

**Beginn:
2. Semester**

17. Sept. 2018

**ANMELDUNG
AB SOFORT**



Volkshochschule
Völklingen

Jahresprogramm 2018/2019

**60 Jahre
Volkshochschule
Völklingen
1958–2018**



<http://vhs.voelklingen.de>



STADT VÖLKLINGEN



Dein Leben mit UNO life.

UNO *Life*

facebook.com/fuerdeinwahresleben

**Das neue Lifestyle-Konto
für alle ab 30.**

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
Saarbrücken**







VHS Direktor
Karl-Heinz Schäffner:

„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

Wettbewerb Europa, Burn-Out, Angst, Hypnose, Spielsucht, Resilienz, Psychische Fitness, Atementspannung, Stressbewältigung, Lach-Yoga, Motorsägen, Imkerei, Besichtigung Saarstahl, Völklinger Kirchen, Mythenjäger, historische Vorträge, Studienfahrten, Lesereisen, Industriekultur, Stadtrundgänge, Nichtraucher, Wohnungseinbruch, Schminken



BERUF

ab Seite 35

Mittlerer Bildungsabschluss, Computerschreiben, Windows 10, Word, Excel, PowerPoint, Multimedia, Bildbearbeitung, Smartphone und iPad



SPRACHEN

ab Seite 48

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



GESUNDHEIT

ab Seite 68

Naturseifen, Aromapraxis, Feldenkrais, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Jodelwanderung, Entspannt in Herbst/Frühjahr, Selbstverteidigung für Frauen, Yoga, 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 95

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

SEMESTERBEGINN

ANMELDUNG UND BERATUNG NACH TERMINABSPRACHE

FERIEN

2. SEMESTER 2018

Mo., 17.09.2018
ab Mitte August
Herbstferien
01.10. bis 12.10.2018
Weihnachtsferien
20.12.2018 bis 04.01.2019

1. SEMESTER 2019

Mo., 11.02.2019
ab Mitte Januar
Fasching
25.02. bis 05.03.2019
Osterferien
17.04. bis 26.04.2019
Sommerferien
01.07. bis 09.08.2019

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.

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

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

VHS-TEAM:

Karl-Heinz Schäffner, Direktor
0 68 98 / 13 25 90 - karl-heinz.schaeffner@voelklingen.de

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



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 (° gekennzeichnete Felder sind Pflichtangaben)

Vorname °		E-Mail	
Name °		Tel. privat	
Straße °		Tel. mobil	
PLZ, Ort °		Tel. dienstl.	
Geb.jahr °		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			
Kontoinh.		Bankname	

Datum

Unterschrift



Liebe Leserin, lieber Leser,

unter dem Stichwort „Digitalisierung“ wird in der Öffentlichkeit eine Entwicklung diskutiert, die unser Leben zunehmend verändert. Menschen können mit Internetzugang und Laptop, Tablet oder Smartphone an jedem Ort und zu jeder Zeit lernen. Digitale Medien erweitern die Möglichkeiten zu lernen, einerseits durch eine

immense Zahl verfügbarer Inhalte und Themen, andererseits durch zusätzliche räumliche, zeitliche und methodische Lehr- und Lernumgebungen. Eine wichtige Aufgabe von Weiterbildungseinrichtungen ist es daher, den Menschen Kompetenzen im Umgang mit Technik und Anwenderprogrammen zu vermitteln, um über den technischen Anschluss hinaus den gesellschaftlichen Anschluss zu ermöglichen. Denn Medienkompetenz ist zu einer wesentlichen Voraussetzung sozialer und beruflicher Teilhabe geworden. Neue Lernformen werden möglich, z. B. über Online-Lernplattformen, Webinare oder die Einbindung digitaler Anwendungen in den Unterricht. Dazu gehören aber insbesondere auch der kritische Umgang mit digitalen Medien und die Wahrung des Datenschutzes. Es sind große Herausforderungen, denen sich Ihre Volkshochschule Völklingen widmet.

Und dennoch: Die ganz überwiegende Angebotsform von Weiterbildung ist der Präsenzunterricht, die tatsächliche Interaktion von Menschen, die mehr und mehr digitale Anwendungen nutzen.

Das vorliegende Programm enthält viele Angebote, die Sie kulturell bereichern, Ihr Miteinander mit anderen fördern und Ihnen gleichzeitig die neuen digitalen Möglichkeiten nahebringen. Sie finden in diesem Programm sicherlich vieles, das Ihren Interessen und Bedarfen entspricht.

Mit freundlichen Grüßen
Ihr

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

Ulrich Commerçon
Minister für Bildung und Kultur

Minister Ulrich Commerçon

Ministerium für
Bildung und Kultur

SAARLAND



Weiterbildungsportal

SAARLAND



www.weiterbildung.saarland.de

Oberbürgermeisterin Christiane Blatt



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

unsere Volkshochschule im Alten Rathaus ist ein lebendiger Mosaikstein unserer Innenstadt. Mit etwa 400 Veranstaltungen und 3.500 Kursteilnehmenden pro Semester ist sie eine der ganz großen VHS im Saarland. In diesem Jahr feiert die VHS Völklingen ihr 60jähriges Bestehen, die VHS-Seniorenakademie ist 25 Jahre alt geworden und das Großprojekt „Völklingen lebt gesund!“ gibt es seit zehn Jahren. Dies sind beeindruckende Jubiläen, was aber aus meiner Sicht noch beeindruckender ist, sind das hohe Niveau und die Breite des Angebotes – und dies über so viele Jahre hinweg. Das Angebot richtet sich an alle Generationen von der Jungen VHS, über das Hauptprogramm, zum VHS-Seniorenprogramm. Das lebenslange Lernen ist in Völklingen keine sprachliche Redewendung, hier wird es gelebt.

Und dies erkennt man auch im neuen Programmheft wieder: Im Fachbereich Sprachen kann man Sprachen mit Bewegung lernen und neue digitale Unterstützung im Sprachunterricht erfahren. Neben den Basisangeboten im Fachbereich EDV sind insbesondere die Seminare zum Umgang mit dem Smartphone gefragt. Groß ist das Angebot im Fachbereich Gesundheit, der immer mehr an Bedeutung gewinnt: So baut die VHS den Bereich der Angebote gegen Stress und zur Förderung der seelischen Gesundheit aus. Dies ist sehr wichtig, denn unsere schnelllebige und technisch sich überschlagende Zeit braucht die Rückbesinnung auf das Wesentliche: Auf uns selbst!

Für uns selbst, aber auch für unsere Stadt ist es notwendig und wertvoll, dass die Menschen sich mit kreativen und kulturellen Dingen beschäftigen. Dies lenkt vom Alltag mit seinen Problemen ab, und es zeigt, dass in jedem Menschen Kreativität steckt. Das Angebot unserer VHS kann sich hier besonders sehen lassen.

Nun wünsche ich Ihnen beim Blättern im Programmheft viel Spaß und würde mich freuen, wenn das eine oder andere Angebot Ihr Interesse findet. Vielleicht sehen wir uns ja auch bei einer VHS-Veranstaltung, ich würde mich sehr freuen. Ich wünsche Ihnen bestmögliche Gesundheit und eine gute Zeit,

herzlichst, Ihre

A handwritten signature in blue ink that reads "Christiane Blatt". The signature is fluid and cursive, with the first name and last name clearly distinguishable.

Christiane Blatt, Oberbürgermeisterin



3. VHS Fairtrade-Tag – Im Rahmen der Veranstaltungen des fairen Landkreises „Regionalverband Saarbrücken“

Der Regionalverband Saarbrücken wurde im Mai 2016 von Fairtrade Deutschland mit dem Titel „Fairtrade Region“ ausgezeichnet und will jetzt verstärkt Partner mit ins Fairtrade-Boot nehmen, um den Titel zu halten. Die VHS Völklingen unterstützt den Regionalverband mit unterschiedlichen Veranstaltungen und Aktionen und veranstaltet im Herbstsemester den 3. Fairtrade-Tag der VHS Völklingen.

Thema in allen Kursen

Die VHS bittet die Dozentinnen und Dozenten, an diesem Tag in ihren Kursen das Thema Fairtrade zu bearbeiten. Dazu stellt die Fairtrade Initiative Saarbrücken Unterrichtsmaterial zur Verfügung. Gäste aus verschiedenen Ländern besuchen die Kurse und stehen für Diskussionen zum Thema Fairtrade zur Verfügung.

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 Kaffeesorten probieren. Mehr als 20 Kaffeesorten werden in hoher Qualität geröstet. Die Arbeit beginnt bei der Auswahl der Kaffeeplantagen, 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.

2. SEMESTER 2018

30 00 05

Di. 30.10.2018, ab 09:30 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referentin: Heike Erbeling, u.a.



1. SEMESTER 2019



34 10 10 Vortrag

Sa. 22.09.2018, 14:00 Uhr

10,00 € Entgelt, Parkstr. 3a

34 10 11 Kaffeeseminar

Sa. 17.11.2018, 11:00 Uhr

29,90 € Entgelt, Parkstr. 3a

34 10 10 Vortrag

Sa. 16.03.2019, 14:00 Uhr

10,00 € Entgelt, Parkstr. 3a

34 10 11 Kaffeeseminar

Sa. 09.03.2019, 11:00 Uhr

29,90 € Entgelt, Parkstr. 3a



Einsendeschluss:

So. 31.03.2019

Preisverleihung:

Fr., 10.05.2019



**Europawahl – wählen gehen!
VHS-Wettbewerb zum Thema
Europa für Völklinger
Schulklassen (10.-11. Klasse) und
Jugendgruppen aus Völklingen.**



Wer hat die interessanteste Idee, um für die kommenden Europawahlen (Wahltermin: Sonntag, 26. Mai 2019) zu werben? Die VHS Völklingen ruft Schülerinnen und Schüler und andere Jugendgruppen aus Völklingen auf, Ihre Vorschläge einzubringen. Dies kann in Form eines Textes, der Gestaltung eines Plakates oder einer Postkartenserie, einem Musikstück (Musikvideo) oder einem Videoclip sein.

Es gibt tolle Preise zu gewinnen:

1. Preis: 1.000 €
2. Preis: Besuch des Europaparlaments in Straßburg, inkl. Übernahme der Buskosten
3. Preis: 500 €

Die Preise werden im Rahmen einer kleinen Feierstunde übergeben. Mit dabei wird Doris Pack, langjährige Abgeordnete des Europaparlaments und Präsidentin des Saarländischen VHS-Verbandes, sein.

Einsendeschluss ist der 31. März 2019. Bitte die Unterlagen vollständig einreichen. Für die eingereichten Materialien erhält die VHS Völklingen die Rechte zur Veröffentlichung auf den VHS-Websites im Internet. Das Einhalten der Datenschutzrichtlinien ist Voraussetzung zur Teilnahme.

Bei Rückfragen steht Frau Silke Eckel-Speicher zur Verfügung: 06898/132597, E-Mail: s.eckel-speicher@vhs-voelklingen.de.

Die Volkshochschule freut sich auf viele interessante Beiträge.



Vortrag und Workshop: 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!

Vortrag: Feldenkrais - Wissenswertes über die somatische Bewegungslehre von Dr. Moshé Feldenkrais

Die Referentin gibt einen Einblick in die Feldenkrais-Methode. Stichworte für das Wesen von Feldenkrais sind: lebenslanges Lernen oder auch die mentale Seite als führender Faktor für effektive Bewegung. Die Feldenkrais-Methode wird zunehmend als wissenschaftliche Pionierleistung gewürdigt. Dr. Moshé Feldenkrais (1904-1984) entdeckte die Grundlagen menschlichen Bewegungslernens. Dafür entwickelte er eine Methode, die äußerst effektiv daran ansetzt, wo Verbesserung beginnt: im Kopf. Dies wiederum nicht als verkopfte Angelegenheit, sondern als allseitige Einheit von Spüren, Denken, Fühlen und Handeln in Bewegung.

2. SEMESTER 2018

80 00 17 Vortrag
Di. 30.10.2018, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Marion Klinkmüller



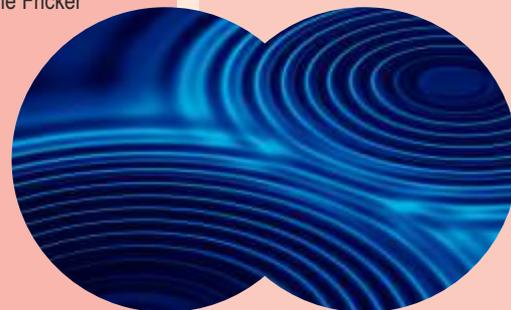
1. SEMESTER 2019

80 00 15 Vortrag
Di. 09.04.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Marion Klinkmüller

L80 55 30 Workshop
Sa. 13.04.2019, 09:00 - 16:30 Uhr
1 Termin / 10 UE
80,00 € Entgelt,
Praxis Klinkmüller & Korn
Dozentin: Marion Klinkmüller



80 00 12
Do. 20.09.2018, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Sabine Fricker



2. SEMESTER 2018

80 00 19

Do. 29.11.2018, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Roland Rosinus

1. SEMESTER 2019



80 00 11

Do. 20.09.2018, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referenten: Elizabeta Korte,
Josef Bohnenberger

80 00 12

Do. 14.03.2019, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referenten: Elizabeta Korte,
Josef Bohnenberger

80 00 20

Fr. 21.09.2018, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referenten: Christine Hensler,
Johannes Sinnwell,
Landesfachstelle Glücksspielsucht
Saarland



80 00 20

Do. 16.05.2019, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referentinnen: Adele Reuter-
Kapp, Christine Hensler,
Psychoziale Beratungsstelle der
Caritas in Völklingen



ANGST, HYPNOSE, SUCHT 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: Problematisches Glücksspiel und Glücksspielsucht

Viele Menschen geraten durch unbedachtes, unkontrolliertes Glücksspielen in große Schwierigkeiten (problematisches Spielen), bis hin zum süchtigen Spielverhalten.

Was ist eigentlich Glücksspielsucht, wie ist der Verlauf, welche Gefahren gehen von Glücksspielarten aus? Welche Beratungs- und Behandlungsangebote stehen Glücksspielsüchtigen und Angehörigen zur Verfügung?

Vortrag: Alkoholgenuss: Über Genuss, Missbrauch und Sucht

Wann wird Alkohol zum Problem? Welche Folgen kann starker Alkoholkonsum haben? Wie zeigt sich ein Alkoholproblem oder eine Alkoholkrankung, und was schützt davor? Welche Hilfsangebote gibt es? Wie gehe ich mit jemandem um, der ein Problem mit Alkohol hat? Obwohl eine Alkoholkrankung nahezu in jedem persönlichen oder beruflichen Umfeld vorkommt, sind die meisten Menschen relativ uninformiert oder halten die Suchterkrankung für eine Willensschwäche.



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.



Workshop: Was macht mich stark? - Starke Psyche für turbulente Zeiten

Schwerpunkte: Stress, Stressverstärker und seine Folgen, Schutzfaktoren gegen Stress, konkrete Handlungsmöglichkeiten in Krisensituationen, Übungen zum Thema Achtsamkeit und Entspannung



2. SEMESTER 2018

80 00 23
Mi. 17.10.2018, 18:00 - 19:30 Uhr
4 Termine / 8 UE
85,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Doris Ewen-Stresser

1. SEMESTER 2019

80 00 11
Mi. 20.02.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referentin: Doris Ewen-Stresser



2. SEMESTER 2018

80 00 10

Di. 11.09.2018, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Doris Ewen-Stresser

1. SEMESTER 2019

80 00 14

Di. 02.04.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Doris Ewen-Stresser



80 00 24

Di. 18.09.2018, 18:00 - 19:30 Uhr

5 Termine / 10 UE

100,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Doris Ewen-Stresser

80 00 24

Di. 30.04.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

5 Termine / 10 UE

100,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Doris Ewen-Stresser



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 vertiefter 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.

