaus:
Ausstellung 55 Jahre Städtepartnerschaft Forbach-Völklingen**

**Grenzüberschreitender Künftleraustausch
Klein Père et Fils, pastel et graphite**

Französisch Tandemkurs: Konversation Französisch-Deutsch

Deutsche und französische Teilnehmende erwerben gemeinsam die Sprache des Nachbarn. Dabei lernen Sie in Kleingruppen durch das direkte Gespräch. Die Kurse finden in Forbach im Burghof statt.

Bei uns werden Wassersportfreunde zu Kapitänen ... und das nicht nur in der Badewanne

Sportbootführerschein See
Sportbootführerschein Binnen
Kombi See + Binnen
Sportküstenschifferschein
Funkscheine

unverbindliche und kostenfreie Info-Abende
VHS – Lernzentrum VK-Luisenthal, Neue Straße 14

Sportbootführerscheine

Freitag, 23. August 2019, 18:30 Uhr

Freitag, 17. Januar 2020, 18:30 Uhr

Sportküstenschifferschein

Freitag, 22. November 2019, 18:30 Uhr

Funkscheine (UBI / SRC)

Freitag, 17. Januar 2020, 20:00 Uhr

Infos unter: 06898/ 13 25 97 oder



www.bootsfahrschule-poseidon.de



VHS Völklingen weiterhin nach AZAV zertifiziert!

Die VHS Völklingen unterwirft sich der objektiven Kontrolle eines Qualitätsmanagementsystems. Als Zertifizierungspartner wurde die GZQ (Gesellschaft zur Zertifizierung von Qualitäts- und Umweltmanagement-Systemen mbH) ausgewählt. Die Zertifizierung erfolgt nach der AZAV (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung). Jedes Jahr erfolgt ein Überwachungsaudit durch den Geschäftsführer der GZQ Thomas Scherer. Alle drei Jahre erfolgt eine Re-Zertifizierung.

Auch in diesem Jahr erfolgte das Audit erfolgreich. „Die VHS Völklingen wartet in jedem Jahr mit Neuerungen und Neuentwicklungen auf. So finde ich den Ausbau des Dachgeschosses als Grundlage für die Einrichtung zweier Gesundheitsräume als einen wichtigen Meilenstein. Gesundheitsbildung wird in den nächsten Jahren hoch im Kurs stehen.“ Weiterhin zeigte das VHS-Team Thomas Scherer die Ergebnisse des Wettbewerbs für Schulklassen im Saarland „Europawahl – wählen gehen“. Insgesamt wurden 32 Beiträge eingereicht. Die Kreativität der Jugendlichen wurde in den Beiträgen sehr deutlich.

Thomas Scherer freut sich, dass die VHS Völklingen seit vielen Jahren diesen hohen Qualitätsstandard halten kann: „Die VHS Völklingen ist eine innovative Einrichtung, die ein lebendiger Teil der Stadt Völklingen ist. Es macht mir immer wieder Freude, die neuen Projekte und Veranstaltungen begutachten zu dürfen. Das VHS-Team ist mit Freude bei der Arbeit und empfindet das Qualitätsmanagementsystem nicht als Belastung sondern als Richtschnur und Chance für die eigene Arbeit. Weiterhin viel Erfolg!“



Rechtsträger der VHS ist die Stadt Völklingen

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt schriftlich mittels Anmeldeformular oder online über das Internet unter vhs.voelklingen.de. Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt zwischen dem Teilnehmenden und der Volkshochschule Völklingen ein Vertrag zustande. Die Teilnahme an Veranstaltungen verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes.

Entgeltpflicht:

Die Zahlungspflicht entsteht mit der schriftlichen Anmeldung zur Veranstaltung. Eine Teilnahme wird als Anmeldung gewertet. Bei Einzelveranstaltungen wird das Entgelt zu Veranstaltungsbeginn gezahlt.

Bei Veranstaltungen, die langfristig angelegt sind, kann das Entgelt in Teilbeträgen eingefordert werden.

Zahlungsweise:

Das Kursentgelt wird mittels Lastschriftinzugsverfahren eingezogen. In Ausnahmefällen ist eine Überweisung möglich.

