

vhs

Volkshochschule
Oberberg

Herbst/Winter 2020



www.vhs-oberberg.de

Programm
Engelskirchen



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

AMT FÜR SCHULE UND BILDUNG



Engelskirchen

Abteilungsleitung

Fragen, Anregungen, Wünsche zu unserem Programm in Engelskirchen richten Sie bitte an

Hans-Willi Rudloff

ehrenamtlicher Leiter der VHS-Abteilung in Engelskirchen.

Telefon 02263 20133

Mobil 0176 50215655

E-Mail: engelskirchen@vhs-oberberg.de



Informationen zur Anmeldung

Zu allen Kursen und Veranstaltungen der VHS Oberberg ist Ihre **verbindliche Anmeldung** (Online, per Fax oder schriftlich) mit Angabe der Kursnummer erforderlich. Sofern keine andere Anmeldefrist in der Kursausschreibung festgelegt ist, **muss** die Anmeldung **5 Werktage vor Kursbeginn vorliegen**.

Ihre Anmeldung richten Sie an:

Bürgerbüro Engelskirchen, Engelsplatz 4, 51766 Engelskirchen

Fax: 02263 83-8401, buengerbuero@engelskirchen.de

Im Falle der **Online-Anmeldung** (www.vhs-oberberg.de) oder **E-Mail-Anmeldung** (engelskirchen@vhs-oberberg.de) erhalten Sie eine **Anmelde- und Buchungsbestätigung**.

Die VHS Oberberg benachrichtigt Sie darüber hinaus, wenn der Kurs belegt ist, nicht stattfindet oder eine Änderung eintritt.

Die **Gebühr zahlen Sie durch das SEPA-Lastschriftverfahren**, für Sie sicher und bequem und für die VHS Oberberg deutlich verwaltungsvereinfachend. Die Gebühr wird erst nach Veranstaltungsbeginn abgebucht. Ausführliche Informationen entnehmen Sie unseren Teilnahmebedingungen im Hauptheft und unserer Homepage www.vhs-oberberg.de.

HINWEIS



Wussten Sie schon?

Die in diesem Gemeindeprogramm aufgeführten Kurse sind lediglich eine kleine Auswahl des Gesamtkursangebots Ihrer VHS Oberberg.

Die VHS Oberberg bietet im gesamten Kreisgebiet und somit in allen 12 Gemeinden des Oberbergischen Kreises sowie in der VHS-Zentrale in Gummersbach-Niederseßmar ein breitgefächertes und jeweils eigenes Kursangebot an.

Das Gesamt-Programmheft mit über 450 spannenden Kursen finden Sie an verschiedenen Auslageorten in Ihrer Gemeinde, wie z. B. Ihrem Rathaus, Geldinstituten oder Einzelhandelsgeschäften, oder als Download auf www.vhs-oberberg.de/programmheft.

Da ist für Sie sicherlich auch in Ihren Nachbargemeinden etwas dabei!

ONLINE-ANGEBOTE



Volkshochschul-Kurse gehen ONLINE!

Auch in diesem Semester wird die VHS Oberberg wieder zusätzliche Online-Angebote aufnehmen! Bitte schauen Sie für weitergehende Informationen auf der Homepage der VHS Oberberg unter: **www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote**

Es lohnt sich, dort regelmäßig vorbeizuschauen, denn aktuell erweitern wir unsere Online-Angebote stetig.

So sollen im Herbst/Winter-Semester Livestreams in Kooperation mit „vhs.wissen live“ ebenso zum Programm gehören wie z. B. verschiedene WebSeminare in unterschiedlichen VHS-Fachbereichen. Diese werden auf der Homepage der VHS Oberberg kontinuierlich fortgeschrieben. Bei Fragen können Sie sich gerne an Ihre VHS wenden:

info@vhs-oberberg.de oder 02261 8190-0.

EIN PAAR PERSÖNLICHE WORTE VORAB...



Die VHS Oberberg trotz(t) Corona!

Gemeinsam haben wir ein Frühjahr hinter uns, das durch die Corona-Pandemie und deren Folgen in fast jeder Hinsicht außergewöhnlich zu nennen ist und nicht nur uns in unserer Region, sondern die Menschen weltweit vor große Herausforderungen gestellt hat - und noch stellt. Wir hoffen darum sehr, dass Sie mit Ihren Familien vor allem gesundheitlich gut durch diese Monate gekommen sind und Sie sich auch weiterhin in robuster Verfassung befinden.

Unsere Pläne, für Sie im Frühjahr ein attraktives Weiterbildungsangebot in gewohnter Präsenzunterrichtsform zusammenzustellen, wurden Mitte März von einem auf den anderen Tag komplett über den Haufen geworfen, und all unser analoges menschliches Tun erlebte eine für uns ungewohnte, fundamentale Entschleunigung. Spätestens ab dann wurde klar, dass die Digitalisierung und die vielfach bekräftigte Notwendigkeit, diese in vielen (Lebens-)Bereichen voranzubringen, nicht etwa etwas Abstraktes, irgendwie nebenbei Daseiendes ist, sondern dass deren Nützlichkeit und Erfordernis für viele Menschen z.B. im Home-Office und Home-Schooling ganz konkret erlebbar wurde.

Als VHS Oberberg haben wir auf diese Gestaltungsanforderung schnell mit Online-Angeboten aus den unterschiedlichsten Fachbereichen reagiert und auf unserer Webseite www.vhs-oberberg.de und in den Sozialen Medien veröffentlicht. Gleichzeitig zeigten auch viele unserer Kursleitenden ein hohes Interesse daran, sich an dem digitalen Gestaltungsprozess

durch das eigene Entwickeln neuer Lernformen und -settings zu beteiligen. Volkshochschulen waren und sind jedoch zuallererst analoge (Lern-)Orte der Begegnung, des persönlichen Austauschs und Aushandelns von Lernzielen, Inhalten und -formen. Diese besondere Stärke möchte auch die VHS Oberberg nie aufgeben.

Das Ihnen nun vorliegende Programmheft für den Herbst 2020 ist darum in der Absicht entstanden, Ihnen zum einen die gewohnte Lernumgebung zu bieten und ergänzend dazu Neugierde und Lust auf das Experiment Digitalisierung zu wecken.

Es besteht aus heutiger Sicht leider keine Garantie, dass ab September die Rahmenbedingungen für den Unterricht so sein werden wie vor Corona und wir unsere Kurse so durchführen können, wie wir sie für dieses Programmheft geplant haben. Damit müssen wir gemeinsam umgehen. Kreativ sein. Alternativen entwickeln. Und die möglicherweise zunächst nicht ganz freiwillige Mischung aus Präsenzunterricht und virtuellem Klassenzimmer auch als Chance begreifen. Wir sind sehr optimistisch, dass uns dies gemeinsam und erfolgreich gelingen wird.

Bis wir uns wiedersehen, bleiben Sie zuversichtlich und bleiben Sie bitte gesund - am besten immer!

Ihr VHS-Team
Renée Scheer
(Leiterin der VHS Oberberg)

Engelskirchen

GESELLSCHAFT UND POLITIK



Foto: Bundesregierung (Bild-ID: 00014228) / Bild: Harald Kirschner

B2013049 Wanderausstellung „30 Jahre Mauerfall und deutsche Wiedervereinigung - Von der Friedlichen Revolution zur deutschen Einheit“

Am 03. Oktober 2020 jährt sich die deutsche Wiedervereinigung zum 30. Mal. Doch was führte zu diesem bedeutenden Ereignis, das nichts weniger als das Ende des Kalten Krieges einläutete?

Finden Sie es heraus in der Wanderausstellung „30 Jahre Mauerfall und deutsche Wiedervereinigung - Von der Friedlichen Revolution zur deutschen Einheit“, die von der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur und dem Beauftragten der Bundesregierung für die neuen Bundesländer herausgegeben wurde.

Letztmalig lässt die VHS Oberberg diese Ausstellung im aktuellen Semester durch den Oberbergischen Kreis touren. Die genauen Orte und Termine werden auf der Homepage der VHS Oberberg und in der Presse rechtzeitig bekanntgegeben.

ANKÜNDIGUNG: Die Folgeausstellung „Umbruch Ost - Lebenswelten im Wandel“, eine Ausstellung zur Geschichte der deutschen Einheit nach 1990, wird die VHS Oberberg voraussichtlich ab dem Frühjahr/Sommer-Semester 2021 im Oberbergischen Kreis zeigen.

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE



Die VHS Oberberg bietet BAMF-Integrationskurse in der VHS-Zentrale Gummersbach-Niederseßmar, in Hückeswagen und Wipperfürth an.

Weiterhin können Kurse für Asylbewerber und Selbstzahlende angeboten werden.

Zum Abschluss eines Integrationskurses findet die Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) in der VHS-Zentrale statt. Der Test „Leben in Deutschland“ (LiD) zum Abschluss des Orientierungskurses findet am jeweiligen Unterrichtsort statt.

Bitte beachten Sie die allgemeinen Informationen zu „Deutsch als Fremdsprache“ in diesem Programmheft.

Das aktuelle Programm finden Sie unter www.vhs-oberberg.de.