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

Workshop:

Leben in Balance - Selbsthilfeprogramm für Frauen

Schwerpunkte: Einführung ins Vier-Säulen-Modell: Beruf, Partnerschaft, Familie und Freizeit, Kraftquellen und Energiequellen herausarbeiten: Was gibt mir Kraft und Erfüllung?



Aufatmen im Park: Atementspannung und Achtsamkeitsübungen

Wir führen Entspannungsübungen draußen in der wohlthuenden Ruhe des Parks durch, finden Zeit und Gelegenheit, um vom Alltagsstress abzuschalten. Mit Achtsamkeitsübungen lernen wir, den jetzigen Augenblick zu genießen. Atemübungen führen zu einem entspannten Geist und einem gelösten Körper, lösen chronische körperliche Verspannungen, machen den Kopf frei und verhelfen zu mehr Vitalität. Eine Anleitung (Skript) zu den Entspannungsübungen gibt es im Anschluss (in der Kursgebühr enthalten).



Workshop: Abschalten - Entspannt in den Schlaf

In diesem Workshop erfahren Sie, was einen gesunden, erholsamen Schlaf auszeichnet und wie man diesen fördern kann. Ein besseres Verständnis über Schlaf kann zu mehr Gelassenheit bei Schlafproblemen führen. Da das Thema Schlaf eng an das Stressempfinden gekoppelt ist wird gefragt: Wie sieht es mit Ihrem Stresslevel aus?

Sie werden Tipps, Tricks und praktische Übungen kennen lernen, um besser abzuschalten und erholt durchzuschlafen zu können.

Inhalte des Workshops werden sein:

- Interessantes und Wissenswertes über Schlaf
- Wie sieht es mit Ihrem Stresslevel aus?
- Regeln für einen erholsamen Schlaf
- Omas Einschlaftricks (Kräuter, Nervennahrung)
- Entspannungstechniken (praktische Übungen):
z. B. Atemübungen, Fantasiereisen, Achtsamkeitsübungen

2. SEMESTER 2018

80 14 00
Do. 27.09.2018, 10:00 - 11:30 Uhr
1 Termin / 2 UE
6,00 € Entgelt, Schillerpark
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor

80 14 30
Fr. 07.12.2018, 17:00 - 20:00 Uhr
4 Termine / 16 UE
33,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor

1. SEMESTER 2019

80 14 00
Mo. 13.05.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
1 Termin / 2 UE
6,00 € Entgelt, Schillerpark
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor

80 14 30
Fr. 17.05.2019, 17:00 - 20:00 Uhr
4 Termine / 16 UE
33,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozentin: A. Bachmann-Vicktor





2. SEMESTER 2018

80 00 14

Do. 18.10.2018, 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



1. SEMESTER 2019

80 00 10

Mo. 18.02.2019 18:00 Uhr

Eintritt frei, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel



Vortrag: Stress lass nach – einfach und effektiv

Der Vortrag zeigt, wie einfach es ist, anders mit Stress und nervigen Mitmenschen umzugehen. Wenn es Situationen, Umstände oder Menschen in Ihrem Leben gibt, mit denen Sie nicht zufrieden sind, die Sie immer wieder aufregen, unter denen Sie leiden oder vor denen Sie am liebsten flüchten möchten, wird es sich für Sie höchstwahrscheinlich lohnen, The Work of Byron Katie kennen zu lernen.

Es ist eine Methode, die dabei helfen kann, besser mit Stress umzugehen; Konflikte zu lösen; neue Perspektiven auf Probleme zu gewinnen; die eigene Lebensfreude zurück zu erlangen.

Machen Sie sich's leicht, kommen Sie dazu und haben Sie wieder Spaß an Ihren Beziehungen und im Beruf!

80 00 25

Do. 25.10.2018, 18:00 - 19:30 Uhr

3 Termine / 6 UE

60,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

80 00 25

Mo. 11.03.2019, 18:00 - 19:30 Uhr

3 Termine / 6 UE

60,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Anja Engel

Workshop: Stress lass nach – einfach und effektiv

In wenigen Stunden finden wir gemeinsam heraus, wie einfach es ist, anders mit Stress und nervigen Mitmenschen umzugehen.

Bei der Methode The Work of Byron Katie geht es darum, auf eine neue Art und Weise mit den Gedanken, die bei Ihnen Wut, Scham oder Angst auslösen, umzugehen. Dadurch kann sich ein positiveres Lebensgefühl und ein liebevolleres Verständnis Ihnen selbst und Ihren Mitmenschen gegenüber einstellen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Ihre Themen werden weder analysiert noch interpretiert. Das Gesagte bleibt unter uns!

Machen Sie sich's leicht, kommen Sie dazu und haben Sie wieder Spaß an Ihren Beziehungen zum Partner, Ihren Kollegen 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 2018

80 00 18
Fr. 09.11.2018, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Anja Engel

1. SEMESTER 2019

80 00 17
Di. 14.05.2019, 18:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Anja Engel



80 00 15
Fr. 19.10.2018 18:00 Uhr
Eintritt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Anja Engel



80 00 16
Mo. 13.05.2019, 18:00 Uhr
Eintritt frei, Altes Rathaus
Dozentin: Anja Engel

STRESSBEWÄLTIGUNG GESELLSCHAFT



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.

250 Ford PKW und Nutzfahrzeuge direkt verfügbar
und ständig 150 Gebrauchtfahrzeuge
aller Fabrikate!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Völklingen
Karolingerstr. 1
06 89 8 / 9119 - 0



Saarbrücken
Großblittersdorfer Str. 291
06 81 / 95 93 91 - 0

2. SEMESTER 2018

80 12 95

Sa. 20.10.2018, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Petra Hammer

80 12 96

Sa. 24.11.2018, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Petra Hammer

1. SEMESTER 2019

80 12 95

Sa. 09.03.2019, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Petra Hammer

80 12 96

Sa. 13.04.2019, 14:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

10,00 € Entgelt, Altes Rathaus

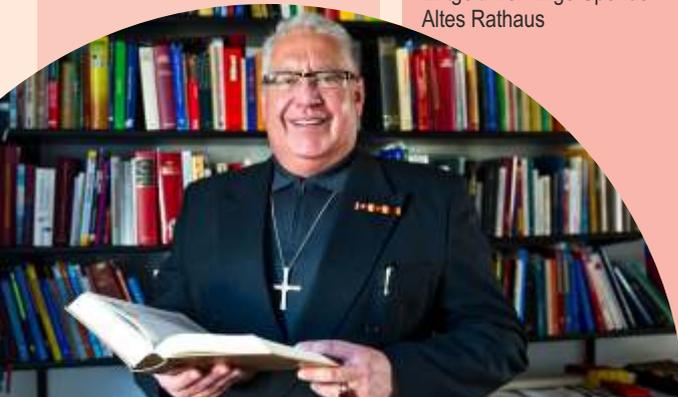
Dozentin: Petra Hammer

80 00 13

Do. 21.03.2019, 19:00 Uhr

Entgelt: freiwillige Spende

Altes Rathaus



LACHYOGA, LEBENSFREUDE GESELLSCHAFT



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 Wolldecke und Wollsocken mitbringen.



Vortrag mit Axel Maria Kraus:

Lebe dein Leben! Wie entdecke und erreiche ich meine Ziele?

Sie haben manchmal das Gefühl, dass Sie fremd bestimmt werden: Familie, Beruf, Haushalt, Pflege usw. Sie fragen sich: Bleibe ich dabei auf der Strecke? Welche Ziele habe ich überhaupt noch? Wie kann ich meine Ziele (wieder)entdecken und wie kann ich sie umsetzen und damit glücklicher sein? Wichtige Fragen, die nach Antworten suchen. Bei der Suche wird Ihnen der Referent, Pfarrer Axel Maria Kraus aus Großrosseln, helfen. Axel Maria Kraus gehört zu der Vereinigung German Speakers Association, ein Netzwerk mit hochkarätigen Referenten. Er studierte Theologie, Psychologie und Philosophie und referiert in ganz Deutschland.

VHS-Direktor Karl-Heinz Schäffner: Lernen Sie diesen positiven Menschen kennen, der Lebensfreude auf Andere übertragen kann!



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 2018

89 00 50

Fr. 21.09. und Sa. 22.09.2018,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 51

Fr. 19.10. und Sa. 20.10.2018,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 52

Fr. 09.11. und Sa. 10.11.2018,
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. 23.11. und Sa. 24.11.2018,
08:00 - 16:00 Uhr



1. SEMESTER 2019

89 00 50

Fr. 22.02. und Sa. 23.02.2019,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 51

Fr. 22.03. und Sa. 23.03.2019,
08:00 - 16:00 Uhr

89 00 52

Fr. 05.04. und Sa. 06.04.2019,
08:00 - 16:00 Uhr



89 00 55

Fr. 12.04. und Sa. 13.04.2019,
08:00 - 16:00 Uhr



60 40 50

Fr. 18.01.2019, 19:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus
Dozenten: Jürgen Biehl und
Carsten Hauck

60 40 51

Fr. 25.01.2019, 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. 19.05.2019, 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!

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 50
Fr. 19.10.2018, 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. 15.03.2019, 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 in der Saarschmiede

Wir besuchen das Stahlwerk, dann geht es zur Saarschmiede GmbH Freiformschmiede. Dort erleben Sie, wie mit Hilfe moderner Fertigungstechniken Schmiedestücke bis zu 150 Tonnen Gewicht entstehen. Sie sind dabei, wenn hocheffiziente Turbinen oder individuelle Spezialanfertigungen ihren letzten Schliff erhalten, ehe sie in die ganze Welt verschickt werden.

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.





Bedeutsame Kirchen in Völklingen - Führungen mit Fachleuten

Die Hugenottenkirche Ludweiler

Der derzeitige „Hugenottentempel“ in VK-Ludweiler, der einzige im Warndt und im Saarland ist bereits der vierte Kirchbau in vier Jahrhunderten und Ausdruck der Tragik auch der calvinistischen Gemeinde im fremden Zufluchtsland Nassau-Saarbrücken.

Sie ist zwar traditionsgemäß schlicht, doch deshalb interessant, weil sie im deutlichen Kontrast zu den ausgeschmückten, katholischen Gotteshäusern steht.

Der Referent erläutert auch die Besonderheiten der Hugenottensiedlung Ludweiler mit der älteren Glashütte Saarland und streift dabei den Calvinismus allgemein.

Der „Warndtdom“ - Katholische Kirche St. Paulinus Lauterbach

Der „Warndtdom“ (Bauphase 1911 – 1912) wurde nach einem Entwurf des Trierer Architekten Peter Marx erbaut. Der dreischiffige Bau mit Westwerk in neoromanischen Formen mit Taufstein und Seitenaltären aus dem späten 18. Jahrhundert ist 41 Meter lang, 18 bzw. 24 Meter breit und hat eine lichte Höhe von 14 Metern.

Die Reise durch das monumentale Bauwerk lädt ein, die Stille und Dunkelheit des Kirchenraumes auf sich wirken zu lassen. Beachtenswert sind unter anderem das Fresko im Chor, die Fresken in den Rundbögen der Querschiffe, die gotischen Beichtstühle in den Seitenschiffen sowie die Gedächtniskapelle für die Opfer der beiden Weltkriege mit einer Statue der Schmerzhaften Mutter Gottes.

33 20 25

Fr. 28.09.2018, 15:00 Uhr

Entgelt frei, Hugenottenkirche

Dozent: Karl-Werner Desgranges



33 20 26

Fr. 05.04.2019, 15:00 Uhr

Entgeltfrei, Warndtdom

Dozenten:

Ortwin Kronser und

Rudolf Blechschmidt





2. SEMESTER 2018

31 10 10

Mi. 19.09.2018, 18:00 - 19:30 Uhr

10 Termine / 20 UE

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Hendrik Kersten

1. SEMESTER 2019

31 10 10

Mi. 13.02.2019, 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 12

Sa. 29.09.2018, 14:00 - 17:00 Uhr

Entgelt frei,

Saarufer, Bootssteg Wehrden

**Arbeitskreis Stadtgeschichte: Reenactment Mythos Erzengel - kräftige Mädchen sofort gesucht!**

Die Völklinger Erzengel 1884 bis 1900 sind ein klassischer Bestandteil der Stadtgeschichte. Dabei ist die rund 15 Jahre andauernde Tätigkeit junger Frauen am Völklinger Saarufer alles andere als eine Episode. In einer Zeit, in der das Reservoir (männlicher) Arbeitskräfte praktisch ausgeschöpft war, verrichteten Frauen die einfache aber schwere Arbeit, die angelandeten Lothringer Minette-Erze aus den Flussprähmen in bereitstehende Loren zu laden. Auf dem Kopf!



31 10 11

Do. 07.03.2019, 18:30 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 blitzt 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 zwischen Revolution, Wuchertum und Besatzung: Die Umbruchs- u. Krisenjahre 1918-1920**

Der lange und für die Bevölkerung entbehrungsreiche Erste Weltkrieg endete mit dem Sturz der Monarchie. In ganz Deutschland bildeten sich im November 1918 Arbeiter- und Soldatenräte, so auch in Völklingen. Doch diese Zeit des demokratischen Aufbegehrens währte nur kurz: Der Waffenstillstandsvertrag bedeutete für das gesamte linksrheinische Gebiet die Besetzung durch die Alliierten. Die französische Militärverwaltung löste nach ihrem Einzug in Völklingen am 23. November die Räte auf und bestimmte die alte Ordnung als legitimierte zivile Macht. Der Vortrag thematisiert diese Zeit der Umbrüche, die geprägt waren von wachsenden Konflikten zwischen Bevölkerung und Besatzungstruppen, zunehmenden Versorgungs- und Wirtschaftsproblemen, Wuchertum und einem beginnenden Sonderweg für die Menschen an der Saar.

Vortrag: Das Automobil und die Hüttenstadt: Autos in Völklingen im 20. Jahrhundert

Wohl kein anderes Verkehrsmittel hat die Mobilität aber auch die Gesellschaft, Wirtschaft und Städte im 20. Jahrhundert so entscheidend verändert wie das Automobil. Waren Autos um 1900 noch ein seltenes Luxusgut, verbreitete es sich in einem allmählichen Prozess und vor allem ab Mitte des Jahrhunderts zu einem dominierenden Verkehrsmittel. Der Vortrag beleuchtet die Geschichte des Autos und Autoverkehrs in Völklingen von der Frühphase der Motorisierung zur Zeit des Deutschen Kaiserreichs bis zur Zeit der Massenmotorisierung der bundesdeutschen Nachkriegszeit.

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 2018

31 20 10

Do. 15.11.2018, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Dominik Schmolz



Foto: Stadtarchiv
Völklinger Zeitung vom
11.11.1918

1. SEMESTER 2019

31 10 40

Do. 11.04.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Michael Röhrig



Foto: Stadtarchiv
Poststraße, VK, 1955

31 10 40

Mi. 20.03.2019, 14:00 - 18:00 Uhr

Entgelt frei, Stadtarchiv

Referent: Michael Röhrig,
Stadtarchivar

2. SEMESTER 2018

31 00 10

Sa. 17.11.2018, 07:00 Uhr

45,00 € Entgelt

Dozent: Dr. Stefan Woltersdorff

1. SEMESTER 2019



31 00 10

Sa. 13.04.2019, 07:00 Uhr

45,00 € Entgelt

Dozent: Dr. Stefan Woltersdorff



Studienfahrt: Haguenau & der Heilige Forst

Das Waldgebiet rund um Haguenau im Elsass ist uralter Kulturboden. Sie sehen Reste keltischer Hügelgräber und mittelalterlicher Abteien, aber auch Schauplätze der jüngeren deutsch-französischen Geschichte zwischen 1870 und 1945. Nach einem gemütlichen Flammkuchenessen in einem alten Forsthaus lernen Sie die Pilgerstätte Dicke Eiche kennen. Höhepunkt ist ein Rundgang durch die alte Stauferstadt Haguenau, die mit ihren mittelalterlichen Kirchen und barocken Stadtpalästen zu den interessantesten Orten im Elsass gehört. Ein Abstecher nach Sessenheim, Ort des Liebesidylls von Goethe und Friederike Brion, sowie zu den Ruinen von Fort-Louis beschließt den Tag.