Wichtiger Hinweis zum SEPA-Verfahren

Seit dem 1. August 2014 ist in Deutschland das SEPA-Verfahren verbindlich eingeführt. Eine Abbuchung kann nur noch erfolgen, wenn wir die IBAN des Kontoinhabers vorliegen haben. Bei Konten, die nicht bei einem deutschen Institut sind, benötigen wir zusätzlich auch die BIC.

Auf dem Anmeldeformular erteilen Sie uns ein Mandat. Dieses Mandat ermächtigt uns, die Abbuchung vorzunehmen und muss daher unterschrieben bis spätestens zum ersten Kursabend vorliegen. Die tatsächliche Abbuchung wird dann erst ca. zwei Wochen nach Kursbeginn vorgenommen.

Rücktritt:

Grundsätzlich werden Entgelte nicht zurückgezahlt, es sei denn, eine Veranstaltung wird aus Gründen, die die Volkshochschule zu vertreten hat, abgesagt. Bei teilweise abgesagten Veranstaltungen erfolgt eine anteilige Rückzahlung.

In begründeten Ausnahmefällen (z. B. bei Krankheit oder beruflicher Verhinderung) ist unter Vorlage entsprechender Nachweise eine Rückzahlung des Entgeltes bis zum Beginn des Kurses möglich. Bei Wochenendseminaren oder Bildungsurlaubsseminaren ist eine Rückzahlung des Entgeltes nur dann möglich, wenn die Abmeldung 14 Tage vor Seminarbeginn schriftlich erfolgt.

Ein Anspruch auf Ermäßigung oder Rückzahlung erlischt mit Ablauf des jeweiligen Semesters.

Haftungsausschluss:

Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung gegenüber Teilnehmenden aller Veranstaltungen, insbesondere nicht für Unfälle und Abhandenkommen von Gegenständen. Die Studienreisen werden von eingetragenen Reiseunternehmen durchgeführt.

Entgeltermäßigung:

Eine Entgeltermäßigung in Höhe von 50% erhalten auf formlosen Antrag unter Vorlage der entsprechenden Bescheinigungen: Empfänger von Arbeitslosengeld I und Arbeitslosengeld II sowie deren Frauen und Kinder ohne eigenes Einkommen.

Die Ermäßigung für Schüler, Jugendliche bis 18 Jahre, Studenten, Auszubildende, Bundesfreiwilligendienstleistende und FSJler beträgt unter Vorlage des entsprechenden Ausweises 30% des Kursentgeltes.

Belegen mehrere Familienmitglieder Kurse in den u. a. Fachbereichen, so beträgt die Ermäßigung für jedes weitere Familienmitglied 20% der Kursgebühr (Familienermäßigung). Es wird jeweils nur eine Ermäßigung, Familien- oder Mehrfachbelegungsermäßigung, gewährt.

Die für die Ermäßigung gültigen Fachbereiche:

- Hauswirtschaft und Nähen
- Ökologie
- Elternbildung
- Politische Bildung
- Wirtschaft und Verwaltung (ohne EDV)

Bei Eltern-Kind-Seminaren und Kursen für Kinder zahlt das 1. Kind aus einer Familie das volle Jugendlichenentgelt, jedes weitere Kind 50% des Jugendlichenentgeltes. Dies gilt nicht für Angebote der Jungen VHS.

Mindestteilnehmerzahl:

Für die Durchführung einer geplanten Veranstaltung ist, wenn im Programm nicht anders angegeben, eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Teilnehmenden Voraussetzung. Haben sich zu einem Kurs weniger Teilnehmende angemeldet, kann die VHS den Kurs ausfallen lassen, mit einem anderen Kurs zusammenlegen oder im Einvernehmen mit allen Teilnehmenden ein entsprechend höheres Teilnehmerentgelt verlangen bzw. die geplanten Unterrichtsstunden entsprechend reduzieren.

Studienfahrten und Exkursionen:

Die Studienreisen werden in Zusammenarbeit mit einem zugelassenen Reiseunternehmen durchgeführt. Für Studienfahrten und Exkursionen der VHS gelten besondere Reisebestimmungen. Die VHS behält sich das Recht vor, die Studienreise oder Exkursion abzusagen, wenn bis zum Anmeldeschluss die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

Datenschutz:

Ihre Angaben auf dem Anmeldeformular werden bei uns elektronisch gespeichert und ausschließlich für interne Verwaltungszwecke verwendet (siehe Seiten 116 und 117).