Da sich das Angebot auch noch während des Semesters häufig ändert (neue Kurse, Änderungen der Unterrichtszeiten etc.), wird auf einen Abdruck des aktuellen Kursangebots verzichtet. Bitte nutzen Sie die Möglichkeit der persönlichen Beratung und Einstufung: Wir suchen mit Ihnen nach einem geeigneten Kurs! Vereinbaren Sie bitte einen Termin.

Terminabsprache

- DaF-Hotline, 02261 8190-65 (08:00 – 12:00 Uhr)
- Lilli Reichenbach 02261 8190-35, lilli.reichenbach@vhs.obk.de
- Andrea Rüppel 02261 8190-25, andrea.rueppel@vhs.obk.de
- Julia Schnabel 02261 8190-41, julia.schnabel@vhs.obk.de

Verantwortlich für die Organisation der Kurse, Beratung und Einstufung:

- Sigrid Schuster 02261 8190-16, sigrid.schuster@vhs.obk.de
- Ewelina Pickhardt 02261 8190-50, ewelina.pickhardt@vhs.obk.de
- Mona Lisa Laufenberg 02261 8190-52, monalisa.laufenberg@vhs.obk.de

FREMDSPRACHEN



Informationen und Beratung zu allen Fremdsprachenkursen der VHS Oberberg erhalten Sie unter 02261 8190-70.

Hinweis:

Bitte kaufen Sie das angegebene Lehrbuch erst, wenn sichergestellt ist, dass der Kurs stattfindet.

B2002250 „EASY ENGLISH“ - Englisch Grundkurs 0 - A1 ohne Vorkenntnisse

Das Kursangebot EASY ENGLISH richtet sich an Erwachsene, die keine oder sehr geringe Englischkenntnisse besitzen und Englisch von Grund auf neu lernen möchten. Schritt für Schritt werden Sie befähigt, sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Sie üben z. B. Redewendungen zur Begrüßung, das Formulieren einfacher Fragen und Antworten sowie das Verstehen, Lesen und Schreiben kurzer Nachrichten, Briefe oder E-Mails. Ziel ist der sichere Umgang mit der englischen Sprache. Eine Kursfortsetzung ist geplant. Bitte melden Sie sich frühzeitig für dieses neue Kursangebot an. Informationen unter 02266 4634144. „Take the chance and join this group!“

Lehrbuch: EASY ENGLISH A1.1, Coursebook, Cornelsen Verlag - ISBN: 978-3-06-520805-5

Regina Gibbons

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr, Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2002251 „EASY ENGLISH“ - Englisch Grundkurs A1.1 mit ersten Vorkenntnissen

Dieses Kursangebot EASY ENGLISH A1.1 richtet sich an Erwachsene, die noch einige grundlegende Eng-

lischkenntnisse aus der Schulzeit besitzen oder diese in zwei Semestern bei der VHS erworben haben. In einem abwechslungsreichen, unterhaltsamen Sprachtraining werden Sie Schritt für Schritt und in kleinen Lernportionen Ihre Englischkenntnisse weiter ausbauen und vertiefen. Sie lernen z. B., sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen, üben das Formulieren einfacher Fragen und Antworten sowie das Verstehen, Lesen und Schreiben kurzer Nachrichten, Briefe oder E-Mails. Auch interessante landeskundliche Themen werden wir behandeln. Ziel unseres Unterrichts ist der sichere Umgang mit der englischen Sprache in Freizeit und Beruf. Bitte planen Sie daher zusätzlich zum Unterricht auch etwas Zeit für kurze Wiederholungen des Lernstoffes zu Hause ein, damit Sie schon bald ein Wörtchen auf Englisch mitreden können. Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02266 4634144.

„Take the chance and join this group!“

Lehrbuch: EASY ENGLISH A1.1, Coursebook, Cornelsen Verlag - ISBN: 978-3-06-520805-5

Regina Gibbons

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr, Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002255 „EASY ENGLISH“ - Englisch Grundkurs A2.2 mit Vorkenntnissen

Sie haben bereits mehrere Semester Englisch bei der VHS gelernt oder bringen noch einige Grundkenntnisse auf A2-Niveau mit, die Sie in diesem Fortsetzungskurs aktualisieren und ergänzen möchten. Wir beginnen mit einer kurzen Wiederholung und Festigung des bereits Gelernten auf der Basis unseres Lehrbuches EASY ENGLISH A2.2. In diesem kommunikativen Unterricht lernen Sie auf abwechslungsreiche Weise, mit vielen Übungen und in kleinen Schritten, sich in einfachen Sätzen in Englisch zu verständigen und Ihr Hörverständnis zu verbessern. Ziel ist der sichere Umgang mit der englischen Sprache in Wort und Schrift, damit Sie in Freizeit, auf Reisen und im Beruf sprachlich fit sind. Je nach Bedarf werden uns auch aktuelle zeitgeschichtliche und interessante landeskundliche Themen aus dem englischsprachigen Raum beschäftigen. Neue Teilnehmer*innen, die Vorkenntnisse, z. B. aus der Schulzeit, mitbringen, können gern in diesen Kurs einsteigen. Um eine frühzeitige Anmeldung wird gebeten. Informationen zum Kurs und zum Lernstand der Gruppe erhalten Sie bei der Dozentin unter 02266 4634144. „Great to see you!“

Lehrbuch: EASY ENGLISH A2: Band 2, Coursebook, Cornelsen Vlg. - ISBN: 978-3-06-520817-8

Regina Gibbons

Engelskirchen

Beginn: 02.09.2020, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002262 „Monday Night Conversation B1 will be continued!“

With a new teacher (experienced in teaching in English-speaking countries) and with fresh ideas we continue our „Monday Night Conversation“. Enjoy talking on B1 level, brush up your English and become more self-confident in using the English language. We will have a lot of fun when we train our speaking proficiency (i. e. games, roleplays, etc.), activate our passive vocabulary, do some additional exercises in grammar and read some interesting stories... Join the club! New members are welcome!
Kurs ab 8 Personen.

Lehrbuch: Selected authentic learning-materials. 5,00 EUR print costs have to be paid to your teacher after the first lesson.

Maxie Fischer

Beginn: 07.09.2020, montags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 87,00 EUR + 5,00 EUR Materialkosten,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002264 „Let's talk!“ - English Conversation B1 - B2 in the Morning

It's early in the morning and we're already keen to speak English. If you want to improve your conversational skills, come along to our lively sessions where we read different texts and talk about all matters of interest. You will have the chance to refresh and practice your English in a relaxed atmosphere. You are expected to contribute to the discussions but shouldn't be afraid of making mistakes: nobody is perfect! We would like to warmly welcome you to our conversation and discussion group. Let's talk!
Kurs ab 8 Personen. Informationen zum Kurs und zum Lernstand der Gruppe unter 02263 9036740.

Lehrbuch: Selected literature or authentic learning-materials

Brigitte Berzbach

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr,
Engelskirchen, Altes Rathaus Runderoth, Rathausplatz 1
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002267 „Jeudi, jour fixe“ - Conversation en français ab B1

Voici l'occasion d'entretenir et d'approfondir vos connaissances en français et de partager votre intérêt

pour la France avec d'autres francophiles. In einem unterhaltsamen und abwechslungsreichen Austausch werden auch aktuelle Themen diskutiert. Die Grammatik wird bedarfsgerecht vertieft. Neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen ab B1-Niveau sind in diesem Konversationskurs herzlich willkommen! Kurs ab 10 Personen. Eine Kursfortsetzung ist geplant.

Claude Corbach-de la Maduère

Beginn: 10.09.2020, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 58,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



Foto: Adobestock

B2002270 „Bella Italia!“ - Italienisch Grundkurs 0 - A1 ohne Vorkenntnisse

„Benvenuti! Willkommen!“ - Nutzen Sie die Zeit bis Ende des Jahres, um in einem abwechslungsreichen und unterhaltsamen Unterricht erste grundlegende Kenntnisse der italienischen Sprache zu erwerben. Dieser Sprachkurs vermittelt Ihnen ein zeitgemäßes, modernes Italienisch und in einem auf Kommunikationsfähigkeit ausgerichteten Sprachunterricht werden Sie möglichst schnell und unkompliziert lernen, sich zunächst in einfachen Sätzen zu verständigen. Sie lernen z. B. sich selbst vorzustellen, nach dem Weg zu fragen, ein Essen im Restaurant zu bestellen u. v. m. - eine gute Basis für eine Reise nach Italien und (berufliche) Kontakte mit Italienisch sprechenden Menschen. Auch italienische Kultur und Lebensweise werden wir thematisieren. „A presto!“ Kurs ab 6 Personen. Eine Fortsetzung des Kurses ist geplant. Informationen unter 02261 9947154.