Studienfahrt:

Baden-Baden und die Schauenburg bei Oberkirch

Als deutscher Vorgarten des Elsass (René Schickele) ist Baden eng mit deutscher wie französischer Literatur verwoben: Voltaire und Rousseau wurden hier gedruckt, Hugo und Nerval haben das Gebiet bereist, Stendhal und Schickele haben es beschrieben.

Die Tour führt über Willstätt, Heimat des Renaissance-Dichters Moscherosch, und Achern, Wohnort von Brechts Großmutter (Die unwürdige Greisin) nach Baden-Baden, der einstigen Sommerhauptstadt Europas. Nach dem Besuch des Literaturmuseums (Gartenhaus der Bibliothek) besteht Gelegenheit zu einer Mittagspause.

Nachmittags führt Sie ein literarischer Spaziergang auf den Spuren von Balzac und Hugo, Dostojewsky und Turgenjew, Otto Flake und Reinhold Schneider durch zwei Jahrhunderte Baden-Badener Literaturgeschichte. Mit einer Kaffeepause auf der Schauenburg bei Oberkirch, wo einst der Barockautor Grimmelshausen als



Lesung: Hans Bollinger - Unterwegs in Polen

Hans Bollinger, Pädagoge, Musiker, Schulleiter, Volksänger, bereist seit nun 40 Jahren Polen. Seit 1976 mit einer Polin aus Schlesien verheiratet, kennt er Polen besser als seine deutsche Heimat, von Danzig bis Bialystock, von Stettin über Krakau nach Przemyśl, von Posen bis Warschau. Alle Gegenden Polens, viele Naturschutzgebiete sind ihm bestens vertraut. In dieser Zeit kam der Autor in die großen Städte des Landes, aber auch in die entlegensten Gebiete Polens, ob es die immer noch atemberaubende Natur Masurens oder die wilden Berge im Biesciady-Gebirge oder die Wildnis des Bialowieza-Parkes waren.

Und immer wieder traf er auch auf Menschen: Einfache Bauern, die noch nach Großvaters Art und Weise ihre Felder bestellen, urige Köhler, die in der Wildnis leben und Holzkohle produzieren, Förster und Wildhüter, die ihn zu kapitalen Hirschen, Wisenten, Adlern und Schwarzstörchen führten, Bergleute in Schlesien, die erleben mussten, wie ihre Kohle nach Russland abtransportiert wurde, um die Gier des aussaugenden kommunistischen Bruderlandes zu stillen.

Lesung: Hoch-Zeit auf dem Jakobsweg

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

2. SEMESTER 2018

33 20 10

Do. 20.09.2018, 18:00 - 21:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Hans Bollinger

Buchautor



1. SEMESTER 2019

80 00 16

Do. 25.10.2018, 19:00 - 21:15 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Dietmar Bunse





2. SEMESTER 2018

10 05 95

Do. 27.09.2018, 15:00 - 17:15 Uhr

1 Termin

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Georg Fox

1. SEMESTER 2019

10 05 95

Do. 14.03.2019, 15:00 - 17:15 Uhr

1 Termin

Entgelt frei, Altes Rathaus

Dozent: Georg Fox



10 05 96

Do. 11.04.2019, 18:00 Uhr

Entgelt frei, Altes Rathaus

Referent: Georg Fox

„Jugendstilhäuser“
in Völklingen**Mir schwäddse pladd -****Gesprächskreis rund um die Mundart in Mundart**

Mit dem neuen Gesprächskreis zur Mundart setzt die VHS-Völklingen ihr Engagement für die Muttersprache fort. Unter Moderation des bekannten Autors Georg Fox wird in dieser Veranstaltung über die Regionalsprachen im Saarland gesprochen, aber zugleich werden auch in Texten und Hörbeispielen die verschiedenen Facetten vunnem Pladd beleuchtet. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, eigene Mundarttexte beizutragen oder auch ihre Meinungen zur Nutzung der Mundarten unserer Region zur Sprache zu bringen. Die Veranstaltung will zudem über den neuen Wettbewerb der VHS informieren, wo es darum geht, Mundart-Lieblingswörter, die das Herz erwärmen, zu sammeln.

Freuen Sie sich auf einen vergnüglichen Nachmittag zwischen Witz, Humor und Nachdenklichkeit, gans äänfach döödrivwer, wie mier schwäddse!

SAARLANDFARBEN – Über den Charme des Landes und vom Glück im Saarland leben zu dürfen

In diesem Buch spiegelt sich eine sehr persönliche Sicht auf unser Land. In Wort und Bild kann man nachspüren, warum das Saarland einen besonderen Charme besitzt. Hier ist eine kleine Oase, wo Freude und Zufriedenheit einen guten Nachklang haben. Natürlich gibt es auch Probleme im Land. Aber Menschen im Saarland sind ans Schaffen gewöhnt, sie können zupacken. Das „Wir-Gefühl“ beim gesellschaftlichen Zusammenhalt ist im Saarland besonders ausgeprägt. Da gibt es Fakten aus der Geschichte, aber auch kleine Geschichten, die sich tief ins gemeinschaftliche Bewusstsein eingegraben haben. Die Identitätsanker des Landes finden sich darin wieder.

Vielleicht könnte diese Darstellung auch aufzeigen, warum das Saarland für die Menschen des Landes eine so hohe Wertigkeit besitzt. Georg Fox teilt die Eindrücke, Erfahrungen, Bilder und Erlebnisse nicht nur mit den Menschen dieser Region.



INDUSTRIEKULTUR MIT DELF SLOTTA GESELLSCHAFT

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.

Industriekulturelle Exkursion im Saarkohlewald: Besteigung der Bergehalde Grünlingstraße

Die Grünlingshalde, 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.

Göttelborn – die Haupthalde und der Kohlbachtalweiher – Industrienatur vom Feinsten!

Der Kohlbachtalweiher liegt auf dem Gelände der alten Grube Göttelborn. Er hat sich seit seiner Stilllegung zu einem herrlichen landschaftlichen Kleinod entwickelt, das mit der abweisend wirkenden Göttelborner Haupthalde in scharfem Kontrast steht. Die Halde ist kürzlich zu einem fantastischen Aussichtsberg ausgebaut worden. Erleben Sie ein großartiges Stück saarländischer Industriekultur.

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!

2. SEMESTER 2018

33 10 10
Sa. 22.09.2018, 14:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Von der Heydt, Parkplatz vor dem Schlafhaus 1

33 10 20
So. 21.10.2018, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Saarbrücken, Großer
Parkplatz Saarlandhalle

33 10 30
So. 21.10.2018, 14:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Göttelborn,
Mitfahreparkplatz an der A 8-
Anschlussstelle
Merchweiler/Göttelborn

33 10 40
So 27.01.2019, 10:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Dozent: Delf Slotta
Treff: Dudweiler, Parkplatz
Tennisplätze, am Ende der Straße
Am Gegenortschacht

1. SEMESTER 2019





33 10 10

So. 03.03.2019, 10:00 Uhr

5,00 € Entgelt

Dozent: Delf Slotta

Treff: Ensdorf, Halden-
Hauptzugang über Straße Bei
Fußenkreuz (L345), Nähe
Sportzentrum.

33 10 20

So. 03.03.2019, 14:00 Uhr

5,00 € Entgelt

Dozent: Delf Slotta

Treff: Fischbachtal, zentraler
Parkplatz am Netzbachtalweiher

33 10 30

So. 26.05.2019, 10:00 Uhr

5,00 € Entgelt

Dozent: Delf Slotta

Treff: Landsweiler-Reden,
Eingang zur Grube Reden, vor der
Figur des Saarbergmannes



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.



Unbekanntes Land - Halden, Absinkweiher, Biotope und ein untergegangenes Schwimmbad im Fischbachtal



Der untere Bereich des Fischbachtals steckt voller
landschaftlicher Überraschungen. Zahlreiche Biotope
aus zweiter Hand, ein untergegangenes Schwimmbad
und viele bergbauhistorisch interessante Sachverhalte
warten darauf, von Ihnen wieder entdeckt zu werden.
Eine optisch reizvolle Tour erwartet Sie!

Bergwerk und Zukunftsort Reden - unterwegs auf Grube, Halde und bergbaulichem Umfeld

Diese Führung erschließt das 120 ha große Areal der 1995 stillgelegten Grube
Reden. Gezeigt werden die Außen- und Innenbereiche der Gebäude, wobei der
Wassergarten, das Zechenhaus und die Gebäude an der langen Werksstraße im
Vordergrund stehen. Es geht danach in das bergbauliche Umfeld mit den wertvollen
Bergarbeitersiedlungen und der herrlichen Denkmalanlage. Erleben Sie Reden neu!



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 2018

33 90 10
Fr. 21.09.2018, 15:00 Uhr
Entgelt frei,
WKE Alte Völklinger Hütte
Dozent: Christian Müller



1. SEMESTER 2019

33 90 10
Fr. 07.06.2019, 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. 14.08.2018, 18:00 - 19:00 Uhr
6 Termine / 6 UE
Entgelt 90,00 €, Praxis Dr. Krings
Dozent: Dr. Markus Krings

89 50 10
Di. 15.01.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
6 Termine / 6 UE
Entgelt 90,00 €, Praxis Dr. Krings
Dozent: Dr. Markus Krings

89 50 11
Di. 16.10.2018, 18:00 - 19:00 Uhr
6 Termine / 6 UE
Entgelt 90,00 €, Praxis Dr. Krings
Dozent: Dr. Markus Krings

89 50 11
Di. 12.03.2019, 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
Fr. 28.09.2018, 19:00 Uhr
Entgelt frei, Altes Rathaus
Referenten: Werner Michaltzik,
ehem. Leiter der PI Völklingen,
Gabriele Specht und Abdullah
Coşkun, Seniorenseher-
heitsberater





Freitag, 10.05.2019, 19:00 Uhr
Altes Rathaus, Festsaal
Eintritt: 20,00 €, erm. 15,00 €



"Ach, wie viele Pianisten sind schon an mir vorbeigezogen und vergessen und ich bin immer noch da und das Publikum ist heute begeistert"

verriet mir einst Jorge Bolet im Alter von fast 70 Jahren.

Wie er habe ich mich immer bemüht, auch die schwierigste Virtuosität in musikalische Substanz umzusetzen und die Technik nicht zum Selbstzweck zu erheben. Daran arbeite ich bis heute, und selbst die Aussage dieses berühmten Pianisten kann ich mir jetzt zu eigen machen.

Robert Leonardy

Robert Leonardy in concert in Völklingen

"Klavier-Hits" aus Klassik und Romantik

So lautet die Bezeichnung des neuen Konzertprogramms mit dem Pianisten Robert Leonardy. Ein faszinierender Abend mit bekannten und auch unbekanntem Stücken, den man so leicht nicht mehr vergisst: Von Beethoven über Schumann, Chopin, Debussy und Ravel bis zur "Islamey" von Balakirew und Eigenkompositionen; und alles wird zudem moderiert vom Pianisten selbst.

"Ich bin immer Pianist gewesen" sagte er kürzlich im WDR-Interview. Ohne seine Verbindungen mit berühmten Orchestern zu nutzen und abseits der von ihm gegründeten Musikfestspiele Saar erwarb er sich im Laufe der Zeit mit eigenen Solokonzerten von München bis Berlin und in China und Korea den Ruf eines der interessantesten und eindrucksvollsten deutschen Pianisten. Auch die jetzt erschienene Veröffentlichung der ARD mit den besten Aufnahmen des Dirigenten Michael Gielen enthält das 2. Klavierkonzert von Béla Bartók mit Robert Leonardy als Solist. Die Kritik sieht ihn als Ausnahmeerscheinung seiner Generation, ein glänzender Pianist, der sich schlicht als "Musiker" bezeichnet, sein Publikum aber zu Beifallsstürmen hinreißt.





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., 27. Mai 2019, ca. 40 Wochen à 16 Stunden bis Mitte Mai 2020 (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" ERS/Gemeinschaftsschule ausgeschöpft haben.

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

Deutsch (4), Mathematik (4), Physik oder 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 ERS/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

Kursteilnahmescheinigung
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 neuen Betriebssysteme werden berührungsempfindliche Bildschirme wichtiger. Was bei Smartphones und Tablets Standard ist, wird seit der Einführung von Windows 10 auch am PC zum wichtigen Eingabegerät.

Dementsprechend haben wir natürlich 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.

Alles rund um Smartphone und Tablet



Smartphones sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Die leistungsfähigen Alleskönner haben mittlerweile hervorragende Oberflächen, deren Bedienung sich dem Anwender weitestgehend selbst erschließt. Dennoch gibt es viele Tipps und Tricks, die nicht so offensichtlich zu erkennen sind. Hier setzen unsere Workshops rund ums Thema Smartphone und Tablet an. In kleine Gruppen von maximal 6 Personen zeigen wir Ihnen von der grundlegenden Bedienung der Geräte bis hin zum optimalen Einsatz spezieller Apps alles Wissenswerte. Mit unserem Angebot werden sie sicherer im Umgang mit ihrem mobilen Gerät und ersparen sich sogar den ein oder anderen Ärger, der durch den kompetenten Einsatz vermeidbar ist.



Tastaturschreiben (Computerschreiben) mit 10 Fingern

Der Kurs Tastaturschreiben mit 10-Fingertechnik 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 (Di./Fr.) 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 2018

40 10 10 (Di./Fr.)
Di. 16.10.2018, 18:00 - 19:30 Uhr
 4 Termine / 8 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Nicole Nüttgens

1. SEMESTER 2019

40 10 10 (Di./Fr.)
Di. 12.02.2019, 18:00 - 19:30 Uhr
 4 Termine / 8 UE
 34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Nicole Nüttgens



51 00 10 (Di.-Do.)
Di. 18.09.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

51 00 10 (Di.-Do.)
Di. 12.02.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

51 00 20 (Di.-Do.)
Di. 25.09.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

51 00 20 (Di.-Do.)
Di. 19.02.2019, 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 2018

52 00 10 (Di.-Do.)
Di. 16.10.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

52 00 20 (Di.-Do.)
Di. 23.10.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Uwe Hemmerling

53 00 10 (Di.-Do.)
Di. 06.11.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Herbert Angel

53 00 20 (Di.-Do.)
Di. 13.11.2018, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Herbert Angel

54 00 10 (Di.-Do.)
Di. 27.11.2018, 18:30 - 21:30 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Uwe Hemmerling

1. SEMESTER 2019

52 00 10 (Di.-Do.)
Di. 12.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

52 00 20 (Di.-Do.)
Di. 19.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

53 00 10 (Di.-Do.)
Di. 26.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Herbert Angel

53 00 20 (Di.-Do.)
Di. 02.04.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Herbert Angel

54 00 10 (Di.-Do.)
Di. 09.04.2019, 18:30 - 21:30 Uhr
 3 Termine / 12 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Uwe Hemmerling

**Textverarbeitung Word® 2013 Basiswissen**

Gestalten Sie Texte nach Ihren Vorstellungen, setzen Sie Formatvorlagen effektiv ein, erleichtern Sie Ihre Arbeit durch Tabellen – nutzen Sie Word 2013 professionell.

**Textverarbeitung Word® 2013 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® 2013 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® 2013 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® 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 PhotoShop Elements® - Grundlagen

Der Kurs wendet sich an Fotografierende, die ihre Kreativität nicht bei der Aufnahme enden lassen. Wir setzen das intuitiv arbeitende Programm PhotoShop Elements 13 ein. Teilnehmende unseres Kurses erhalten bei der Anschaffung der Software einen Sonderrabatt.