Die vollständige Satzung, Entgelt- und Honorarordnung sind im VHS- und Kulturbüro einsehbar.

Datenschutzerklärung der VHS Völklingen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Stadt Völklingen ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts. Die Kontaktdaten der externen Datenschutzbeauftragten der Stadt Völklingen lauten: Datenschutzbeauftragte, c/o Zweckverband eGo-Saar, Heuduckstraße 1, 66117 Saarbrücken, E-Mail: datenschutz@ego-saar.de

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr, E-Mail) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Kurse der Jungen VHS, kann die Angabe des Geburtsdatums erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen 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 gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Mit diesen Vertragspartnern schließt die Stadt Völklingen datenschutzkonforme Verträge nach Artikel 28 DSGVO ab.



Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Auswertung von Kursdaten

Angaben der Teilnehmer/innen über das Geburtsjahr nach Altersgruppen und das Geschlecht verwenden wir gemäß den gesetzlichen Bestimmungen für statistische Zwecke. Anhand der Daten können keine Rückschlüsse auf bestimmte Personen gezogen werden. Diese bleiben anonym.

4. Direktwerbung per Post

Wir verarbeiten Ihre Angaben über Vor- und Nachname sowie Postanschrift zum Zweck der Direktwerbung per Post. Die Datenverarbeitung erfolgt auf der Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO und in dem Interesse, Sie über neue Services und Angebote zu informieren. Sie haben das Recht, der Verarbeitung der genannten Daten zum Zweck der Direktwerbung jederzeit zu widersprechen. Die genannten Daten werden danach nicht mehr für diesen Zweck verwendet.

5. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüsse) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir gem. § 8 der Integrationsverordnung 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 Vermittlung nach Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO i.V.m. §§ 67 ff SGB X, SGB III, SGB II an Behörden erforderlich sein.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung weiterzuleiten.

6. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

7. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden

diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden auf Wunsch gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

8. Ihre Rechte

Werden personenbezogene Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht, jederzeit kostenfrei Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO). Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO). Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können

Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen (Art. 17, 18, DSGVO) oder der Verarbeitung der personenbezogenen Daten widersprechen (Art. 21 DSGVO). Ihnen steht das Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO).

Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Zuständige Aufsichtsbehörde ist:

Unabhängiges Datenschutzzentrum Saarland, Fritz-Dobisch-Str. 12, 66111 Saarbrücken, E-Mail: poststelle@datenschutz.saarland.de





MALERBETRIEB & MALERFACHMARKT

seit über 50 Jahren

Pratt

G
M
B
H

- Tapezierarbeiten
- Lackierungen
- Farben
- Lücke
- Laminatböden
- Teppichböden
- Bodenbeläge
- Anstriche
- Fassadenbeschichtung
- Wärmeverbundsysteme
- Innen- und Außenputz
- Trockenbau
- Eigener Gerüstbau

Am Dietrichsberg 2 • 66333 Völklingen-Geislautern

Tel.: 0 68 98/74 65 • Fax: 0 68 98/74 66 • info@maler-pratt.de • www.maler-pratt.de



ADS Ronck - Müller

HAUSMEISTERSERVICE

06898 / 974747

FA.

Alexandra Ronck Müller e.K.

66333 Völklingen

 06898-974747

Fax. 06898-974798

www.ads-ronck.de



ADS Ronck
SECURITY

06898 / 974747

FA.

Hans J. Ronck

66333 Völklingen

 06898-974747

Fax. 06898-974798

www.ads-ronck.de



Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur

URBAN ART!

Biennale®
2019 unlimited

New York | Paris | Berlin | Völklingen

Dynamic Power, 2019
Cape 2, New York

100 Künstler | 120 Werke | 20 Länder | 4 Kontinente
auf einem Parcours von 100.000 m²

bis 3. November 2019
täglich ab 10 Uhr

www.voelklinger-huette.org



CEO | Generaldirektor
Prof. Dr. Meinrad Maria Grewenig
66302 Völklingen / Saarbrücken
Besucherservice
+49 (0) 6998 / 0 100 100

Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur

PharaonenGold

3.000 Jahre altägyptische Hochkultur

Göttin Hathor
Ptolemäische Periode
ca. 306 - 30 v. Chr.
Massives Gold
Höhe 9,9 cm



Weltpremiere!

bis 24. November 2019
täglich ab 10 Uhr

www.voelklinger-huette.org