Lehrbuch: Insieme A1, Kurs- u. Arbeitsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-020157-0

Francesco Macchiarola

Beginn: 07.09.2020, montags, 19:30 - 21:00 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
10 Termine (20 Ustd.),
Gebühr: 80,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002272 Italienisch Mittelstufe B1 mit guten Vorkenntnissen

Sie lieben Italien, das gute Essen, den Lebensstil und die lebendige Sprache und verfügen bereits über solide Italienischkenntnisse. Anhand moderner Lehrwerkstexte und Konversationsübungen werden Sie Ihre Sprachkenntnisse weiter entwickeln. Jeweils zu Beginn des Kurses erfolgt eine gründliche Wiederholung, die Ihnen die notwendige Sicherheit bei der Sprachanwendung vermittelt. Wir beginnen mit Wiederholungen aus dem unten angegebenen Lehrwerk. Neue Teilnehmende sind willkommen. „Ci vediamo!“ Kurs ab 6 Personen. Informationen zum Kurs und zum Lernstand der Gruppe unter 02261 9947154.

Lehrbuch: Insieme B1, Cornelsen Verlag

Francesco Macchiarola

Beginn: 07.09.2020, montags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
10 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 80,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002281 Spanisch lernen mit CON GUSTO A1.2 mit ersten Vorkenntnissen

„¡Hola! ¿Que tal?“ - Sie haben bereits zwei Semester erfolgreich bei der VHS Spanisch gelernt und möchten Ihre Sprachkenntnisse vertiefen. Dieser Fortsetzungskurs eignet sich für alle, die weitere Grundkenntnisse der spanischen Sprache für Urlaub und Reise sowie Schule und Beruf benötigen. Sie erarbeiten einen Wortschatz, trainieren Aussprache und Hörverstehen und üben das Sprechen in zunächst einfachen Sätzen. In diesem abwechslungsreichen, kommunikativen Fremdsprachenunterricht erhalten Sie natürlich auch landeskundliche und interessante Informationen über die Spanisch sprechende Welt und arbeiten mit dem modernen Lehrwerk „CON GUSTO Nuevo A1“. Die Dozentin Maxie Fischer wird Sie beim Spanischlernen fachkundig unterstützen.

„¡Hasta luego!“ Kurs ab 8 Personen.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lehr- u. Arbeitsbuch
Spanisch mit MP3CD und DVD, Klett Verlag;
ISBN 978-3-12-514671-6

Maxie Fischer

Beginn: 07.09.2020, montags, 19:30 - 21:00 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2002351 Arbeiten mit dem Laptop für die Generation 60+ : Grund- lagen MS-Windows 10 / Internet Kleingruppenkurs mit maximal 6 Teilnehmenden

Nach einer Einführung in die Arbeit mit einem Laptop mit MS-Windows 10 erhalten Sie Informationen über den Aufbau des Internets, Systeme und Programme und erlernen den Umgang mit Internetadressen, die gezielte Abfrage von Informationen, den Umgang mit Suchmaschinen, das Versenden/Empfangen von E-Mail. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die ersten 3 Termine (11./12./18.11.2020) finden im Alten Rathaus Runderoth statt, die 3 Internettermine (19./25.11, 02.12.2020) in der Volkshochschule Oberberg, Gummersbach-Niederseßmar. Wenn Sie über einen Laptop mit Windows 10 verfügen, können Sie diesen bei den ersten 3 Veranstaltungen nutzen.

Udo Frevel

Mittwoch, 11.11.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Runderoth,
Donnerstag, 12.11.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Runderoth,
Mittwoch, 18.11.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Runderoth,
Donnerstag, 19.11.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Gummersbach,
Mittwoch, 25.11.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Gummersbach,
Mittwoch, 02.12.2020, 09:00 - 11:35 Uhr, Gummersbach,
Engelskirchen, Altes Rathaus Runderoth, Rathausplatz 1 und
Volkshochschule Oberberg, Mühlenbergweg 3,
Gummersbach-Niederseßmar
6 Termine (21 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Anmeldung/Abmeldung schriftlich bis 27.10.2020

GESUNDHEITSBILDUNG



B2002549 Informationsabend zum Thema Hochsensibilität Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

NEU!

„Stell Dich nicht so an!“ - „Sei doch nicht so empfindlich!“ - „Du Mimöschchen!“ Kommen Ihnen diese oder ähnliche Sätze bekannt vor? Spüren, sehen, hören, fühlen Sie mehr, als andere in Ihrem Umfeld? Fühlen

COMPUTER



**Informationen und Beratung zu allen Computer-
kursen der VHS Oberberg erhalten Sie bei der
Fachbereichsleitung unter 02261 8190-13.**

Engelskirchen

Sie sich manchmal unverstanden von anderen Menschen in Ihrem Denken, Fühlen und Handeln?

Dies alles und noch mehr können Anzeichen dafür sein, dass Sie hochsensibel oder hochsensitiv sind. In diesem interaktiven Vortrag lernen Sie die Besonderheiten der Hochsensibilität kennen. Nachteile - jedoch auch viele Vorteile, die dieser Wesenszug mit sich bringt, werden u. a. an diesem Abend thematisiert. Ein Intensiv-Workshop zum Thema am 05.12. in der VHS-Zentrale.

Tanja Schmidt

Dienstag, 03.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Engelskirchen, Aggertalgymnasium, Olpener Str. 13
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 13,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Pilates

Die Balance zwischen Körper und Geist beruht auf der bewussten Kontrolle aller Muskelbewegungen. Um diese Balance zu erreichen, werden die Prinzipien des Pilates-Trainings eingesetzt: Atmung, Konzentration, Kontrolle, Zentrierung, Präzision und Bewegungsfluss. Pilates ist ein äußerst sanftes und effektives Training, das Ihnen die Möglichkeit gibt, Ihr Körperbewusstsein zu stärken, Haltungsfehler zu bearbeiten und somit Ihre Körperhaltung insgesamt zu verbessern. Bitte eine Gymnastikmatte, ein kleines Kissen und dicke Socken mitbringen.

Informationen unter 0160 96834502.

Tina Boxberg

12 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 39,00 EUR,
Engelskirchen, Pfarrheim Engelskirchen St. Peter u. Paul,
Burger Weg 7
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002550

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 18:30 - 19:30 Uhr

B2002551

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr

B2002552 Autogenes Training

NEU!

Das Autogene Training ist eine bewährte Methode um selbst in stressigen Situationen und Zeiten zu entspannen. Sie erlernen in diesem Kurs die Übungen des Autogenen Trainings. Diese können jederzeit ausgeführt und somit problemlos in den Alltag eingebracht werden. Durch das Training in der Gruppe werden die Übungsabläufe manifestiert und erlauben es Ihnen, die wohlthuende Entspannung abzurufen.

Sabine Bünting-Schmidt

Beginn: 07.09.2020, montags, 19:00 - 20:00 Uhr,
Engelskirchen, Pfarrheim Engelskirchen St. Peter u. Paul,
Burger Weg 7

10 Termine (14 Ustd.), Gebühr: 34,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2002553 Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes! Für alle gibt es Gründe, die Feldenkrais-Methode kennenzulernen und für sich zu nutzen. Es geht um Wahrnehmung und Aufmerksamkeit dem eigenen Körper und der Umwelt gegenüber, um schließlich Veränderung und Flexibilität zu erreichen. Schulen Sie Ihre Aufmerksamkeit und lernen Sie, Ihre Bewegungen zu beobachten und wahrzunehmen, Kräfte zu sparen sowie Stoffwechsel und Atmung zu beeinflussen. Die Feldenkrais-Methode hilft dem ganzen Menschen!

Ingrid Dustmann

Beginn: 16.09.2020, mittwochs, 15:30 - 17:00 Uhr,
Engelskirchen, Turnhalle Grundschule Schnellenbach,
Schulstr. 2, 8 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 64,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002556 Qigong - Bewegung - Atmung - Entspannung

Qigong wird seit Jahrhunderten in China zur Gesundheitsvorsorge angewandt. Die sanften gymnastischen Übungen erhalten die Beweglichkeit und trainieren gezielt die tiefe Muskulatur, die entscheidend für eine gesunde Haltung und Bewegung ist. Qigong wird auch als „bewegte Meditation“ bezeichnet, denn durch die klaren und positiven Bilder wird unsere Aufmerksamkeit voll und ganz in den Übungen benötigt und der Geist auf diese Weise zentriert und gestärkt. Qigong lässt sich mit gutem Essen vergleichen: Es macht uns gesund und hält Leib und Seele zusammen. So wird es z. B. auch immer mehr im Reha-Bereich angewendet. Der Kurs findet mit 8-10 Personen statt.