Bildbearbeitung PhotoShop Elements® - Aufbau

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



Layouten mit der CorelDRAW® Graphics Suite X8

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 2018

58 10 10

Sa. 17.11.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Friedhelm Chlopek

58 10 20

Sa. 15.12.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Friedhelm Chlopek

1. SEMESTER 2019

58 10 10

Sa. 13.04.2019, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Friedhelm Chlopek

58 10 20

Sa. 11.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr

1 Termin / 8 UE

28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozent: Friedhelm Chlopek



57 00 10 (Di.-Do.)

Di. 04.12.2018, 18:00 - 21:00 Uhr

3 Termine / 12 UE

39,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Michael Bauer

57 00 10 (Mi.-Fr.)

Di. 07.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

3 Termine / 12 UE

39,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozent: Michael Bauer

**Workshops rund um die Digitalfotografie
finden Sie ab Seite 110**



2. SEMESTER 2018

10 04 40 **Kleingruppe max. 6 TN**
Mo. 17.09.2018, 17:00 - 19:15 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 50 **Kleingruppe max. 6 TN**
Fr. 21.09.2018, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Dirk Jacob

56 10 10
Di. 16.10.2018, 14:00 - 17:00 Uhr
 1 Termin / 3 UE
 Entgelt frei, Altes Rathaus
 Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 20
Di. 30.10.2018, 14:00 - 17:00 Uhr
 1 Termin / 3 UE
 Entgelt frei, Altes Rathaus
 Dozenten: Onlinerland Saar

56 10 20
Di. 13.11.2018, 14:00 - 16:00 Uhr
 1 Termin / 2 UE
 Entgelt frei, Altes Rathaus
 Dozenten: Onlinerland Saar

1. SEMESTER 2019

10 04 40 **Kleingruppe max. 6 TN**
Mo. 28.05.2019, 14:00 - 16:15 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Uwe Hemmerling

10 04 50 **Kleingruppe max. 6 TN**
Fr. 22.02.2019, 14:30 - 16:45 Uhr
 2 Termine / 6 UE
 39,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 mit Akademieausweis frei
 Dozent: Dirk Jacob

Gratis Kurse in Zusammenarbeit mit dem

Komm mit
ins Internet!



OnlinerlandSaar

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.

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. Die Vorstellung ausgewählter Funktionen (z. B. Wetter-App, Bahn-App) zeigt den persönlichen Nutzen auf und steigert die Neugierde auf weitere Möglichkeiten der Technik.

Kaffee-Kuchen-Tablet – Kommunikation

Aufgrund ihrer handlichen Größe und einfachen Bedienung werden Tablet PCs gerne zur Kommunikation, wie z. B. dem Abruf von E-Mails, eingesetzt. Das ist aber nur eine von vielen Möglichkeiten, wie man ein Tablet schnell und unkompliziert nutzen kann, um mit Verwandten, Freunden und Bekannten in Kontakt zu treten.

Kaffee-Kuchen-Tablet – 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.



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 neusten Stand bleiben.



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. Wie man mit dem Smartphone navigiert, eigene Touren aufzeichnet, Fotos und Infos hinzufügt und Mitfahrer/-wanderer findet, erfahren Sie hier.

Nützliche Apps für den Alltag

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

2. SEMESTER 2018

59 00 10
Mo. 15.10.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling

1. SEMESTER 2019

59 00 10
Mo. 11.02.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozent: Uwe Hemmerling

59 00 20
Mo. 22.10.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 20
Mo. 18.02.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 30
Mo. 29.10.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 30
Mo. 11.03.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 40
Mo. 05.11.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß

59 00 40
Mo. 18.03.2019, 18:00 - 21:15 Uhr
1 Termin/3 UE
12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Simone Strauß



2. SEMESTER 2018

1. SEMESTER 2019

59 00 50
Mo. 12.11.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 50
Mo. 25.03.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 60
Mo. 19.11.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 60
Mo. 01.04.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 70
Mo. 26.11.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

59 00 70
Mo. 08.04.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

59 00 80
Mo. 03.12.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 80
Mo. 06.05.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Strauß

59 00 90
Mo. 10.12.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

59 00 90
Mo. 13.05.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 1 Termin/3 UE
 12,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Dirk Jacob

Einkaufen 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.

Verkaufen über eBay

Was für den einen ein Staubfänger ist, kann für andere ein unentbehrliches Teil sein. Nach diesem Prinzip funktioniert die Handelsplattform eBay. Wie Sie mit Hilfe der eBay App ganz einfach selbst Dinge bei eBay anbieten können, erfahren Sie an diesem Abend.

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 ein 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.

Bleiben Sie in Verbindung – Kommunikation für Fortgeschrittene

Telefonieren war gestern. Geht natürlich noch, drum nennt man das Ding ja Smartphone. Aber diverse Dienste bereichern die Möglichkeiten moderner Kommunikation. Von Whatsapp (früher SMS/MMS) bis Skype (früher Videotelefonie) oder Hangouts (virtuelle Treffen) ist vieles machbar.

Rollladen, Fenster und Bauelemente

G. Schiestel



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

www.Rollladen-Schiestel.de



Rollladen

Fenster

Haustüren

Insektenschutz

Rolltore

Markisen

Jalousien

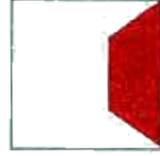
Garagentore

Elektromotore

- für Rollladen
 - für Garagentore
- Reparatureildienst

Estrich ■ Parkett ■ Bodenbeläge ■

wernet-heintz



Alles, worauf Sie stehen.

Frank Heintz ■ Geschäftsführer

Wernet-Heintz GmbH ■ Ludweilerstraße 218B ■ 66333 Völklingen
Fon 0 68 98-7 85 82 ■ Fax 0 68 98-7 85 23 ■ Mobil 01 71-3 63 23 72
E-Mail wernet-heintz@t-online.de ■ www.wernet-heintz.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)

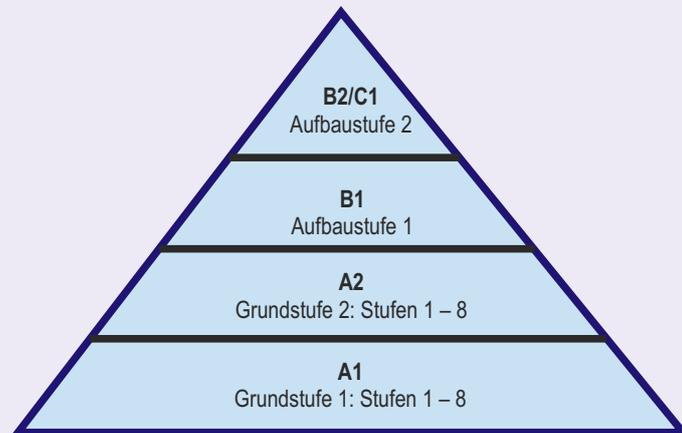
Innerhalb dieser Stufe vertiefen Sie Ihr Grundwissen und lernen, in einfachen, routinemäßigen Situationen zu kommunizieren. Sie können Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen, Reisen oder Arbeit und zu Ihrem Alltag in der Fremdsprache vermitteln.

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 3
Donnerstag, 20.09.2018, 10:30 – 12:00 Uhr

Englisch A1, Stufe 4
Donnerstag, 14.02.2019, 10:30 – 12:00 Uhr

Altes Rathaus
Dozentin: Silke Eckel-Speicher



Englisch Grundstufe I – A1, 2. Semester 2018

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, Anfänger	710110	Mi.	07.11.18	09:00	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 2	710210	Mi.	19.09.18	10:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 3	710310	Do.	20.09.18	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A1 Stufe 4	710410	Mo.	17.09.18	10:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 5	710510	Mi.	19.09.18	09:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 7	710710	Do.	20.09.18	10:30	Altes Rathaus	Walter Verburg
Englisch A1 Stufe 8	710810	Mo.	17.09.18	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher

GRUNDPROGRAMM ABEND

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	711110	Do.	18.10.18	19:30	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 2	711210	Di.	18.09.18	18:00	Altes Rathaus	Daniel Reusch
Englisch A1 Stufe 3	711310	Mo.	17.09.18	19:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 3, Intensiv	711320	Do.	18.10.18	18:00	Schule Luisenthal	Walter Verburg
Englisch A1 Stufe 4	711410	Do.	20.09.18	18:00	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 5	711510	Mi.	19.09.18	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 6	711610	Do.	20.09.18	19:30	Altes Rathaus	Marius Schäfer
Englisch A1 Stufe 6	711620	Mi.	19.09.18	19:30	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 7	711710	Mi.	19.09.18	18:00	Altes Rathaus	Martina Schmitt





Englisch Grundstufe I – A1, I. Semester 2019

GRUNDPROGRAMM VORMITTAG

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	710110	Do.	14.02.19	09:00	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A1 Stufe 2	710210	Mi.	13.02.19	09:00	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 3	710310	Mi.	13.02.19	10:30	Altes Rathaus	Sana Qazi
Englisch A1 Stufe 4	710410	Do.	14.02.19	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A1 Stufe 5	710510	Mo.	11.02.19	10:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 6	710610	Mi.	13.02.19	09:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 8	710810	Do.	14.02.19	10:30	Altes Rathaus	Walter Verburg



GRUNDPROGRAMM ABEND

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A1 Stufe 1, Anfänger	711110	Mo.	11.02.19	19:30	Altes Rathaus	N N
Englisch A1 Stufe 2	711210	Do.	14.02.19	19:30	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 3	711310	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Daniel Reusch
Englisch A1 Stufe 4	711410	Mo.	11.02.19	19:30	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A1 Stufe 4, Intensiv	711420	Do.	14.02.19	18:00	Schule Luisenthal	Walter Verburg
Englisch A1 Stufe 5	711510	Do.	14.02.19	18:00	Altes Rathaus	Michael Keller
Englisch A1 Stufe 6	711610	Mi.	13.02.19	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 7	711710	Do.	14.02.19	19:30	Altes Rathaus	Marius Schäfer
Englisch A1 Stufe 7	711720	Mi.	13.02.19	19:30	Altes Rathaus	Thomas Schneider
Englisch A1 Stufe 8	711810	Mi.	13.02.19	18:00	Altes Rathaus	Martina Schmitt



Elektro Schmitz GmbH



Elektrofachbetrieb der Landesinnung

- **Elektroinstallationen**
- **Reparaturen**
- **Beleuchtungsanlagen**
- **Antennenanlagen**
- **Sprechanlagen**
- **EDV-Netzwerke**
- **Beratung**
- **Verkauf**

Stangenmühle 4, 66333 Völklingen

Telefon: 06898/35 25

Telefax: 06898/3 96 43

E-Mail: elschmitzgmbh@aol.com



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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A2 Stufe 1	712110	Do.	20.09.18	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Stufe 4	712140	Mo.	17.09.18	19:30	Altes Rathaus	Michelle Becker
Englisch A2 Stufe 4	712141	Mo.	17.09.18	18:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A2 Stufe 5	712150	Mi.	19.09.18	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A2 Stufe 8	712180	Mo.	17.09.18	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Move on	712210	Mo.	17.09.18	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 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Englisch A2 Stufe 1	712110	Mo.	11.02.19	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A2 Stufe 2	712120	Do.	14.02.19	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Stufe 5	712150	Mo.	11.02.19	19:30	Altes Rathaus	Michelle Becker
Englisch A2 Stufe 5	712151	Mo.	11.02.19	18:00	Altes Rathaus	Hardy Bach
Englisch A2 Stufe 6	712160	Mi.	13.02.19	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Englisch A2 Stufe 8	712180	Mo.	11.02.19	10:30	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
Englisch A2 Move on	712210	Mo.	11.02.19	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.



Tea Time with Sarah Jane – ab Niveau A2

You appreciate a good cup of tea (coffee is also possible) and enjoy small talk.

Let's do it together with Sarah Jane Gebhard. Let's talk about bits and pieces, listen to some music or read little texts and learn about British life and culture. It will be a very entertaining afternoon!

Termine:

2/18 - 712510, 15.11.2018, 15:00 - 17:15 Uhr

1/19 - 712510, 04.04.2019, 15:00 - 17:15 Uhr

Einsatz von Chrome-Books im Sprachenunterricht

Das Internet ist ein fester Bestandteil unseres Alltags geworden. Wir recherchieren Daten und Fakten, planen Urlaube, kommunizieren mit Freunden und Bekannten in der ganzen Welt und Vieles mehr.

Diese Möglichkeiten können wir nun auch an der VHS Völklingen in den Sprachunterricht einfließen lassen. Unserer Einrichtung stehen Chromebooks, mobile Computer, die immer mit dem Internet verbunden sind, in ausreichender Anzahl zur Verfügung, die den traditionellen Unterricht immer mal wieder unterhaltsam und informativ ergänzen können.

Chromebooks finden ihren Einsatz z.B. bei der Internetrecherche zu tagesaktuellen Themen, da Presstexte direkt gelesen und besprochen werden können. An Chromebooks kann in Kleingruppen gearbeitet werden, und die Ergebnisse der Arbeitsaufgaben können dann im Sprachkurs präsentiert werden. Es gibt die Möglichkeit, Übungen auch einmal online zu machen oder ergänzendes Material, das die Verlage für ihre Lehrwerke zur Verfügung stellen, zu verwenden. Darüber hinaus gibt es viele weitere Möglichkeiten von einer Art Sprachlabor bis hin zur Kommunikation mit den Teilnehmern eines Sprachkurses in einem anderen Land oder mit Muttersprachlern während des Unterrichts.



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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
English Advanced / B1	713110	Do.	20.09.18	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
English conversation / B1	713210	Fr.	21.09.18	09:00	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
English advanced / B1	713310	Mo.	17.09.18	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English advanced / B1	713410	Mo.	17.09.18	19:30	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English Brush Up / B1	713510	Mi.	19.09.18	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
English Brush Up / B1	713610	Mi.	19.09.18	18:00	Altes Rathaus	Frank Werle

Aufbaustufe 1 – B1 – 1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
English Advanced / B1	713110	Do.	14.02.19	18:00	Altes Rathaus	Thomas Schneider
English conversation / B1	713210	Fr.	15.02.19	09:00	Altes Rathaus	Sarah Jane Gebhard
English advanced / B1	713310	Mo.	11.02.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English advanced / B1	713410	Mo.	11.02.19	19:30	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English Brush Up / B1	713510	Mi.	13.02.19	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
English Brush Up / B1	713610	Mi.	13.02.19	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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Getting on in English / B2	714010	Di.	18.09.18	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English conversation / B2	714110	Do.	20.09.18	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Let's get talking / B2	714210	Mo.	17.09.18	18:00	Altes Rathaus	Michelle Becker

Aufbaustufe 2 – B2 – 1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Getting on in English / B2	714010	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Ehrhart Linsen
English conversation / B2	714110	Do.	14.02.19	09:00	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Let's get talking / B2	714210	Mo.	11.02.19	18:00	Altes Rathaus	Michelle Becker



SPANISCHKURSE

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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Spanisch A1, Stufe 1 Anfänger	730110	Mi.	17.10.18	10:30	Altes Rathaus	N N
Spanisch A1, Stufe 1 Anfänger	731110	Di.	16.10.18	19:30	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Spanisch A1, Stufe 2	731210	Do.	20.09.18	19:30	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 3	731310	Do.	20.09.18	18:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A2 Stufe 2	732020	Mi.	19.09.18	18:00	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba
Spanisch B1 Conversación Básica	733010	Di.	18.09.18	18:00	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Conversación Avanzada B2	734010	Mi.	19.09.18	19:30	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba



1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Spanisch A1, Stufe 2	730210	Mi.	13.02.19	10:30	Altes Rathaus	N N
Spanisch A1, Stufe 1, Anfänger	731110	Mi.	13.03.19	19:30	Altes Rathaus	Daniel Reusch
Spanisch A1, Stufe 2	731210	Di.	12.02.19	19:30	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Spanisch A1, Stufe 3	731310	Do.	14.02.19	19:30	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A1, Stufe 4	731410	Do.	14.02.19	18:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Spanisch A2, Stufe 3	732030	Mi.	13.02.19	18:00	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba
Spanisch B1, Conv. Básica	733010	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Dr. Guido Hortt
Conversación Avanzada B2	734010	Mi.	13.02.19	19:30	Altes Rathaus	Nidia Vargas-Schuba



Bücher für alle Fälle

Wir haben - wir bestellen - wir liefern

Bücher-Papierwaren-Bastel- und Geschenkartikel,
Zeichen- und Schulbedarf und vieles mehr..

Häkeln

Spanisch

Französisch

Zeichnen



Buchhandlung
Balzert

06898 / 62707

Englisch

Japanisch

Töpfern

Aquarellmalerei

ecetera



Pickardstraße 31- 66346 Püttlingen
info@buchhandlung-balzert-stein.de

SPRACHEN



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. Die direkte Nähe zu Frankreich bietet den idealen Übungsraum für den 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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Französisch A1 Stufe 1 Anfänger	760110	Mi.	17.10.18	09:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Französisch A1 Stufe 3	760310	Di.	18.09.18	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A1 Stufe 6	L760610	Di.	18.09.18	09:00	Haus der Vereine	Kurt Klein
Französisch A1 Stufe 8	760810	Do.	20.09.18	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A1 Stufe 1 Anfänger	761110	Di.	16.10.18	18:00	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A2 Stufe 2	762210	Di.	18.09.18	10:30	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 5	762510	Do.	20.09.18	19:30	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Conversation simple B1	L763020	Di.	18.09.18	10:30	Haus der Vereine	Kurt Klein
Conversation simple B1	763010	Di.	18.09.18	18:00	Altes Rathaus	Alexander Dony
Conversation française B1	763020	Do.	20.09.18	10:30	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Conversation simple B2	764010	Do.	20.09.18	18:00	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Table ronde conversation B2	764020	Mi.	19.09.18	10:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Tandemkurs conversation B2	766010	Sa.	22.09.18	09:00	Burghof Forbach	Rose-Marie Tonnelier





1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	760110	Mi.	13.03.19	10:30	Altes Rathaus	Paula Thielen
Französisch A1 Stufe 2	760210	Mi.	13.02.19	09:00	Altes Rathaus	Paula Thielen
Französisch A1 Stufe 4	760410	Di.	12.02.19	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A1 Stufe 7	L760710	Di.	12.02.19	09:00	Haus der Vereine	Kurt Klein
Französisch A1 Stufe 1, Anfänger	761110	Di.	12.03.19	19:30	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A1 Stufe 2	761210	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Dorothee Hahn
Französisch A2 Stufe 1	762110	Do.	14.02.19	09:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 3	762310	Di.	12.02.19	10:30	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Französisch A2 Stufe 6	762610	Do.	14.02.19	19:30	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Conversation simple B1	L763020	Di.	12.02.19	10:30	Haus der Vereine	Kurt Klein
Conversation simple B1	763010	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Alexander Dony
Quoi de neuf? Conv. française B1	763020	Do.	14.02.19	10:30	Altes Rathaus	Martina Herrmann
Conversation simple B2	764010	Do.	14.02.19	18:00	Altes Rathaus	Claudia Brandstät
Table ronde conversation B2	764020	Mi.	13.02.19	10:00	Altes Rathaus	Rose-Marie Tonnelier
Tandemkurs conversation B2	766010	Sa.	16.02.19	09:00	Burghof Forbach	Rose-Marie Tonnelier



Erfolgreiche Teilnahme am deutsch-französischen Wettbewerb „Mein Lieblingswort in Französisch“





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 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Italienisch A1 Stufe 1 Anfänger	720110	Di.	16.10.18	10:30	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Italienisch A1 Stufe 1 Anfänger	721110	Mi.	17.10.18	19:15	Altes Rathaus	Tania Vittore
Italienisch A1 Stufe 3	721310	Mi.	19.09.18	17:45	Altes Rathaus	Tania Vittore
Italienisch A1 Stufe 7	L721710	Mi.	26.09.18	19:30	Haus der Vereine	Francesca Galati
Italienisch A2 Stufe 1	722010	Di.	18.09.18	09:00	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Italienisch A2 Stufe 6	L722610	Mi.	26.09.18	18:00	Haus der Vereine	Francesca Galati
Parliamo Italiano B1	723010	Mo.	17.09.18	18:00	Altes Rathaus	Dr. Chiara Paglia

1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Italienisch A1 Stufe 1, Anfänger	720110	Di.	12.03.19	10:30	Altes Rathaus	Silke Eckel-Speicher
Italienisch A1 Stufe 2	720210	Di.	12.02.19	10:30	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Italienisch A1 Stufe 1, Anfänger	721110	Di.	12.03.19	18:00	Altes Rathaus	N N
Italienisch A1 Stufe 2	721210	Mi.	13.02.19	19:15	Altes Rathaus	Tania Vittore
Italienisch A1 Stufe 8	L721810	Mi.	13.02.19	19:30	Haus der Vereine	Francesca Galati
Italienisch A1 Stufe 4	721410	Mi.	13.02.19	17:45	Altes Rathaus	Tania Vittore
Italienisch A2 Stufe 2	722210	Di.	12.02.19	09:00	Altes Rathaus	Ortrud Krömer
Italienisch A2 Stufe 7	L722710	Mi.	13.02.19	18:00	Haus der Vereine	Francesca Galati
Parliamo Italiano B1	723010	Mo.	11.02.19	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. Schwerpunkte des Kurses sind Sprechen und Hörverstehen, ergänzend hierzu werden die notwendigen Strukturen der Grammatik, Lesen und Schreiben eingeübt.

2. SEMESTER 2018

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Arabisch A1 Stufe 1, Anfänger	791110	Mo.	17.09.18	19:30	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 5	791510	Mo.	17.09.18	18:00	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin

1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Tag	Datum	Zeit	Ort	DozentIn
Arabisch A1 Stufe 1, Anfänger	791110	Di.	12.02.19	18:00	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 2	791210	Mo.	11.02.19	19:30	Altes Rathaus	Masra Fakhr-Eddin
Arabisch A1 Stufe 6	791610	Mo.	11.02.19	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!



14 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



Minister für Bildung und Kultur, Ulrich Commerçon, beim Lernfest 2017 am Stand der VHS Völklingen.

Sonntag, 2. Sept. 2018, ab 12:00 Uhr

im **Deutsch-Französischen-Garten**

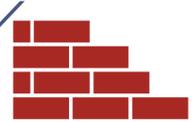

LEARNFEST
SAARBRÜCKEN

 **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 Schöffner,
Michael Bauer, Silke Eckel-Speicher,
Heike Putzke, Rolf Ruppenthal, Hendrik
Kersten, Christine Olbert, Fotolia.de,
Pixabay, u. a.

Druck:

Druckerei Kern GmbH

Auflage:

13.000 Exemplare

v.i.S.d.P.:

Karl-Heinz Schöffner



Workshop: Naturseifen selbst gemacht

Mit duftenden Kräutern, Blüten und Ölen machen wir unsere eigene Seife! Ob als klassisches Seifenstück, in Plätzchenform oder in kreativen Freiformen – der Gestaltung sind kaum Grenzen gesetzt. Die im Kurs fabrizierten Seifen bekommen eine eigene Verpackung und sind prima Geschenke für die ganze Familie. Kursentgelt zuzüglich 10,00 € Materialkosten

Aromapraxis-Workshops mit Andrea Baltes

Düfte und Gerüche können unsere Stimmungen und unser Wohlbefinden unterschiedlich beeinflussen. Welche Wirkung der Duft, in dem Sie baden, mit dem Sie sich einmassieren oder als Raumduft verwenden, hat, erfahren Sie in diesem Workshop. Neben der Duftwirkung haben die meisten ätherischen Öle zusätzlich eine pflanzliche Wirkung auf unseren Organismus und das Wohlbefinden, die man ebenfalls kennen sollte.

Kleine Helferlein aus der Aromapraxis

In diesem Workshop stellen Sie kleine Helferlein (Salben) aus der Aromapraxis (Aromatherapie) gegen leichte Befindlichkeitsstörungen ohne Krankheitswert her.

Ätherische Öle gegen den Winter-Blues

In diesem Workshop lernen Sie ätherische Öle gegen den Winter-Blues und zum Entspannen und deren Anwendung kennen.

Frische Pflegeprodukte für den Sommer

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie ein erfrischendes Körperspray, Körperlotion und eine leichte Creme herstellen und deren Anwendung kennen.

2. SEMESTER 2018

80 11 60

Mi. 19.09.2018, 18:00 - 20:15 Uhr

2 Termine / 6 UE

20,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Simone Strauß

80 11 30

Do. 27.09.2018, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termine / 5 UE

20,00 € Entgelt, Schloßparkschule

80 11 40

Do. 22.11.2018, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 5 UE

20,00 € Entgelt, Schloßparkschule

1. SEMESTER 2019

80 11 60

Mi. 20.03.2019, 18:00 - 20:15 Uhr

2 Termine / 6 UE

20,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

Dozentin: Simone Strauß

Der Kostenbeitrag für Öle und ein ausführliches Skript beträgt 35,00 €. Bitte vor Ort an die Dozentin zahlen!



80 11 30

Do. 07.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Termin / 5 UE

20,00 € Entgelt, Schloßparkschule

2. SEMESTER 2018

80 15 10

Do. 27.09.2018, 18:30 - 20:00 Uhr

12 Termine / 24 UE

80,00 €, Albert-Einstein-Gymnasium

Dozentin: Sabine Fricker

1. SEMESTER 2019

80 15 10

Do. 14.02.2019, 18:30 - 20:00 Uhr

12 Termine / 24 UE

80,00 €, Albert-Einstein-Gymnasium

Dozentin: Sabine Fricker



Kleine Bewegungen – große Wirkung: Feldenkrais®

Mit leichten, ungewöhnlichen Bewegungen – meist am Boden liegend – hilft Feldenkrais®, eingefleischte (Bewegungs-)Gewohnheiten aufzulösen und neue Muster zu entwickeln. Nach und nach entwickeln Sie eine klare Körperorganisation. Diese ganzheitliche Bewegungslehre nach Dr. Moshé Feldenkrais ist hilfreich bei Stress, Haltungproblemen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen. Sie verbessert die Beweglichkeit, die Koordination und das Gleichgewicht. Sie steigert die Lernfähigkeit, die Konzentration und Kreativität und ermöglicht das Bewusstwerden von einengenden Gewohnheiten und Sichtweisen. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse oder Fertigkeiten erforderlich.

10 Jahre für „Völklingen lebt gesund!“

Es gibt kein vielschichtigeres Projekt der VHS Völklingen als die Aktion „Völklingen lebt gesund!“ Was einst als Modellprojekt startete, wurde zum Dauerbrenner. Und nicht nur das: Die Idee wurde darüber hinaus ins gesamte Saarland übertragen. Auch im zehnten Jahr ist der Zuspruch immer noch sehr stark. Viele Schulen, Kitas, Vereine, Verbände, Dienstleister, Ärzte, Apotheker u.a. melden ihre Veranstaltungen für unsere Internet-Plattform www.voelklingen-lebt-gesund.de. Die VHS Völklingen bedankt sich für das Engagement der vielen Projektpartner und bei allen Bürgerinnen und Bürgern, die die Angebote wahrgenommen haben.



Links: Roland Niebes entwickelte verschiedene gesunde Wurstsorten
Rechts: Peter Speicher bietet mehrere „Völklingen-lebt-gesund!“-Brote an



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.

Jodelwanderung mit kleinem Jodeldiplom

„Jodelrundwanderstrecke“ etwa 5 km durch den wunderschönen Warndtwald 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 2018

80 11 10
Mi. 19.09.2018, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 20
Mi. 28.11.2018, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 80
Sa. 29.09.2018, 11:00 - 15:00 Uhr
 1 Termin
 15,00 €, Jagdschloss Karlsbrunn
 Dozenten:
 Ilka Sauer & Cosima Dorn

1. SEMESTER 2019

80 11 10
Mi. 13.02.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 8 Termine / 10 UE
 40,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 20
Mi. 08.05.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 4 Termine / 5 UE
 20,00 €, Altes Rathaus
 Dozentin: Andrea Baltes

80 11 80
Sa. 18.05.2018, 11:00 - 15:00 Uhr
 1 Termin
 15,00 €, Jagdschloss Karlsbrunn
 Dozenten:
 Ilka Sauer & Cosima Dorn

2. SEMESTER 2018

80 11 50
Fr. 09.11.2018, 18:15 - 19:45 Uhr
3 Termine / 6 UE
15,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ilka Sauer



1. SEMESTER 2019

80 11 50
Fr. 22.02.2019, 18:15 - 19:45 Uhr
3 Termine / 6 UE
15,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Ilka Sauer

ENTSPANNUNG / SELBSTVERTEIDIGUNG GESUNDHEIT



Zeit für mich – entspannt in Herbst und in Frühling

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, der Fantasiereise und des Yogas erleben Sie bei wohlthuender Musik tiefste Entspannung als Stärkung für den Alltag!



80 60 10
Di. 18.09.2018, 20:00 - 21:00 Uhr
8 Termine / 10 UE
30,00 €, Turnhalle Wehrden,
Dozent: Guido Bender

In Zusammenarbeit mit dem
Verein „Karate DoJo Wehrden“

80 60 10
Di. 12.02.2019, 20:00 - 21:00 Uhr
8 Termine / 10 UE
30,00 €, Turnhalle 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 Jitsu, Arnis, Aikido, Krav Maga u.a..

Auch für ungeübte Teilnehmerinnen jeden Alters und ohne Vorkenntnisse.