Felix Macht

Beginn: 04.09.2020, freitags, 10:00 - 11:00 Uhr,
Engelskirchen, Gesundheitszentrum Fischer & Plesch,
Holzer Weg 4-6
12 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 52,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002557 Ruhe-Oasen im Alltag - Einführung in die Technik der Meditation

Unsere Gesellschaft ist geprägt von „immer schneller und immer weiter“. Informationen und sozialer Austausch finden immer schneller statt und oft fehlt der nötige Abstand bzw. die nötige Ruhe dazu. Entschleunigung, das bewusste Trainieren der eigenen Aufmerksamkeit und die Meditation sind wichtige Hilfsmittel für einen souveränen Umgang mit dieser Entwicklung. In diesem Kurs werden die Teilnehmer*innen an die Meditation und die entscheidenden Vorübungen herangeführt. Denn mit der Meditation verhält es sich wie mit dem Sport: „unaufgewärmt“ sollte man nicht beginnen. In diesem Fall heißt das: Wie kann ich zur Ruhe kommen? Wie reguliere ich meine Aufmerksamkeit? Und wie kann ich in die Meditation eintauchen? Alle drei Aspekte werden im Sitzen, Stehen, Gehen und Liegen unterrichtet. Darüber hinaus lernen die Teilnehmer*innen die typischen Fallen kennen, die uns daran hindern, uns Zeit zur Ruhe zu nehmen. Das Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmer*innen Hilfsmittel an die Hand zu geben, mit denen sie sich kleine Ruhe-Oasen im Alltag schaffen können. Bitte bringen Sie eine Sportmatte und eine Sitzgelegenheit (Kissen, Hocker, o. ä.) mit. (Kleingruppenkurs mit 6-10 Personen)

Felix Macht

Beginn: 04.09.2020, freitags, 11:00 - 12:00 Uhr,
Engelskirchen,
Gesundheitszentrum Fischer & Plesch,
Holzer Weg 4-6
12 Termine (16 Ustd.),
Gebühr: 70,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Aquafitness

Dieses Fitnesstraining nutzt den natürlichen Widerstand und den Auftrieb des Wassers. Es ist gelenkschonend und hocheffektiv. Wir trainieren Kraft und Ausdauer, verbessern Kondition und Koordination.

Anneliese Konnerth

Engelskirchen, Bewegungsbad Aggertalklinik,
Am Sondersiefen 8
12 Termine (12 Ustd.),
Gebühr: 71,00 EUR inkl. Badnutzung,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002600

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 17:45 - 18:30 Uhr

B2002601

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 18:30 - 19:15 Uhr

B2002602 Wassergymnastik

Wassergymnastik macht sich die speziellen Eigenschaften des Wassers zunutze. Kraft- und Konditionsübungen schonen aufgrund des Auftriebs des Wassers die Gelenke, Sehnen und den Rücken und kräftigen die Muskulatur sowie das Herz-Kreislauf-System. Erlernen Sie Übungen, um gut beweglich zu sein und Ihre Muskeln zu kräftigen.

Heidi Stiefelhagen

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 17:45 - 18:30 Uhr,
Engelskirchen, Bewegungsbad Aggertalklinik,
Am Sondersiefen 8
14 Termine (14 Ustd.),
Gebühr: 83,00 EUR inkl. Badnutzung,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



Wassergymnastik

Bei der Gymnastik im Wasser trainieren Sie schonend den gesamten Körper. Das Training kann sich u. a. positiv auf Kraft, Koordination und Beweglichkeit sowie das Herz-Kreislauf-System auswirken. Die Gymnastik wird mit und ohne Handgeräte durchgeführt, der Kurs ist auch für Nichtschwimmer*innen geeignet.

Ute Göers-Haedenkamp

Engelskirchen, Bewegungsbad Aggertalklinik,
Am Sondersiefen 8
10 Termine (20 Ustd.),
Gebühr: 59,00 EUR inkl. Badnutzung,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002604

Beginn: 04.08.2020, dienstags, 19:15 - 20:00 Uhr

B2002605

Beginn: 13.10.2020, dienstags, 19:15 - 20:00 Uhr

Engelskirchen

MUSIK UND TANZ



B2002650 „Musik made in Engelskirchen“ - „Katak“ Samba Percussion

Die Samba-Gruppe „Katak“ bringt seit über 10 Jahren brasilianische Musik ins Bergische Land. Im Kurs wird das Spiel auf den typischen Instrumenten gelernt sowie der Einstieg in bestehende Stücke erarbeitet. Wer Spaß an dieser südamerikanischen Musik hat, ist hier genau richtig. An 8 Abenden wird die Gruppe vom Musikpädagogen und Musiker Töm Klöwer professionell unterrichtet, an 3 Terminen wird in Eigenregie geprobt. Auftritte in der Umgebung sind geplant. Eine langfristige Teilnahme ist sinnvoll und gewünscht. Instrumente werden zunächst gestellt. Weitere Informationen zum Kurs erhalten Sie bei Klaudia Poggemann 02263 9698150 oder klaudia.b@web.de. Informationen zum Kurs finden Sie auch auf der Homepage von Töm Klöwer unter www.rhythmcoaching.de.

Töm Klöwer

Klaudia Poggemann

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 19:45 - 22:00 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
11 Termine (33 Ustd.), Gebühr: 107,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002655 Musik-Workshop: Ein Cajón selbst bauen und spielen lernen - Die klingende Holzkiste

Unter dem Motto „Aktiv werden und in den Rhythmus kommen“ bauen Sie in diesem Musik-Workshop unter Anleitung ein eigenes Musikinstrument mit dem Namen „Cajón“, auf welchem Sie im zweiten Teil des Kurses erste Rhythmen und Schlagtechniken erlernen und gemeinsam mit der Gruppe spielen werden. Unser Instrument „Cajón“ ähnelt einer Holzkiste, die im Klang ein Schlagzeug nachbildet und für ein modernes Percussion-Instrument mit langer Tradition steht.

Ursprünglich waren es leere Transportkisten, die zur Kolonialzeit von den afrikanischen Sklaven in Peru als Trommelaufsatz verwendet wurden. Anfang der 70er Jahre wuchs die Popularität der Cajón in Europa durch die Flamenco-Musik und später durch Unplugged-Konzerte. Nach Fertigstellung Ihres persönlichen Instrumentes erhalten Sie Gelegenheit, in einer gemeinsamen Trommel-Aktion die cajóntypische Spielweise kennen zu lernen. Durch die einfache Bespielbarkeit und den guten Sound lassen sich Rhythmen von Hip-hop bis Afro leicht umsetzen und Sie werden sich selbst aktiv als Musiker und Mitglied dieses Musikevents erleben dürfen. - Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, denn Sie werden auf Ihrem neuen, kreativ-musikalischen Weg von einem professionellen Musiker, Percussionisten und erfahrenen Musikpädagogen begleitet. Bitte bringen Sie sich Getränke und Snacks für die Pause mit. Die Kosten für den Cajónbausatz (inklusive Bereitstellung von Werkzeugen) betragen 54,00 EUR, die am Kurstag direkt an den Dozenten zu zahlen sind. Informationen zum Kurs bei der VHS unter 02261 8190-70.

Weitere Infos zum Cajónbau auf der Homepage von Töm Klöwer: www.rhythmcoaching.de.

Töm Klöwer

Samstag, 19.09.2020, 10:00 - 15:15 Uhr,
Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Olpener Str. 13
1 Termin (7 Ustd.), Gebühr: 63,00 EUR + 54,00 EUR
Materialkosten u. a. für den Bausatz.
Anmeldung schriftlich bis 11.09.2020

B2002661 Tänze aus Israel - ein Schnupperkurs über 3 Abende

Israelische Tänze sind voller Lebensfreude, Sehnsucht und Melancholie, mal temperamentvoll, mal ruhig und nachdenklich. Die Musik lässt uns die Stimmung nachempfinden. Einige knüpfen an Geschichten aus dem Alten Testament an, andere beschreiben die Schönheit der Landschaft. Wir tanzen im Kreis, wir brauchen keine*n feste*n Partner*in, dabei lernen wir die Grundsätze des israelischen Tanzes. Mittanzen können alle, die ein wenig Musikalität besitzen und etwas Gefühl für Takt und Rhythmus mitbringen.

Irmhild Scholdan

Beginn: 18.09.2020, freitags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Engelskirchen, Kath. Kirche Ründeroth St. Jakobus,
Hauptstr. 22
3 Termine (6 Ustd.), Gebühr: 18,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002662 Tanzend um die Welt! Ein Kurs voller Musik Rhythmus und Bewegung!

Dies ist ein Tanz- und Bewegungsangebot für alle, die Freude an Musik und Rhythmus haben und gerne gemeinsam mit anderen aktiv sind. Sie lernen Tänze aus

aller Welt kennen: Musik aus dem Norden Europas, aus Russland, aus Griechenland, aus Israel, aus Afrika und aus Amerika spricht in unterschiedlicher Weise unsere Gefühle an, weckt die Lebensfreude und bringt uns in Schwung.

Unsere Tanzformen sind vielfältig, wir tanzen im Kreis, in der Gasse, probieren Line-Dance und Square.

Mögen Sie Rumba, Tango, Walzer oder Disco-Rhythmen? Dann sind Sie in dieser Gruppe gut aufgehoben!

Tanzen hält uns geistig und körperlich fit und bringt uns in der Gemeinschaft zusammen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, da Sie jeden Tanz Schritt für Schritt erlernen werden. Sie brauchen keine*n feste*n Partner*in, alle sind sehr willkommen! Fühlen Sie sich herzlich eingeladen und tanzen Sie mit!

Informationen unter 02261 74993.

Irmhild Scholdan

Beginn: donnerstags, 17.09.2020, 18:30 - 20:00 Uhr, Engelskirchen, Kath. Kirche Runderoth St. Jakobus, Hauptstr. 22

10 Termine (20 Ustd.),

Gebühr: 60,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Foto: Adobestock

KREATIVES GESTALTEN



B2002703 Aquarellieren mit Acrylfarben auf Leinwand!