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 2018

80 12 00 für Ungeübte/Anfänger
Mo. 17.09.2018, 08:30 - 10:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 10 für fortgeschr. Anfänger
Mo. 17.09.2018, 10:15 - 11:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 20 für Geübte
Mi. 19.09.2018, 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. 17.09.2018, 17:45 - 19:15 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 50 für Geübte
Do. 20.09.2018, 16:30 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Sabine Ladwein

1. SEMESTER 2019

80 12 00 für Ungeübte/Anfänger
Mo. 11.02.2019, 08:30 - 10:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 10 für fortgeschr. Anfänger
Mo. 11.02.2019, 10:15 - 11:45 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 20 für Geübte
Mi. 13.02.2019, 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. 11.02.2019, 17:45 - 19:15 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Sabine Ladwein

80 12 50 für Geübte
Do. 14.02.2019, 16:30 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 30 UE
 51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Sabine Ladwein

2. SEMESTER 2018

80 12 60

Di. 18.09.2018, 17:45 - 19:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 70

Di. 18.09.2018, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 80 auch für Anfänger

Mi. 19.09.2018, 18:15 - 19:45 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Nadine Egner

80 12 90

Mi. 19.09.2018, 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. 17.09.2018, 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. 18.09.2018, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

1. SEMESTER 2019

80 12 60

Di. 12.02.2019, 17:45 - 19:15 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 70

Di. 12.02.2019, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Altes Rathaus

Dozentin: Edith Neutzling

80 12 80 auch für Anfänger

Mo. 11.02.2019, 18:30 - 20:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Nadine Egner

80 12 90

Mi. 13.02.2019, 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. 11.02.2019, 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. 11.02.2019, 19:30 - 21:00 Uhr

15 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Haus der Vereine

Dozentin: Monika Tabellion

YOGA

GESUNDHEIT





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 2018



80 16 01

Di. 25.09.2018, 20:00 - 21:00 Uhr

8,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,

Referent: Jürgen Meyer



80 16 10

Di. 18.09.2018, 12:15 - 13:00 Uhr

12 Termine / 12 UE

40,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,

Dozent: Jürgen Meyer

1. SEMESTER 2019

80 16 01

Di. 19.03.2019, 20:00 - 21:00 Uhr

8,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,

Referent: Jürgen Meyer

80 16 10

Di. 12.03.2019, 12:15 - 13:00 Uhr

12 Termine / 12 UE

40,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule,

Dozent: Jürgen Meyer

2. SEMESTER 2018

80 16 20
Mi. 19.09.2018, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine / 16 UE
53,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 30
Fr. 21.09.2018, 18:00 - 19:15 Uhr
12 Termine / 20 UE
66,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 40
Fr. 21.09.2018, 18:00 - 19:00 Uhr
1 Termin
5,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
weiterer Termin: 26.10.2018

80 13 20
Mo. 17.09.2018, 19:00 - 20:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 21
Di. 18.09.2018, 20:00 - 21:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 22
Do. 20.09.2018, 17:00 - 18:30 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

1. SEMESTER 2019

80 16 20
Mi. 20.03.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
12 Termine / 16 UE
53,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 30
Fr. 22.03.2019, 18:00 - 19:15 Uhr
12 Termine / 20 UE
66,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
Dozent: Jürgen Meyer

80 16 40
Fr. 22.03.2019, 18:00 - 19:00 Uhr
1 Termin
5,00 € Entgelt, Tai-Chi-Schule
weiterer Termin: 10.05.2019

80 13 20
Mo. 11.02.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
15 Termine / 30 UE
51,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 21
Di. 12.02.2019, 20:00 - 21:30 Uhr
15 Termine / 30 UE
51,00 € Entgelt, AEG-Gymn.
Dozentin: Petra Weiland

80 13 22
Do. 14.02.2019, 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 Taiji-Qigong

Auch für Eltern mit Kindern geeignet



Schnupperstunden:

Taiji-Kung-Fu – Kampfkunst und Selbstverteidigung

Taiji-Kung-Fu bildet die Basis der Selbstverteidigung und der Kampfkunst. Es stärkt das Selbstvertrauen und fördert die Selbstdisziplin.

Pilates

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.

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



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 2018

80 51 20

Di. 18.09.2018, 18:30 - 19:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Myriam Rees

L80 51 20 Ludweiler

Do. 20.09.2018, 20:30 - 21:30 Uhr

10 Termine / 12 UE

30,00 € Entgelt, Pfarrsaal Ludw.

Dozentin: Petra Weiland

L80 51 10 Ludweiler

Do. 20.09.2018, 19:30 - 20:30 Uhr

10 Termine / 12 UE

30,00 € Entgelt, Pfarrsaal Ludw.

Dozentin: Petra Weiland

L80 11 00 Ludweiler

Mo. 17.09.2018, 09:00 - 10:00 Uhr

10 Termine / 12 UE

30,00 € Entgelt, Haus d. Vereine

Dozentin: Petra Weiland

1. SEMESTER 2019

80 51 20

Di. 12.02.2019, 18:30 - 19:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, MLK-Gymn.

Dozentin: Myriam Rees

L80 51 20 Ludweiler

Do. 14.02.2019, 20:30 - 21:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, Pfarrsaal Ludw.

Dozentin: Petra Weiland

L80 51 10 Ludweiler

Do. 14.02.2019, 19:30 - 20:30 Uhr

15 Termine / 20 UE

44,00 € Entgelt, Pfarrsaal Ludw.

Dozentin: Petra Weiland

L80 11 00 Ludweiler

Mo. 11.02.2019, 09:00 - 10:00 Uhr

14 Termine / 18 UE

42,00 € Entgelt, Haus d. Vereine

Dozentin: Petra Weiland

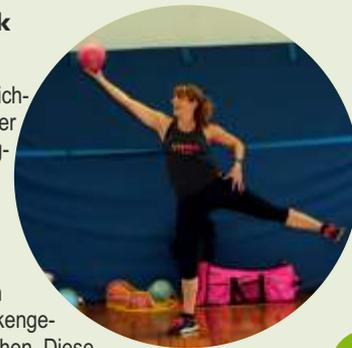
BEWEGUNG, GYMNASTIK GESUNDHEIT



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)

Sanfte Fitnessgymnastik zum Wochenbeginn

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

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.



Völklingen
Das Saarland lebt gesund!



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 Fittesselemente. 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 2018

80 55 21
Di. 18.09.2018, 17:30 - 18:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 22
Do. 20.09.2018, 19:00 - 20:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

L80 55 20 Ludweiler
Mo. 17.09.2018, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozent: Frank Meiser

L80 55 21 Ludweiler
Fr. 21.09.2018, 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. 18.09.2018, 15:30 - 16:30 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

1. SEMESTER 2019

80 55 21
Di. 12.02.2019, 17:30 - 18:30 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 22
Do. 14.02.2019, 19:00 - 20:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

L80 55 20 Ludweiler
Mo. 11.02.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozent: Frank Meiser

L80 55 21 Ludweiler
Fr. 15.02.2019, 17:00 - 18:00 Uhr
 15 Termine / 20 UE
 34,00 € Entgelt, Haus der Vereine
 Dozentin: Anja Heinrich

80 55 25
Di. 12.02.2019, 15:30 - 16:30 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
 Dozentin: Anja Heinrich

2. SEMESTER 2018

L80 53 21 (Ludweiler)
Fr. 21.09.2018, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
35,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: K. Schmidt-Chiarelo

1. SEMESTER 2019

L80 53 21 (Ludweiler)
Fr. 15.02.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
12 Termine / 24 UE
41,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: K. Schmidt-Chiarelo

80 55 20
Di. 18.09.2018, 16:30 - 17:30 Uhr
15 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, MLK-Gymn.
Dozentin: Anja Heinrich

80 55 20
Di. 12.02.2019, 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 wohlthuende 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 2018

89 10 11 (Mo./Fr.)
Mo. 17.09.2018, 18:00 - 18:45 Uhr
14 Termine/14 UE
60,00 € Entgelt,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 12
Fr. 14.09.2018, 19:00 - 19:45 Uhr
12 Termine / 12 UE
Entgelt frei,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard



1. SEMESTER 2019

89 10 11 (Mo./Fr.)
Mo. 25.03.2019, 18:00 - 18:45 Uhr
14 Termine/14 UE
60,00 € Entgelt,
Herm.-Neuberger-Halle
Dozent: Werner Gebhard

89 10 12
Fr. 05.04.2019, 19:00 - 19:45 Uhr
12 Termine / 12 UE
Entgelt frei,
Herm.-Neuberger-Halle
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.

Infotermin für alle Laufkurse:

2. Semester 2018, Mo., 10.09.2018, 20.15 Uhr, Altes Rathaus

1. Semester 2019, Mo., 18.03.2019, 20.15 Uhr, Altes Rathaus

VHS-LAUFTREFF im Rahmen von „Völklingen lebt gesund!“

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".

Um den Läuferinnen und Läufern mehr Abwechslung zu bieten, wechseln die Treffpunkte.

TEILNAHMEVORAUSSETZUNG ist die Fähigkeit, innerhalb von 45 Minuten mindestens 6 km laufen zu können, und dass keine gesundheitlichen Bedenken gegen die Teilnahme sprechen. Der VHS LAUFTREFF richtet sich an fortgeschrittene Läufer/innen und ist KEIN Anfänger-Kurs!





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 2018

89 00 23 Aqua-Fit
Di. 18.09.2018, 14:30 - 15:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 25 Aqua-Power
Do. 20.09.2018, 19:30 - 20:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 21 Aquatic-Fitness (Mo./Fr.)
Mo. 17.09.2018, 20:00 - 21:00 Uhr
5,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Dorothee Fuchs

35 00 61
So. 28.10.2018, 14:00 - 16:00 Uhr
5,00 € Entgelt
Stadtbad, VK



1. SEMESTER 2019

89 00 23 Aqua-Fit
Di. 12.02.2019, 14:30 - 15:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 25 Aqua-Power
Do. 14.02.2019, 19:30 - 20:15 Uhr
8,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Vanessa Perschke

89 00 21 Aquatic-Fitness (Mo./Fr.)
Mo. 11.02.2019, 20:00 - 21:00 Uhr
5,00 € Entgelt pro Termin¹,
Stadtbad, VK
Dozentin: Dorothee Fuchs



35 00 64
Mi. 15.05.2019, 17:00 - 18:30 Uhr
Abschlussfahrt:
So., 18.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
20,00 € Entgelt

In Zusammenarbeit mit dem
Kanuclub Völklingen

BEWEGUNG

GESUNDHEIT



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

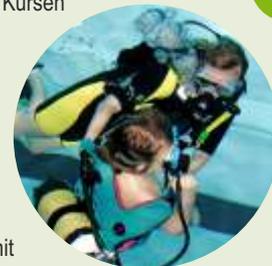
**Aqua-Power während der Freibad-
Saison bereits ab 19.00 Uhr**

**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

IM DIENSTE IHRER GESUNDHEIT

SCHAUEN SIE EINFACH MAL REIN.
WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH
UND BERATEN SIE GERNE.

BEI EINEM EINKAUF AB 5,00 € ERSTATTEN WIR
IHNEN 0,50 € IHRER PARKGEBÜHREN.

DAS TEAM DER MERKUR – APOTHEKE



MERKUR-APOTHEKE

CLAUDIA BERGER - BISMARCKSTRASSE 7
66333 VÖLKLINGEN - TELEFON 0 68 98 / 2 30 10

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 2018



30 10 10
Fr., 26.10.2018
13:15 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)
13:30 Uhr (Schlossplatz SB)
Entgelt: 85,00 €

30 10 11
Fr., 30.11.2018
12:45 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)
13:00 Uhr (Schlossplatz SB)
Entgelt: 85,00 €



1. SEMESTER 2019



30 10 10
Fr., 08.02.2019
12:45 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)
13:00 Uhr (Schlossplatz SB)
Entgelt: 85,00 €

30 10 11
Fr., 12.04.2019
12:15 Uhr (Kaufland VK-Wehrden)
12:30 Uhr (Schlossplatz SB)
Entgelt: 85,00 €

WEINLEHRFAHRTEN MIT G. ROUGET GESUNDHEIT



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.

Pfalz – Forst und Kallstadt

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne in Forst, Gelegenheit zu einem Menü mit Weinbegleitung in einem gastronomischen Restaurant in Kallstadt.

Weinlehrfahrt Elsass

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne in Rorschwihr, Gelegenheit zu einem typisch elsässischen Abendessen mit Weinbegleitung in einer besonderen elsässischen Weinstube.

Weinlehrfahrt Hessische Bergstraße und Frankfurt

Empfang und Degustation auf einer Referenzdomäne an der Hessischen Bergstraße, Gelegenheit für ein Menü mit Weinbegleitung in einem gastronomischem Restaurant in Frankfurt.

Weinlehrfahrt Baden - Kaiserstuhl

Empfang auf einer Referenzdomäne in Ihringen. Ortsbesichtigung. Gelegenheit zu einem Abendmenü mit Weinbegleitung in einem gastronomischen Restaurant der Region.



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

Mallorca – Feine Weine von der Urlaubsinsel

Der traditionsreiche mallorquinische Weinbau erlebt eine große Wiederbelebung. Oswin und Rosi Bauer stellen Referenzweine der Baleareninsel vor.

Gast: Oswin und Rosi Bauer, Montebelluna Weinhandel, St. Ingbert

Portugal: Alentejo und Douro

Christian Löw präsentiert Neuheiten aus dem Alentejo und Douro, darunter auch Portweine und spannende Rotweine großer Portweinerzeuger.

Gast: Christian Löw, LöwWeine, Quierschied

Spanische Weine und Käse

Rafael Gonzales bringt aus Spaniens Sierras besondere Käsesorten mit und kombiniert diese mit passenden spanischen Weinen

Gast: Rafael Gonzales, Iberbodega, Frankfurt

Degustationsabend mit dem Weinhandel Claudia Fischer

Degustation von Weinen aus dem Sortiment mit Ernst Fischer. Dazu gibt es besondere französische Käsespezialitäten

Gast: Ernst Fischer, Weinhandel Claudia Fischer, Geislautern

2. SEMESTER 2018

88 10 10

Di. 13.11.2018, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 20

Di. 20.11.2018, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 30

Di. 27.11.2018, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 40

Di. 04.12.2018, 19:30 - 22:30 Uhr

1. SEMESTER 2019

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 6,00 Euro.

Die verkosteten Weine werden in Umlage an den Dozenten gezahlt.



2. SEMESTER 2018

88 10 50

Di. 11.12.2018, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 60

Di. 22.01.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 70

Di. 29.01.2019, 19:30 - 22:30 Uhr



1. SEMESTER 2019

88 10 10

Di. 14.05.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 20

Di. 21.05.2019, 19:30 - 22:30 Uhr

88 10 30

Di. 28.05.2019, 19:30 - 22:30 Uhr



Jahresabschlussabend

TeilnehmerInnen stellen Ihre Entdeckungen und Lieblingsweine des Jahres vor

Rebsortenparadies Italien

Domenico Sciascia präsentiert Weine von jungen Winzern, die den Anbau von fast vergessenen Rebsorten betreiben: Garganega, Incrocio, Inzilia, Manzoni, Verdicchio, Lacrima, Canaiolo. Dazu gibt es Olivenöle und Antipasti von Domenico und Theresia Sciascia

Gast: Domenico Sciascia, Weinhandel Domenico's, Bous

Baden

Degustation von Neuheiten aus der Weinregion Baden mit Bernd Jacob, Klaus Wittling und Michael Petruck

Die Veranstaltung findet in den Räumen von Jacovin in Ludweiler statt

Weine der Großregion

Christian Löw bietet Weine des neuen Jahrgangs von Topdomains von Saar, Mosel, Pfalz, Luxemburg im Vergleich mit gereiferen Jahrgängen an.

Gast: Christian Löw, LöwWeine, Quierschied

Weinland Italien

Besuch beim Saarlandweinhändler: Weinhandel Stella/Weinkauff in Saarlouis

Meursault, Puligny Montrachet & Co.

Große Weißweine der Bourgogne mit Dr. Michael Diener

Gast: Dr. Michael Diener, Weinhandel 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. Am 8.11.2018 wird ein Viergänge Weihnachtsmenü zubereitet. 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 2018

91 10 10
Di. 18.09.2018, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 20
Di. 25.09.2018, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 30
Mi. 19.09.2018, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

1. SEMESTER 2019

91 10 10
Di. 12.02.2019, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 20
Di. 19.02.2019, 17:30 - 21:30 Uhr
3 Termine / 15 UE
25,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris

91 10 30
Mi. 20.02.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
5 Termine / 25 UE
42,50 € Entgelt, Schlossparkschule
Dozent: Giovanni De Nigris





2. SEMESTER 2018

L91 00 10

Di. 18.09.2018, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 20

Di. 25.09.2018, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 30

Sa. 17.11.2018, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

1. SEMESTER 2019

L91 00 10

Di. 12.02.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 20

Di. 19.02.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

L91 00 30

Sa. 16.03.2019, 18:00 - 21:45 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Haus der Vereine

Cucina in Crosta - Die Küche der verschiedenen Krusten

Probieren Sie leckere Rezepte aus der italienischen Küche mit Zutaten in verschiedenen Krustenvariationen, wie z.B. Salzkruste, Pistazienkruste und vieles mehr...



Specialità regionali - Regionale Spezialitäten Italiens

Vom Norden bis zum Süden:
Lernen Sie geschmackvolle
regionale Rezepte und italienische
Spezialitäten kennen.





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.