Kann man mit Acrylfarbe Aquarelle malen? Ja! Das geht, denn Acrylfarbe ist wasserlöslich und kann für Aquarellgemälde auf Leinwand sehr gut genutzt werden. Dabei werden die Farben auch hier in dünnen, transparenten Farbschichten gemalt, Farbflächen lasierend aufgetragen oder lavierend Farbverläufe gestaltet. Auch wird mit der Nass-in-nass-Technik gearbeitet. Die verschiedenen Techniken und gestalterischen Möglichkeiten der Aquarelltechnik werden Ihnen anschaulich von der Dozentin erläutert und praxisnah und step-by-step vermittelt. Da bleibt viel Raum für Experimentierfreude und Fantasie, mit der Sie Ihr eigenes Bild in der neuen Technik gestalten

können. Bitte bringen Sie eigene Motivvorschläge in Form von Fotos, Skizzen etc. zum ersten Kurstag mit oder lassen Sie sich von Bildmaterial im Internet inspirieren. Der Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Wesentliche Grundregeln der bildnerischen Gestaltung werden vermittelt und Ihnen als Skript zur Verfügung gestellt. Bitte unbedingt eine Materialliste anfordern unter E-Mail:

Anne_Waldvogel@t-online.de.

Anne Waldvogel

Beginn: 15.09.2020, dienstags, 17:30 - 20:30 Uhr,

Engelskirchen, Aggertal gymnasium, Neubau/Werkraum, Olpener Str. 13,

8 Termine (32 Ustd.),

Gebühr: 96,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Foto: Adobestock

B2002704 Malen auf schwarzem Grund

Mit Acrylfarben erzielt man auf einem schwarzen Malgrund ganz andere Effekte als auf einem weißen. Das wussten schon die alten Meister, aber auch moderne Künstler*innen setzen diese Technik aufgrund ihrer besonderen Wirkung liebend gern ein. Das Malen auf schwarzem Grund fordert ein bewusstes Arbeiten mit Hell-dunkel-Kontrasten und die Auseinandersetzung mit den Eigenschaften von Farben. Dabei spielen auch die Menge und Konsistenz des Farbauftrages sowie die Deckkraft einer Farbe eine entscheidende Rolle für die Bildwirkung und dies wollen wir gemeinsam erkunden. Ihre Dozentin erläutert Ihnen verschiedene Techniken, gibt Ihnen eine praxisnahe Anleitung für das Anlegen des schwarzen Malgrundes mit Gesso sowie den verschiedenen Möglichkeiten des Farbauftrags und der Erzeugung von Farbwirkungen und zeigt Ihnen dieses exemplarisch an einem Gemälde. Bei der Auswahl Ihres Bildmotives (gegenständlich oder abstrakt) dürfen Sie frei wählen. Stöbern Sie im Internet nach geeignetem Bildmaterial und bringen Sie bitte eigene Fotos, Skizzen u. ä. für die Gestaltung Ihres Bildes mit. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene gedacht, denn als erfahrene Dozentin unterstütze ich Sie bei der Bildgestaltung, gebe Ihnen praktische Anleitung beim Malen und wichtige Informationen zur Auswahl

Engelskirchen

von Material und Techniken. Die wichtigsten Grundregeln der bildnerischen Gestaltung werden vermittelt und als Skript verteilt. So können Sie diese immer wieder nachlesen, um Ihre Kenntnisse und Erfahrungen beim Malen zu erweitern und zu festigen. Bitte vor Kursbeginn unbedingt eine Materialliste anfordern unter E-Mail: Anne_Waldvogel@t-online.de.

Anne Waldvogel

Beginn: 16.09.2020, mittwochs, 17:30 - 20:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertalgymnasium, Neubau/Werkraum,
Olpener Str. 13,
8 Termine (32 Ustd.),
Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002705 Malen Sie die Städte dieser Welt in unterschiedlichen Techniken!

NEU!

Von den großen Städten dieser Welt wie z. B. New York, Paris, London, Barcelona, Amsterdam u. a. geht eine ungeheure Faszination aus, die wir in einem Gemälde einfangen wollen. Neben der reinen, effektvollen Malerei können Sie das Thema „Städteansichten“ auch gern mit Collagetechniken verbinden und z. B. Fotofragmente, Materialien, Fundstücke u. ä. in Ihr Bild einarbeiten. Dies ist natürlich sehr reizvoll, wenn Sie die Stadt, die Sie in Ihrem Bild gestalten möchten, selbst gesehen haben und von der Sie authentisches Material mitgebracht haben, z. B. Theater- und Busfahrkarten, Stadtpläne, eigene Fotos, Reiseprosperkte usw. Sehr schöne Effekte ergeben sich auch durch die Kombination mit Strukturpasten und Lacksprays. Ihre Dozentin unterstützt Sie bei der Ideenfindung, vermittelt Ihnen die Grundlagen des Malens, den Einsatz von Collagetechniken und gibt Ihnen auf Wunsch auch eine Step-by-step-Anleitung. Es werden Ihnen exemplarisch fertige Bilder vorgestellt, die Sie bei der Gestaltung und Bildkomposition inspirieren werden. Bringen Sie vorhandene Bildmotive und Materialien mit oder stöbern Sie im Internet nach Motiven Ihrer Wahl. Dieser Kurs erlaubt experimentelles Arbeiten und ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Ihre Dozentin gibt Ihnen wichtige Informationen und Anregungen zu Material und Techniken und hilft bei der Beschaffung besonderer Materialien. Die wichtigsten Grundregeln der bildnerischen Gestaltung werden vermittelt und als Skript zum Nachlesen verteilt. Bitte fordern Sie unbedingt vor Kursbeginn eine Materialliste per E-Mail an: Anne_Waldvogel@t-online.de

Anne Waldvogel

Beginn: 17.09.2020, donnerstags, 17:30 - 20:30 Uhr,
Engelskirchen, Aggertalgymnasium, Neubau/Werkraum,
Olpener Str. 13,
8 Termine (32 Ustd.),
Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

TEXTILES GESTALTEN



Foto: Adobestock

Zuschneiden und Nähen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ist Nähen auch für Sie eine Leidenschaft? Suchen Sie ganz individuelle Kleidung, die Sie für sich oder die Familie anfertigen möchten? Träumen Sie z. B. von einem maßgeschneiderten Kleid oder einer ganz persönlichen Bluse? Oder hängt vielleicht Ihr Lieblingskleidungsstück im Schrank, weil es nicht (mehr) passt und Sie Anleitung und Ideen für eine Änderung brauchen? Dann fangen Sie mit dem Nähen an oder erweitern Sie Ihre Kenntnisse. Ich zeige Ihnen gern, wie es geht! Inhalte dieses Kurses werden sein: Vermittlung von Grundkenntnissen und -fertigkeiten für das Nähen von Kleidung, wichtige Informationen zum Umgang mit der Nähmaschine, Tipps für die Auswahl und Anfertigung von Schnitten für individuelle Kleidungsstücke, fachgerechtes Maßnehmen, richtiges Zuschneiden, auch Anpassen und Ändern. Auch das Aufpeppen bzw. sogenannte „Upcycling“ Ihres Lieblingskleidungsstückes ist auf Wunsch möglich. Bitte bringen Sie Ihre eigene Nähmaschine und Nähzubehör mit (z. B. Lineal, Maßband, Nähgarn, Schneiderschere etc.).

HINWEIS: Am 24.09.2020 findet kein Unterricht statt. Informationen zum Kurs und dem erforderlichen Zubehör erhalten Sie bei der Dozentin unter 0178 4112912. Um eine frühzeitige Anmeldung zum Kurs wird gebeten.

Cornelia Schwarz

Engelskirchen, Aggertalgymnasium,
Olpener Str. 13
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2002750

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 18:30 - 21:30 Uhr,
7 Termine (28 Ustd.),
Gebühr: 96,00 EUR

B2002751

Beginn: 26.11.2020, donnerstags, 18:30 - 21:30 Uhr,
4 Termine (16 Ustd.),
Gebühr: 55,00 EUR

HINWEIS



Spezialisten gesucht!

- Sie sind Spezialist*in für ein bestimmtes Thema?
- Sie teilen Ihr Wissen gerne mit anderen?
- Sie arbeiten gerne mit einer Gruppe interessierter Menschen?

Dann melden Sie sich doch bei der VHS Oberberg!

**Bitte melden Sie sich in der VHS-Zentrale:
02261 8190-0
info@vhs-oberberg.de**



kompetent & engagiert



**EHRENAMTS-
AKADEMIE**
OBERBERGISCHER KREIS



- Unterstützung ehrenamtlich engagierter Bürgerinnen und Bürger durch gebührenfrei qualifizierte Weiterbildung.
- Anerkennung und Wertschätzung für Menschen, die sich für das Gemeinwohl im Oberbergischen Kreis bürgerschaftlich einsetzen.