Feine, leichte Küche für jeden Tag

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 2018

91 40 50
Do. 20.09.2018, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßsparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 40 51
Do. 31.01.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßsparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes



91 50 10
Do. 18.10.2018, 17:30 - 21:15 Uhr
 3 Termine / 15 UE
 25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
 Dozent: Josef Bohnenberger

1. SEMESTER 2019

91 40 50
Do. 14.03.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßsparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

91 40 51
Do. 16.05.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schloßsparkschule
 Dozentin: Andrea Baltes

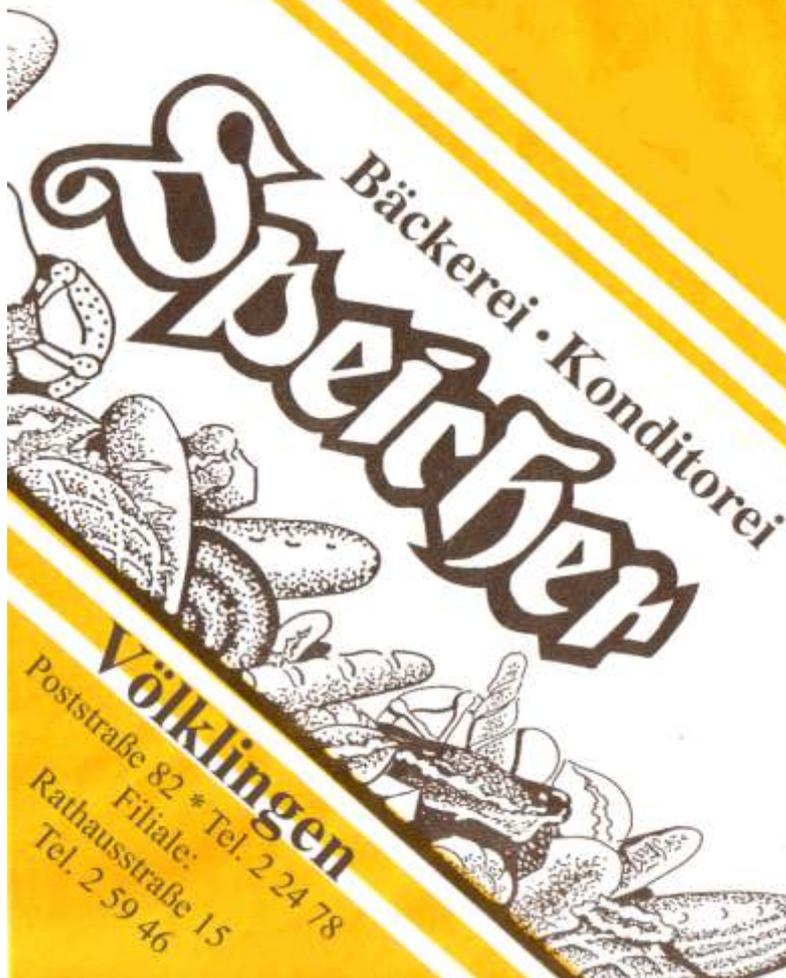
91 50 10
Do. 21.03.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
 3 Termine / 15 UE
 25,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
 Dozent: Josef Bohnenberger



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





Kulinarische Reise durch den Herbst

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.

So schmeckt der Frühling

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.

Spargel immer anders ...

Spargel, der König im Frühling - mal klassisch, mal ländlich, mal exotisch, eine Vielfalt an raffinierten Spargelgerichten wird in diesem Kurs vorgestellt. Die Kursleiterin zeigt, wie man aus diesen schmackhaften weißen und grünen Stangen raffinierte Vorspeisen, Salate, Aufläufe, Kuchen oder Beilagen herstellen kann.

Sabine kocht ...

... mit Ihnen!

Viele kennen Sabine Geiter als Köchin und Inhaberin der ehemaligen 8bar. In 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!

Herbst-Küche

Hier verarbeiten wir die gerade reifen Obstsorten zu herzhaften Gerichten.

2. SEMESTER 2018

91 20 10
Mi. 26.09.2018, 17:30 - 21:15 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
 Dozentin: Edith Loew



1. SEMESTER 2019

91 20 10
Mi. 13.03.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
 Dozentin: Edith Loew

91 20 20
Mi. 15.05.2019, 17:30 - 21:15 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlosssparkschule
 Dozentin: Edith Loew

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

91 60 10
Di. 16.10.2018, 17:30 - 21:15 Uhr
 1 Termin / 5 UE
 8,50 € Entgelt, Schlosssparkschule

2. SEMESTER 2018

91 60 20

Di. 06.11.2018, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 30

Di. 04.12.2018, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 40

Di. 15.01.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule



1. SEMESTER 2019



Foto:
H. Jenal

91 60 10

Di. 26.03.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 20

Di. 30.04.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 30

Di. 07.05.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule

91 60 40

Di. 14.05.2019, 17:30 - 21:15 Uhr

1 Termin / 5 UE

8,50 € Entgelt, Schlossparkschule



Auflauf und Überbackenes

Überraschen Sie Ihre Gäste mit geschmackvollen Aufläufen, die auch mal vegetarisch zubereitet sein können.

Weihnachts-Menü

Wir kochen gemeinsam ein aufeinander abgestimmtes Weihnachts-Menü und stellen verschiedene Vorspeisen in den Mittelpunkt.

Hausmannskost „Typisch saarländisch“

Die saarländische Hausmannskost hat längst Einzug in Nobelrestaurants gehalten. Freuen Sie sich in diesem Kurs auf typisch saarländische Gerichte.

Orientalische Küche

Wer schon einmal einen orientalischen Markt besucht hat, wird die vielfältigen Gerüche und Geschmacksrichtungen nie vergessen. In dem Kurs werden wir diese Eindrücke in Gerichte verwandeln.

Frühlingsküche mit Bärlauch und Löwenzahn

Zu den ersten Frühlingsboten in der Natur gehören Bärlauch und Löwenzahn. Ein frisch zubereitetes Pesto aus Bärlauch mit Pasta und ein schmackhafter Löwenzahnsalat sind im Frühling willkommene vitaminreiche Gerichte.

Frühlingsküche mit Spargel und Schnittlauch

Wir freuen uns in jedem Jahr auf die beginnende Spargelzeit. Im Kurs bereiten wir verschiedene Spargelgerichte zu und verwenden den frisch sprießenden Schnittlauch.

Leichte Sommerküche mit Fisch und Obst

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



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.



Abschalten durch experimentelles Malen 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.

Wir machen Achtsamkeitsübungen, um im gegenwärtigen Moment anzukommen. Wir beschäftigen uns praktisch und theoretisch mit dem Thema Kreativität und Problemlösung. Hierzu stellen wir uns u. a. die Fragen: Wie können wir Perfektionismus ablegen? Wie gehen wir mit Unvorhergesehenem um?

Durch das Experimentieren mit ungewöhnlichen Materialien entstehen ungewöhnlichen Ergebnisse, die uns viel Freude bereiten werden.

2. SEMESTER 2018

80 14 20
Fr. 09.11.2018, 17:30 - 20:30 Uhr
 4 Termine / 12 UE
 28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin:
 Annette Bachmann-Vicktor

1. SEMESTER 2019

80 14 20
Fr. 22.03.2018, 17:30 - 20:30 Uhr
 4 Termine / 12 UE
 28,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin:
 Annette Bachmann-Vicktor

80 14 40
Fr. 14.12.2018, 17:30 - 20:30 Uhr
 1 Termin / 4 UE
 7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin:
 Annette Bachmann-Vicktor

80 14 40
Fr. 10.05.2018, 17:30 - 20:30 Uhr
 1 Termin / 4 UE
 7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin:
 Annette Bachmann-Vicktor





2. SEMESTER 2018

Fr., 07.09.2018, 18:00 Uhr

Fr., 12.10.2018, 18:00 Uhr

Fr., 16.11.2018, 18:00 Uhr

Fr., 01.02.2019, 18:00 Uhr

1. SEMESTER 2019



Fr., 22.03.2019, 18:00 Uhr

Fr., 03.05.2019, 18:00 Uhr

Fr., 14.06.2019, 18:00 Uhr

Ausstellung VHS Kurs Acrylmalen der Dozentin Eva Müller

Ausstellung vom 07.09. – 04.10.2018

Fotoclub Völklingen – Völklinger Gesichter

Ausstellung vom 12.10. – 08.11.2018

Zeichnung trifft Farbe – Petra Ludwig und Margrit Stiebel-Gärtner

Ausstellung vom 16.11. – 21.12.2018

VHS Malkurse Evelyn Bachelier

Ausstellung vom 01.02. – 28.02.2019

Grenzüberschreitender Künftleraustausch: Jean-Marie Gapp Nostalgie impressioniste

Ausstellung vom 22.03. – 19.04.2019

Aquarell und Zeichnung Margrit Stiebel-Gärtner, Petra Ludwig, Claudia Schäffner, Horst Reinsdorf

Ausstellung vom 03.05. – 29.05.2019

KonkretDigital (Grafikkunst) von Hans Jürgen Ospelt

Ausstellung vom 14.06. – 31.07.2019



Radierung: Workshop mit Christel Traut

In diesem Workshop werden die verschiedenen Möglichkeiten der Radierung vermittelt, ausgehend von den klassischen Techniken wie z.B. Kaltnadel, Strichätzung, Vernis mous oder Aquatinta bis hin zu experimentellen Versuchen bei Ätzzvorgängen und Druckverfahren. Durch Anleitung im technischen Bereich und individuelle Unterweisung im künstlerisch-gestalterischen Bereich wird die Entwicklung zum selbstständigen Arbeiten, also von der Plattenvorbereitung bis hin zum Druck, angestrebt. Schwerpunkt im Workshop wird 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 2018

20 14 10
Di. 18.09.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 3 Termine / 9 UE
 25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Christel Traut

20 14 20
Di. 23.10.2018, 18:00 - 20:15 Uhr
 3 Termine / 9 UE
 25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Christel Traut

1. SEMESTER 2019

20 14 10
Di. 12.03.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 3 Termine / 9 UE
 25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Christel Traut

20 14 20
Di. 07.05.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
 3 Termine / 9 UE
 25,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
 Dozentin: Christel Traut

20 60 10
Mi. 12.09.2018, 15:00 - 17:15 Uhr
 6 Termine / 18 UE
 32,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozentin: Simone Noack

20 60 10
Mi. 13.02.2019, 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 2018

20 13 10
Mi. 19.09.2018, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 20
Di. 18.09.2018, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 30
Mo. 17.09.2018, 18:30 - 20:00 Uhr
5 Termine / 10 UE
17,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

L20 15 10
Do. 18.10.2018, 17:00 - 19:15 Uhr
8 Termine / 24 UE
41,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: Iris Klis

1. SEMESTER 2019

20 13 10
Mi 13.02.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 20
Di. 12.02.2019, 18:30 - 20:00 Uhr
10 Termine / 20 UE
34,00 € Entgelt, Schule Luisenthal
Dozent: Horst Reinsdorf

20 13 30
Mo. 11.02.2019, 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 2018

L20 14 41
Sa. 08.09.2018, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 09.09.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 42
Sa. 13.10.2018, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 14.10.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 43
Sa. 17.11.2018, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 18.11.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 44
Sa. 08.12.2018, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 09.12.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

1. SEMESTER 2019

L20 14 41
Sa. 02.02.2019, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 03.02.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 42
Sa. 09.03.2019, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 10.03.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 43
Sa. 13.04.2019, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 14.04.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 44
Sa. 04.05.2019, 14:00 - 18:00 Uhr
So. 05.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
2 Termine / 10 UE
24,00 € Entgelt, Haus der Vereine

L20 14 40
Do. 06.09.2018, 13:00 - 18:15 Uhr
4 Termine / 28 UE
48,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: Evelyn Bachelier

L20 14 40
Do. 31.01.2019, 13:00 - 18:15 Uhr
4 Termine / 28 UE
48,00 € Entgelt, Haus der Vereine
Dozentin: Evelyn Bachelier



2. SEMESTER 2018

20 12 50

Mo. 17.09.2018, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 51

Mi. 19.09.2018, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 55

Di. 23.10.2018, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 56

Di. 20.11.2018, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 57

Di. 04.12.2018, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

7,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

1. SEMESTER 2019

20 12 50

Mo. 11.02.2019, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal

20 12 51

Mi. 13.02.2019, 09:30 - 11:45 Uhr

8 Termine / 24 UE

41,00 € Entgelt, Schule Luisenthal



20 12 54

Di. 26.03.2019, 15:00 - 18:00 Uhr

1 Termin / 4 UE

7,00 € 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!

Acrylmalen und Mischtechniken – Farben des Herbstes

Acrylmalen und Mischtechniken – Engel-Workshop zum Entspannen

Acrylmalen und Mischtechniken – Winterlicher Zauber

Acrylmalen und Mischtechniken – Frühlingserwachen





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., 15.10.18, 18.00 - 20.15 Uhr, Entgelt: 12,00 €,
Dozent: Uwe Hemmerling

Kurs: Mein perfektes Foto – Grundlegende Fototechniken

20 20 20, Do., 18.10., 25.10. u. 8.11.18, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: Hilmar Buchmann

Workshop: Herbstlandschaft

20 20 25, Sa., 20.10.18, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit

Kurs: Mein perfektes Foto – Weiterführende Fototechniken

20 20 21, Do., 15., 22. u. 29.11.18, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: Hilmar Buchmann

Workshop: Photoshop Elements – Grundlagen

58 10 10, Sa., 17.11.18, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozent: Friedhelm Chlopek

Workshop: Erotische Fotografie

20 20 26, Sa., 24.11.18, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 61,00 € (inkl. Model), Kleingruppe max. 6 TN
Dozent: Jürgen Isberner

Workshop: Photoshop Elements – Aufbau

58 10 20, Sa., 15.12.18, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozent: Friedhelm Chlopek

Workshop: Blaue Stunde + Nachtfotografie

20 20 27, Do., 10.01.19, 18.00 - 21.00 Uhr,
Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit



Fotos: Jürgen Bennoit





Gute Fotos mit der Smartphone-Kamera aufnehmen

59 00 10, Mo., 11.02.19, 18.00 - 21.15 Uhr, Entgelt: 12,00 €, Dozent: Uwe Hemmerling

Kurs: Mein perfektes Foto – Grundlegende Fototechniken

20 20 20, Do., 14.02., 21.02. u. 07.03.19, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: Hilmar Buchmann

Kurs: Mein perfektes Foto – Weiterführende Fototechniken

20 20 21, Do., 14., 21. u. 28.03.19, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 21,00 €, Dozent: Hilmar Buchmann

Workshop: Portraitfotografie

20 20 25, Sa., 23.03.19, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit

Workshop: Blaue Stunde + Nachtfotografie

20 20 26, Do., 11.04.19, 18.00 - 21.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Jürgen Bennoit

Workshop: Photoshop Elements – Grundlagen

58 10 10, Sa., 13.04.19, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €,
Dozent: Friedhelm Chlopek

Workshop: Photoshop Elements – Aufbau

58 10 20, Sa., 11.05.19, 10.00 - 16.00 Uhr, Entgelt: 28,00 €, Dozent: Friedhelm Chlopek

Workshop: Licht und Schatten im Weltkulturerbe

20 20 27, Sa., 18.05.19, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €,
Dozent: Jürgen Bennoit

Workshop: Architektur-Fotografie – Ludwigskirche Saarbrücken

20 20 28, Sa., 01.06.19, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 14,00 €, Dozent: Hilmar Buchmann

Workshop: Klassische Aktfotografie

20 20 29, Sa., 15.06.19, 10.00 - 13.00 Uhr, Entgelt: 61,00 € incl. Kosten für das Model,
Kleingruppe max. 6 TN, Dozent: Jürgen Isberner



Fotos: Jürgen Isberner



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.