**Im Herbst/Winter 2020
interessante Online-Angebote**



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

UNTERSTÜTZUNG DES EHRENAMTES



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Oberbergischer Kreis



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperförth – Haus der Familie

www.obk.de/ehrenamts-akademie

Telefon: 02261 88-1271

Zentrale



Auf den folgenden Seiten finden Sie Veranstaltungen der VHS Oberberg in der Zentrale in Gummersbach-Niederseßmar, Mühlenbergweg 3.

Ihre schriftliche Anmeldung für die Kurse B2013000-B2013999 richten Sie bitte an die VHS Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach oder an info@vhs-oberberg.de.

Bitte beachten Sie, dass nachfolgende Kursausreibungen z. T. stark gekürzt sind. Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch des Kurses, Materialhinweise und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de oder im Gesamtprogrammheft.

Informationen erhalten Sie auch bei der Zentrale der VHS Oberberg unter 02261 8190-0 oder unter einer der angegebenen Telefonnummern.

ZWEITER BILDUNGSWEG



Hauptschulabschluss nach Klasse 9

12.08.2020 - 24.06.2021

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 300,00 EUR

Hauptschulabschluss nach Klasse 10 a

12.08.2020 - 21.01.2021

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 150,00 EUR

Fachoberschulreife (FOR)

Lehrgang 2021: 25.01.2021 - 01.07.2021

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 150,00 EUR

Die Lehrgänge sind nicht BaFöG-fähig!

Information, Beratung und Anmeldung:

Renée Scheer,
VHS Oberberg, Klasse 9/10a, 02261 8190-15

Dominik Clemens
VHS Gummersbach, FOR, 02261 87-2540

GESELLSCHAFT UND POLITIK



B2013051 Hate-Speech und Fake-News - Erkennen von und umgehen mit Online-Anfeindungen und Falschmeldungen

Online-Anfeindungen in sozialen Netzwerken (sog. Hate-Speech) sind mittlerweile an der Tagesordnung. Außerdem sind gerade in Bezug auf Migrant*innen und Flucht, aber auch rund um das Corona-Virus, Falschmeldungen im Netz immer häufiger. Sie werden gezielt gestreut oder unbedacht weiterverbreitet. Wie kann ich gegen Hate-Speech im Netz vorgehen? Wie erkenne ich Fake-News? Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

In enger Zusammenarbeit mit dem Netzwerk gegen Rechts im Oberbergischen Kreis durchgeführt.

Carolin Hesidenz

Freitag, 04.12.2020, 16:30 - 19:30 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei;
finanziell unterstützt durch das Netzwerk gegen Rechts im Oberbergischen Kreis,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013930 WebSeminar: HERstory - Geschichte und Gegenwart aus weiblicher Perspektive

In diesem WebSeminar blicken wir auf historische und gegenwärtige Ereignisse und fokussieren dabei die Rolle von Frauen. Mit Schriftstücken, Videos, Projekten, digitalen Museen sowie Biographien von Frauen erarbeiten wir uns einen neuen Blick auf Geschichte und Gegenwart, sodass umfangreichere Bilder von gesellschaftlichen Ereignissen möglich sind.

Das WebSeminar erstreckt sich über vier Wochen, mit jeweils einer Online-Präsenzsitzung von zwei Stunden pro Woche.

Die Anmeldevoraussetzungen und weitere Informationen wie z. B. zur Software finden Sie in der Veranstaltungsbeschreibung unter www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote.

Lisa Teresa Gut, Veronika Reiser

dienstags, 18:00 - 20:00 Uhr,
10.11., 17.11., 24.11. und 01.12.2020,
4 Termine (12 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

Das WebSeminar „HERstory - Geschichte und Gegenwart aus weiblicher Perspektive“ wird im Rahmen des „Innovationsstipendiums 2020“ gefördert durch den VHS-Landesverband NRW und das NRW-Landesministerium für Kultur und Wissenschaft.

ANGEBOTE FÜR FRAUEN



B2013052 Diskriminierung von Frauen - Ein Workshop für engagierte Frauen

Wir schauen uns das Feld der Diskriminierung und die verschiedenen Ebenen genauer an und stellen konkrete Bezüge zur Alltagsrealität her. Gemeinsam überlegen wir, welche Konsequenzen dies hat und wie sich der (berufliche) Alltag diskriminierungssensibel(er) gestalten lässt.

Carolin Hesidenz

Samstag, 19.09.2020, 9:30 - 14:30 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (6 Ustd.),
Gebühr: 33,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013054 JETZT komme ICH! - Wirksames Auftreten für Frauen in Beruf und Öffentlichkeit

Bettina Loidl

Samstag, 14.11.2020, 9:00 - 17:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (10 Ustd.),
Gebühr: 44,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

INKLUSION



B2013050 Sprache bringt Menschen zusammen - Eine Einführung in die Deutsche Gebärdensprache

Lernen Sie doch mit unserer Dozentin Maria Lancieri, die seit ihrer Geburt gehörlos ist, die Deutsche Gebärdensprache kennen. Diese eröffnet Ihnen die Möglichkeit, gehörlose Menschen zu verstehen und mit ihnen zu kommunizieren. Die Gebärdensprache steht der Lautsprache in ihrer Komplexität und Ausdrucksfähigkeit in nichts nach.

Maria Lancieri

Beginn: 07.11.2020, samstags, 9:30 - 15:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (14 Ustd.),
Gebühr: 52,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

GESUNDHEITSBILDUNG



B2013550 Workshop zum Thema Hochsensibilität Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

Der Workshop richtet sich an Erwachsene, die hochsensibel sind und leichter mit diesem Wesenszug umgehen möchten.

Tanja Schmidt

Samstag, 05.12.2020, 10:00 - 17:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.),
Gebühr: 27,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

KREATIVES GESTALTEN



B2013701 Urban Sketching: Zeichnen aus Leidenschaft!

Das Zeichenmaterial wird Ihnen für eine Pauschale von 5,00 EUR zur Verfügung gestellt.
Info: 0172 3284026 (Doz.).

Hans-Christian Sanladerer

Termine: 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 03.11., 10.11., 01.12., 08.12.2020.
Beginn: 08.09.2020, dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 84,00 EUR + ggf. Materialkosten,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Bildhauerseminar: „Hau rein! Hau Stein!“ - Kleine Skulpturen und Objekte aus Tuffstein

Dana van Rijssen

Werkstatt für Bildhauerei,
Marienheide, Kempershöher Str.12
2 Termine (16 Ustd.),
Gebühr: 64,00 EUR + Materialkosten

B2013705

Samstag, 26.09.2020, 11:00 - 17:00 Uhr,
Sonntag, 27.09.2020, 11:00 - 17:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 19.09.2020

B2013706

Samstag, 10.10.2020, 11:00 - 17:00 Uhr,
Sonntag, 11.10.2020, 11:00 - 17:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 02.10.2020

Zentrale

Werkstattkurs: Einführung in die Kunst und die Techniken des Schweißens

Peter Herrig, Udo Ristau

Kursort: Kunstschlosserei Udo Ristau,
Überdorfstr. 22, 53783 Eitorf
1 Termin (7 Ustd.), Gebühr: 115,00 EUR,
inklusive Materialkosten und kleinem Imbiss.

B2013715

Samstag, 19.09.2020, 09:00 - 14:15 Uhr,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 12.09.2020

B2013716

Samstag, 14.11.2020, 09:00 - 14:15 Uhr,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 07.11.2020

B2013717 Schmieden, schweißen, flexen ... Kreatives Gestalten dekorativer Objekte aus Stahl in der Weihnachtszeit!

Udo Ristau, Nicole Heiduk

Samstag, 21.11.2020, 09:00 - 14:15 Uhr,
Kursort: Kunstschlosserei Udo Ristau,
Überdorfstr. 22, 53783 Eitorf
1 Termin (7 Ustd.), Gebühr: 115,00 EUR; inkl. Nutzung von
Maschinen/Werkzeug und Material von 50,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an bis 14.11.2020

B2013710 Schmuckgestaltung mit Art Clay Silver® (ASC) (Feinsilber)

Anke Schmeichel-Kreitschmer

Samstag, 07.11.2020, 10:00 - 17:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (10 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR + Materialkosten,
Anmeldung schriftlich bis 30.10.2020

TEXTILES GESTALTEN



Patchwork-Workshop

Kerstin Alznauer-Hötten

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
4 Termine (13 Ustd.), Gebühr: 39,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013750

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 17:30 - 20:00 Uhr,
Termine: 09.09., 07.10., 11.11. und 09.12.2020

B2013751

Beginn: 16.09.2020, mittwochs, 17:30 - 20:00 Uhr,
Termine: 16.09., 28.10., 18.11. und 16.12.2020

MODE UND KOSMETIK



Farbtypberatung: Schöner und erfolgreicher mit den richtigen Farben in Beruf und Alltag!

Mirja Peters

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 54,00 EUR

B2013801

Samstag, 26.09.2020, 10:00 - 16:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 18.09.2020

B2013802

Samstag, 31.10.2020, 10:00 - 16:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 23.10.2020

Schön geschminkt in Alltag und Beruf - Mit Tipps und Anleitungen einer jungen, professionell arbeitenden Visagistin

Diana Schulte

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 28,00 EUR + 10,00 EUR Materialko-
sten (Pflege- und Schminkprodukte), die am Veranstaltun-
gstag direkt an die Dozentin zu zahlen sind.

B2013805

Samstag, 26.09.2020, 10:00 - 13:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 18.09.2020

B2013806

Donnerstag, 08.10.2020, 17:30 - 20:30 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 01.10.2020

B2013807

Samstag, 07.11.2020, 10:00 - 13:00 Uhr,
Anmeldung schriftlich bis 30.10.2020

FAMILIENBILDUNG



B2013850 Entspannung fürs Kind - Eine Einführung in altersgerechte Entspannungsübungen

Bitte mitbringen: 1-2 Rouge-Pinsel, Matte, Kissen, ggf.
Decke und warme Socken.

Birgit Friedrichs

Samstag, 28.11.2020, 9:00 - 12:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 15,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013851 Traurig sein ist okay! - Umgang mit Verlusterfahrungen bei Kindern

Wie gehen Kinder mit Verlusterfahrungen um? Wie können wir als Eltern, Großeltern oder auch Erzieher*innen und Lehrer*innen ihre Bedürfnisse erkennen und ihnen begegnen?

Die Koordinatorinnen im Ambulanten Hospizdienst der Johanniter laden Sie zu einem Vormittag mit vielen Informationen und Tipps, aber auch mit Zeit für Diskussion und Austausch ein.

Sabine Achenbach, Claudia Koch

Samstag, 26.09.2020, 9:30 - 12:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei;

eine Anmeldung ist zwecks Planung erforderlich!

Information unter 02291 9265387 oder 02261 8190-26

Trotz Hormonchaos sicher durch den Formular-Dschungel! Beratung zu Elternzeit, Elterngeld, Kindergeld und Co.

Gesa Heiden

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 20,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013852

Samstag, 12.09.2020, 10:00 - 13:00 Uhr

B2013853

Samstag, 28.11.2020, 10:00 - 13:00 Uhr

B2013854 Hochsensibilität bei Kindern und Jugendlichen - Ein Methoden-Workshop für Eltern und Fachkräfte

Themen:

- Was ist/Wie äußert sich Hochsensibilität?
- Wie können wir Verständnis entwickeln und anderen Menschen diesen Wesenszug verständlich machen?
- Wie kann bei Überforderung und Überlastung reagiert werden?
- Welche Stärken können diese Kinder und Jugendlichen haben?

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Kissen, Schreibzeug.

Tanja Schmidt

Samstag, 28.11.2020, 10:00 - 17:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 27,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013855 Depression im Alter - Das unerkannte Leid

Der Themenabend widmet sich den Besonderheiten der Depression im Alter und soll einen Überblick über Symptome, Diagnostik und adäquate Behandlung geben. Hilfestellungen für betroffene Familien, Angehörige und Freunde im Umgang mit den Betroffenen sollen vermittelt werden.

Dr. med. Johannes Michael Albers

Freitag, 30.10.2020, 16:00 - 18:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2013856 Der Kampf gegen das Vergessen - Demenz in Klinik und Alltag

Demenzkrankungen sind auch heute noch mit vielen Sorgen, Unsicherheiten und Stigmatisierung verbunden. Verluste von Selbstständigkeit, Mobilität, Orientierung und nicht zuletzt auch gewohnten Persönlichkeitsmerkmalen müssen erkannt und im Alltag begleitet werden.

Dr. med. Johannes Michael Albers

Freitag, 20.11.2020, 16:00 - 18:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

TIERFREUNDE



B2013400 „Ich will ´nen Hund!“ Vorbereitung auf Ihr Leben als „Frauchen“ oder „Herrchen“

Barbara Neuber-Wurth

Samstag, 31.10.2020, 11:00 - 14:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei,

die Kosten für das begleitende Skript in Höhe von

10,00 EUR werden von der VHS Oberberg erhoben.

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 16.10.2020

UMWELT UND NATUR



B2013440 Klimacafé: Plastik vermeiden und das Klima schützen

Kursinhalte: die Vermeidung von Plastikmüll, das Klimasystem Erde, die Vorstellung eines Unverpackt-ladens und dessen Philosophie.

Zentrale

Referenten:

Martin Beulker, Gerhard Lützel, Achim Marré

In Kooperation mit :metabolon

Bergisches Energiekompetenzzentrum

Montag, 26.10.2020, 17:30 - 20:00 Uhr,

:metabolon, Bergisches Energiekompetenzzentrum,

Am Berkebach, 51789 Lindlar

1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei,

Anmeldung unter www.vhs-oberberg.de

oder telefonisch unter 02261 8190-13

oder 02263 805597 bis 12.10.2020

TECHNIK



B2013451 Wandern und Biken mit GPS und freien Karten

Bastian Friedrich

Montag, 02.11.2020, 18:00 - 20:15 Uhr,

Dienstag, 03.11.2020, 18:00 - 20:15 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

2 Termine (6 Ustd.),

Gebühr: 24,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 16.10.2020

SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN UND FUNKZEUGNISSE



B2013455 Sportbootführerschein See

Der Sportbootführerschein See ist das amtliche Befähigungszeugnis für das Befahren der deutschen Küstengewässer mit Sportbooten über 11,03 kW (15 PS) Motorleistung.

Info unter: www.vhs-oberberg.de

Matthias Baumgärtel

Freitag, 06.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,

Samstag, 07.11., 14.11., 21.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

4 Termine (28 Ustd.),

Gebühr: 112,00 EUR zzgl. Prüfungsgebühr/praktische

Ausbildung/Material in Höhe von ca. 350,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 23.10.2020

B2013456 Sportbootführerschein Binnen Motor (Segel auf Nachfrage)

Der Sportbootführerschein Binnen ist das amtliche Befähigungszeugnis für das Befahren der deutschen Binnenwasserstraßen mit Sportbooten über 20 m und/oder 15 PS Motorleistung, bzw. auf dem Rhein über 15 m und/oder 5 PS.

Info unter www.vhs-oberberg.de

Matthias Baumgärtel

Freitag, 27.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,

Samstag, 28.11., 05.12.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

3 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 80,00 EUR zzgl. Prüfungs-

gebühr/praktische Ausbildung/Material/ärztliches

Zeugnis in Höhe von ca. 300,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 12.11.2020

XPERT BUSINESS



B2013300 Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Büromanagement“

Die Fortbildung zur „**Geprüften Fachkraft für Büromanagement (Xpert Business)**“ für Berufstätige, Berufsrückkehrer*innen, Interessenten*innen ohne Ausbildung und Existenzgründer*innen.

Das Zertifikat „**Geprüfte Fachkraft für Büromanagement (XB)**“ erhält, wer regelmäßig teilnimmt und die 4 Xpert Teilprüfungen erfolgreich absolviert: WirtschaftsWissen für Büroorganisation, Büroorganisation, Briefgestaltung nach DIN 5008, Computerschreiben.

Kaufmännische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Dozententeam

09.11.2020 bis Juni 2021,

montags, donnerstags, mittwochs (10.02., 12.05., 02.06.2020),

jeweils 18:00 - 21:00 Uhr und

2 Samstage, 09.00 - 16:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

55 Termine (218 Ustd.),

Gebühr: 1169,00 EUR inkl. Lehrmitteln und Prüfungen

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 26.10.2020

B2013301 Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“

Sie lernen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach gesetzlichen Bedingungen zu verarbeiten. Der Kurs besteht je aus drei Modulen, die jeweils mit einer bundeseinheitlichen Prüfung abschließen. Nach Bestehen der Prüfungen „Finanzbuchführung 2“ und „Finanzbuchführung 3 EDV (Lexware)“, erhalten Sie das Zertifikat **Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“**.

Sie arbeiten im Kurs mit Lexware financial office basis.

Marietta Krompaß

Beginn: 09.11.2020, Ende: September/Oktober 2021,

montags, 18:00 - 21:00 Uhr und einige ausgewählte

Mittwochabende. Die Prüfungen finden samstags statt.

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

35 Termine (140 Ustd.),

Gebühr: 928,00 EUR inkl.

Prüfungsgebühr (216,00 EUR), inkl. Lehrbücher (137,71 EUR),

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.10.2020

BERUFLICHE BILDUNG



B2013320 Businessknigge für Auszubildende inkl. Telefon - Training

Evelyn Schuy

Samstag, 26.09.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.09.2020

B2013323 Forderungsmanagement am Telefon

Unternehmen räumen ihren Kunden*innen großzügige Zahlungsziele ein und gewähren ihnen damit Kredit. Dennoch lässt das Zahlungsverhalten einiger Kunden*innen zu wünschen übrig. Professionelles Forderungsmanagement zielt darauf ab, Ausfälle zu vermeiden und Zinsverluste so gering wie möglich zu halten.

Evelyn Schuy

Samstag, 07.11, 14.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 146,00 EUR inkl. Skript,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.10.2020

B2013325 Keine Macht der Niedertracht - schwarze Rhetorik und Manipulationstechniken

Kommen Sie sich manchmal ausgenutzt vor? Dieses Seminar erklärt die üblen Strategien und Tricks der Manipulatoren*innen und zeigt Ihnen wie Sie sich schützen und dagegen erfolgreich wehren können.