VHS Waben

Loni Hausknecht und Erwin Lorscheider haben sich ein schönes Projekt zum sechzigjährigen Jubiläum der VHS ausgedacht: Jeder Teilnehmende stellt seine individuelle Keramik, Kachel oder Glasscheibe in Wabenform her. Zum Abschluss werden die Waben wie in einem Bienenstock zusammengefügt. Wir können darauf gespannt sein, welches Gesamtkunstwerk hieraus entsteht.

Vielen Dank für diese wunderbare Idee!



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.

85 10 10
Sa. 20.10.2018, 14:00 - 17:45 Uhr
1 Termin / 5 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Rita Spurk

85 10 11
Sa. 24.11.2018, 14:00 - 17:45 Uhr
1 Termin / 5 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Rita Spurk

85 10 10
Sa. 09.03.2019, 14:00 - 17:45 Uhr
1 Termin / 5 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Rita Spurk

85 10 11
Sa. 13.04.2019, 14:00 - 17:45 Uhr
1 Termin / 5 UE
30,00 € Entgelt, Altes Rathaus
Dozentin: Rita Spurk

2. SEMESTER 2018

20 40 40

Do. 13.09.2018, 09:00 - 11:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hauskecht

20 40 50

Di. 11.09.2018, 19:00 - 21:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 60

Do. 13.09.2018, 19:00 - 21:15 Uhr

10 Termine / 40 UE

68,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 80

Sa., 03.11.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

Sa., 10.11.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

54,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 90

Sa., 27.10.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

Sa., 17.11.2018, 10:00 - 16:00 Uhr

54,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

1. SEMESTER 2019

20 40 40

Do. 14.02.2019, 09:00 - 11:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hauskecht

20 40 50

Di. 12.02.2019, 19:00 - 21:15 Uhr

10 Termine / 30 UE

51,00 € Entgelt, Schule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

20 40 60

Do. 14.02.2019, 19:00 - 21:15 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.

Kunstobjekte aus Ton & Glas, z. B. Kunst im Quadrat

Wir gestalten kunstvoll keramische Bilder (z.B. in Quadratform) oder andere Objekte. Durch die Einbringung der farbigen Gläser werden die Bilder zum Leben erweckt. Schaffen Sie sich Ihre eigenen, künstlerischen Werke für Ihre Wohnung oder Ihr Haus.

Im ersten Seminarteil fertigen Sie eine Keramikform aus Ton (z.B. Quadrat, Kugel, Pyramide). Im zweiten Seminarteil wird das Kunstobjekt mit farbigem Glas künstlerisch gestaltet.



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..



Glasmosaikarbeiten am Wochenende

Ziel dieses Wochenendseminars ist es, ein Glasmosaikobjekt fertig zu stellen. Sie schneiden die Gläser zu, lernen das Schleifen und letztendlich das Zusammensetzen der einzelnen Teile im Metallmantel. Sie können Glasschalen, Untersetzer, Fensterbilder und andere persönliche Werkstücke herstellen. Das Seminar ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.



2. SEMESTER 2018

20 50 10
Mi. 12.09.2018, 18:15 - 20:30 Uhr
10 Termine / 30 UE
66,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

20 50 40
Mi. 16.01.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
27,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

Kostenfreier Infotermin:
20 50 30
Mi.; 09.01.2019, 18:00 Uhr

20 50 20
Sa. 29.09.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
18,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

1. SEMESTER 2019

20 50 10
Mi. 13.02.2019, 18:15 - 20:30 Uhr
10 Termine / 30 UE
66,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

20 50 40
Mi. 29.05.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine / 12 UE
27,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider

Kostenfreier Infotermin:
20 50 30
Mi.; 09.05.2019, 18:00 Uhr

20 50 20
Sa. 04.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
1 Termin / 8 UE
18,00 € Entgelt,
Schule Röchlinghöhe
Dozent: Erwin Lorscheider



2. SEMESTER 2018

20 00 10
Mo. 17.09.2018, 16:45 - 17:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

1. SEMESTER 2019

20 00 10
Mo. 11.02.2019, 15:45 - 16:45 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.

20 00 20
Mo. 11.02.2019, 16:45 - 17:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

20 00 20
Mo. 17.09.2018, 18:45 - 19:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 30
Mo. 11.02.2019, 18:45 - 19:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen

20 00 30
Mo. 17.09.2018, 19:45 - 20:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 40
Mo. 11.02.2019, 19:45 - 20:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Fortgeschrittene I

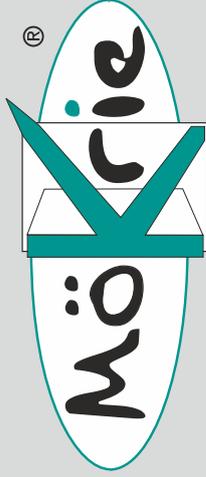
20 00 40
Mo. 17.09.2018, 17:45 - 18:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel

20 00 50
Mo. 11.02.2019, 17:45 - 18:45 Uhr
 12 Termine / 16 UE
 28,00 € Entgelt, Altes Rathaus
 Dozent: Heiko Deubel



Bitte bringen Sie zu allen
 Gitarrenkursen Ihre Gitarre mit!

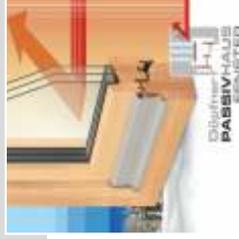
**Moderne Gitarre für Fortgeschrittene II**



— 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 2018

25 00 10

Mo. 17.09.2018, 19:00 - 22:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal

1. SEMESTER 2019

25 00 10

Mo. 11.02.2019, 19:00 - 22:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal

**Theater: Grundkurs Schauspiel**

Der Kurs vermittelt auf ganz praktische Art das Handwerk des Theaterspielens. Jürgen Reitz, Regisseur und künstlerischer Leiter der Theatergruppe Titania, gibt mit einer Vielzahl an Übungen Einblicke in die Kunst des darstellenden Spiels. Alle Aspekte des schauspielerischen Könnens werden dabei gestreift: das freie und schöpferische improvisatorische Spiel, das Aneignen und Verkörpern einer Rolle und richtigen Sprechen und Stimmbildung.

Der Kurs richtet sich vor allem an Einsteiger. Aber auch diejenigen, die bereits Bühnenerfahrung sammeln konnten, haben hier die Gelegenheit, ihre Fertigkeiten aufzufrischen und neue kennenzulernen.

25 00 20 **Improvisation**

Di. 18.09.2018, 19:00 - 22:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal

25 00 20 **Verkörpern**

Di. 12.02.2019, 19:00 - 22:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal

Theater: Aufbaukurs

Wir beginnen mit diversen Vorübungen. In diesen werden bestimmte Fähigkeiten angesprochen, die ein Schauspieler mitbringen sollte. Z.B. die Fähigkeit, Menschen genau zu beobachten, sich auf unterschiedliche Prozesse gleichzeitig zu konzentrieren, der Phantasie freien Lauf lassen, sich bestimmte Gegenstände konkret vorzustellen und sie als real vorhanden zu empfinden. Sobald diese Fähigkeiten ausreichend beherrscht werden, gehen wir zu konkreten schauspielerischen Übungen über. Die Improvisation ist der schöpferische Akt des Schauspielers und führt Schritt für Schritt zur Aneignung einer Rolle. Schauspielen heißt sinnlich-praktisch handeln, leibhaftig nachahmend einen handelnden Menschen darstellen.

35 00 35

Mi. 19.09.2018, 16:00 - 19:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal



35 00 35

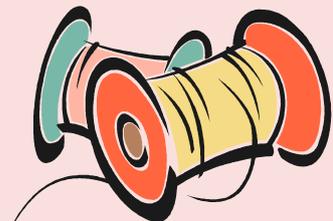
Mi. 13.02.2019, 16:00 - 19:00 Uhr

15 Termine / 60 UE

Entgelt frei, Lernzentrum Luisenthal

Junge VHS: Kinder- und Jugendtheater

In diesem Kurs lernen die jungen TeilnehmerInnen alles kennen, was zum Theaterspielen dazu gehört: Rollen spielen, singen, tanzen. Egal, ob du schon Erfahrungen auf der Bühne gesammelt hast oder nicht, hier erlebst du, wie viel Spaß es macht, mit anderen gemeinsam auf der Bühne Theater zu spielen. In jedem Jahr nehmen wir uns ein neues Stück vor, das zur Aufführung kommt. Aber vorher heißt es: Text lernen, sprechen üben und lernen, was es bedeutet, Mitglied in einem Theaterensemble zu sein.



2. SEMESTER 2018

Kurstitel	Nummer	Beginn	Ort	Entgelt	Dozentin
Schneidern lernen für Einsteiger	902010	Mo. 17.09.18, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Stefanie Pabst
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902020	Mo. 24.09.18, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902030	Mi. 19.09.18, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Nähen mit der Overlock NEU	902040	Mi. 26.09.18, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern für Fortgeschrittene	902050	Do. 20.09.18, 19:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler
Schneidern Schritt für Schritt	902060	Do. 27.09.18, 19:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler

jeweils 8 Termine, 14tägig



Unsere Nähkurse sind auch für Jugendliche geeignet!



1. SEMESTER 2019

Kurstitel	Nummer	Beginn	Ort	Entgelt	Dozentin
Schneidern lernen Anfänger	902010	Mo. 11.02.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Stefanie Pabst
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902020	Mo. 18.02.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern lernen Schritt für Schritt	902030	Mi. 13.02.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Nähen mit der Overlock NEU	902040	Mi. 20.02.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Elisabeth Bermann
Schneidern für Fortgeschrittene	902050	Do. 14.02.19, 18:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler
Schneidern Schritt für Schritt	902060	Do. 21.02.19, 19:00	Altes Rathaus	45,00 €	Roswitha Kohler



KLEINES LAND – GROSSES FORMAT



Vielschichtig – Large Format Printing bei Kern.

Wir bedrucken und verarbeiten eine große Bandbreite an Materialien von Papier und Kartonagen über Klebefolien und Kunststoffplatten bis hin zu Holz, Acrylglas und Metall. Erleben Sie mit konturgeschnittenen Printmedien Großformatdruck in einer neuen Dimension: Individuelle Verkaufs- und Präsentationsdisplays, anspruchsvolle Messesysteme oder maßgefertigten Produktverpackungen. Ob hochwertige Kunstdrucke, kostengünstige Einzelstücke

oder Serienproduktion – wir finden auch für Ihre Anforderung die passende Lösung. Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen Ihr Werbekonzept und die dazu passende Gestaltung. Das ist Fullservice aus einer Hand, bis hin zur Montage direkt vor Ort.

Kern GmbH – Ihr Partner für Innen- und Außenwerbung im Saarland.

Wir drucken. Nachhaltig. www.kerndruck.de

kern GmbH

2. SEMESTER 2018



Fr., 14.09.2018, 19:00 Uhr
Beginn des Festivals

Fr., 07.12.2018, 18:00 Uhr
Rathaus Forbach

76 60 10
Sa. 22.09.2018, 09:00 - 12:00 Uhr
7 Termine / 28 UE
95,00 € Entgelt, Burghof Forbach
Dozentin: Rose-Marie Tonnelier

1. SEMESTER 2019



Fr., 22.03.2019 18:00 Uhr
Altes Rathaus, Völklingen

76 60 10
Sa. 16.02.2019, 09:00 - 12:00 Uhr
7 Termine / 28 UE
95,00 € Entgelt, Burghof Forbach
Dozentin: Rose-Marie Tonnelier



Grenzüberschreitendes Orgelfestival

**Ausstellung im Forbacher Rathaus:
Petra Ludwig und Margret Stiebel-Gärtner**

**Kunsausstellung in Völklingen: Jean-Marie Gapp
Nostalgie impressioniste**

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

Freitag, 17. August 2018, 18:30 Uhr
Prüfung: 27. Oktober 2018

Freitag, 18. Januar 2019, 18:30 Uhr
Prüfung: 4. Mai 2019



Infos unter: 06898/ 13 25 97 oder

www.bootsfahrschule-poseidon.de



Zertifikat für weitere drei Jahre verlängert! Nachgewiesene Qualität des VHS-Managementsystems

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).

Der Geschäftsführer der GZQ, Thomas Scherer, führt jedes Jahr persönlich die Audits in unserer VHS durch. Alle drei Jahre ist eine intensive Prüfung vorgeschrieben. In den Zwischenjahren gibt es Überprüfungsaudits, ob die festgelegten oder neu geplanten Qualitätskriterien auch von der VHS umgesetzt werden.

Auch dieses Mal wurde die Prüfung ohne Beanstandungen und Auflagen durchgeführt. Thomas Scherer: „Ich freue mich jedes Mal auf den Besuch bei der VHS Völklingen. Es gibt immer neue Entwicklungen, die im Bereich der Weiterbildung wegweisend sind. Die VHS Völklingen investiert viel in alle Qualitätsbereiche, was ja an der guten Resonanz in der Bevölkerung sichtbar wird!“



Qualität, die sich auszahlt: So ist die Durchführung von Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung nach § 45 Absatz 1 Satz 1 Nummer 1 bis 5 SGB III nur mit nachgewiesenem Qualitätsmanagementsystems möglich. „Aber vor allem profitieren unsere Teilnehmenden davon, und das ist das Wichtigste!“, so VHS-Direktor Karl-Heinz Schäffner.



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.

Entgeltspflicht:

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 VHS Völklingen (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

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) 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 ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.



3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüsse) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Vermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessierte oder Kursteilnehmende zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden 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.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren, sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unserer Datenschutzbeauftragten lauten:

Simone Haselmann

E-Mail: simone.haselmann@voelklingen.de

Telefon: 06898/132114





**MALERBETRIEB &
MALERFACHMARKT**
seit über 50 Jahren

Pratt GMBH

- Tapezierarbeiten
- Lackierungen
- Farben
- Lacke
- 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

www.wisag.de

 **WISAG**

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

- **Unterhalts- &
Sonderreinigung**
- **Krankenhaus-
reinigung**
- **Verkehrsmittel-
wartung**
- **Lebensmittelhygiene**
- **Logistikdienste &
Service**





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.

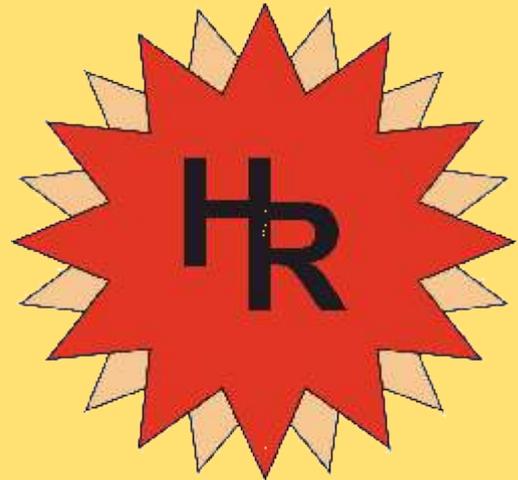
Hans J.Ronck

66333 Völklingen

 06898-974747

Fax. 06898-974798

www.ads-ronck.de



Weltkulturerbe

Völklinger Hütte

Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur



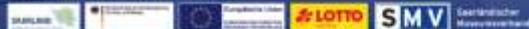
Legende
Queen Elizabeth II.

Sammlung Luciano Pelizzari

bis 6. Januar 2019
täglich ab 10 Uhr

www.voelklinger-huette.org

Mit freundlicher Unterstützung von



Weltkulturerbe

Völklinger Hütte

Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur

Generaldirektor Prof. Dr. Meinrad Maria Grewenig
66302 Völklingen / Saarbrücken
Gruppenbuchungen und Tickets
+49 (0) 6898 / 9 100 100



Banksy's Dismaland & Others

Fotografien von Barry Cawston

bis 4. November 2018
täglich ab 10 Uhr

www.voelklinger-huette.org

Mit freundlicher Unterstützung von



In Kooperation mit