Evelyn Schuy

Samstag, 28.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.11.2020

B2013326 Intelligent Kontra geben

In Gesprächen passiert es mitunter, dass ein Gegenüber uns plötzlich mit Angriffen traktiert, mit Respektlosigkeit provoziert oder mit Killerbemerkungen konfrontiert. Die passende Antwort fällt uns meist erst viel zu spät ein. Sie erlernen Techniken und Strategien, um in jeder Situation schlagfertig und souverän zu kontern.

Evelyn Schuy

Samstag, 21.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.11.2020

B2013328 Lampenfieber Lerne damit umzugehen!

Birgit Friedrichs

Samstag, 05.12.2020, 10:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termine (7 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 20.11.2020

B2013330 Freie Rede einmal anders

Markus Lücke

Samstag, 07.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 71,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 23.10.2020

B2013331 Interessant fragen - gekonnt vortragen

Markus Lücke

Samstag, 28.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 71,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.11.2020

B2013349 Das Universitätsstudium an der FernUniversität in Hagen

Heidrun Schröter

Dienstag, 03.11.2020, 19:00 - 20:30 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 28.10.2020

FOTO AM PC



B2013350 Möglichkeiten der Digitalfotografie

Maxx Hoenow

Montag, 02., 09., 16.11.2020, 19:00 - 20:30 Uhr,
Donnerstag, 05., 12., 19.11.2020, 19:00 - 20:30 Uhr,
Sonntag, 15.11.2020, 14:00 - 16:15 Uhr, Exkursion,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Termine (15 Ustd.), Gebühr: 83,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 16.10.2020

B2013351 Bessere Digitalfotos

Maxx Hoenow

Samstag, 07.11.2020, 14:00 - 18:30 Uhr,
Sonntag, 08.11.2020, 14:00 - 18:30 Uhr,
Bergneustadt, Fotostudio Hoenow, Kölner Str. 143
2 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 88,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.10.2020

Zentrale

B2013353 Lightpainting

Bastian Friedrich

Dienstag, 10.11.2020, 18:45 - 22:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (5 Ustd.), Gebühr: 24,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 27.10.2020

B2013360 Fotografie Oberberg

Info:info@de-erben.de oder 02263 951182.

Elke Erben

Mittwoch, 12.08., 09.09., 07.10., 11.11., 09.12.2020,
jeweils 17:30 - 20:30 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
5 Termine (20 Ustd.), gebührenfrei

COMPUTER



B2013369 PC-Grundwissen

Peter Böcher

Freitag, 11.09.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Samstag, 12.09.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 28.08.2020

B2013371 Fit im Büroalltag - Windows 10, Word/Excel 2016 und Internet für Frauen

Udo Frevel

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
12 Termine (48 Ustd.), Gebühr: 192,00 EUR,
Beginn: 03.11.2020, dienstags und donnerstags,
08:30 - 11:30 Uhr, kein Unterricht am 05.11.2020,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 22.10.2020

B2013374 Effektiv im Büro - optimales Arbeiten mit Word und Excel

Kornelia Diehl

dienstags und donnerstags, 18:00 - 21:00 Uhr,
Termine: 27.10., 29.10., 03.11., 05.11., 10.11., 17.11., 24.11.2020,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Termine (28 Ustd.), Gebühr: 154,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.10.2020

B2013380 Textverarbeitung mit MS-Word Einführung

Udo Frevel

dienstags und donnerstags, 18:00 - 21:00 Uhr, 22.09., 24.09.,
29.09., 01.10., 06.10.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
5 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 80,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 09.09.2020

B2013381 Textverarbeitung mit MS-Word 2016 - Kurzeinführung

Peter Böcher

Freitag, 20.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Samstag, 21.11.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.11.2020

B2013383 Tabellenkalkulation mit MS-Excel 2016 - Einführung

Kornelia Diehl

Freitag, 27.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Samstag, 28.11., 05.12.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
3 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 110,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.11.2020

B2013384 Tabellenkalkulation mit MS-Excel 2016 - Kurzeinführung

Peter Böcher

Freitag, 30.10.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Samstag, 31.10.2020, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 66,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 16.10.2020

B2013385 Themenspezial Excel - effektives Arbeiten mit Formeln

Martina Wilsinger

Samstag, 19.09.2020, 09:00 - 12:00 Uhr,
Samstag, 26.09.2020, 09:00 - 12:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (8 Ustd.), Gebühr: 44,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 07.09.2020

B2013389 IT-Sicherheit für ältere Anwender*innen

Bastian Friedrich

Donnerstag, 03.12.2020, 14:00 - 16:15 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (3 Ustd.), Gebühr: 15,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 18.11.2020

Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de.

ONLINE-ANGEBOTE



Die folgenden Livestreams finden in **Kooperation mit „vhs.wissen live“** statt. Die Anmeldevoraussetzungen und weitere Informationen wie z. B. zu den Referent*innen oder zur Software finden Sie in den jeweiligen Veranstaltungsbeschreibungen unter www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote/. Bei Fragen können Sie sich gerne an René Schultens wenden: rene.schultens@vhs.obk.de oder 02261 8190-26.

B2013931 Livestream: Pandemien - Corona und die neuen globalen Infektionskrankheiten

Mit Blick auf die aktuelle Coronasituation erläutert Jörg Hacker, früherer Präsident des Robert-Koch-Institutes (RKI), die Strategien zur Eindämmung von Pandemien sowie ihre Auswirkungen auf Wirtschaft, Politik und die Teilhabe am öffentlichen Leben.

Freitag, 02.10.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013932 Livestream: Von Melodien zu Wörtern: Wie Babys Sprache(n) lernen

Interessantes und Kurioses rund um die sprachliche Entwicklung unserer Kinder.

Mittwoch, 14.10.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013933 Livestream: Wandel' Dich, nicht das Klima

Der Klimawandel gilt als eine der großen Herausforderungen, vor denen die Menschheit heute steht. Um den Klimawandel abzumildern bedarf es kollektiver Anstrengungen von Politik, Wirtschaft und Gesellschaft.

Donnerstag, 29.10.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013934 Livestream: Kommentar und Diskussion zum Ergebnis der Präsidenten- schaftswahl in den USA

Die Präsidentschaftswahl in den Vereinigten Staaten 2020 ist für den 3. November 2020 vorgesehen. Stephan Bierling, Professor für Internationale Politik an

der Universität Regensburg, wird sie für uns kommentieren. In Kooperation mit der Hanns-Seidel Stiftung.

Donnerstag, 05.11.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013935 Livestream: Die Erfindung des (jüdischen) Essens: Popkultur, Ernährung, Identität

Essen kann solide wirken und Sicherheit suggerieren. Der Vortrag erläutert in theoretischer Annäherungen das „Kulturthema Essen“ und fragt warum eine bestimmte Speise als „jüdisch“ wahrgenommen wird.

Donnerstag, 12.11.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013936 Livestream: Gerechtigkeit und Gesundheit - wie kann die Pharmaforschung allen zugutekommen?

Die Pharmaindustrie rechtfertigt ihre hohen Produktpreise durch die entstandenen Kosten bei der Forschung und Entwicklung der Arzneimittel. Für ärmere Gesellschaften sind diese hohen Preise oft nicht zu zahlen. Wie könnte eine Lösung aussehen?

Freitag, 20.11.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

B2013937 Livestream: Verschwörungstheorien: Charakteristika - Funktionen - Folgen

Was macht eigentlich eine Verschwörungstheorie aus, und warum glauben Menschen an sie? Anhand aktueller und historischer Beispiele wird der Vortrag in das Wesen und die Wirkung des konspirationistischen Denkens einführen.

Dienstag, 01.12.2020, 19:30 - 21:00 Uhr,
1 Termin (2 Ustd.), gebührenfrei; Anmeldung über www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote

Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de.

Weitere interessante Kurse finden Sie unter www.vhs-oberberg.de oder im VHS-Programmheft

Anmeldung

Ihre **Anmeldung** ist verbindlich und wird von der VHS Oberberg nicht bestätigt. Mit Ihrer Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung der Kursgebühr. Bitte beachten Sie, dass eine Kursbuchung nur mit der Erteilung der **SEPA-Einzugsermächtigung** (siehe SEPA-Mandat) möglich ist.

Ihre Anmeldung muss **bis 5 Werktage vor Kursbeginn** vorliegen. Die Gebühr wird nach Kursbeginn eingezogen.

Eine **kostenfreie Abmeldung** kann nur **bis 5 Werktage vor Kursbeginn** - sofern keine anderen Fristen ausgeschrieben sind - unter Angabe der Kursnummer **schriftlich** ohne Angabe von Gründen bei der **Volkshochschule Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach** erfolgen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Senden Sie bitte Ihre Anmeldung zusammen mit dem umseitig ausgefüllten SEPA-Mandat in einem verschlossenen Umschlag an die Volkshochschule Oberberg in Ihrer **Stadt** oder **Gemeinde**. Sollten Sie bereits in den letzten 36 Monaten ein SEPA-Mandat erteilt haben, brauchen Sie das SEPA-Mandat nicht erneut erteilen!

Bitte beachten Sie auch die Möglichkeit einer Online-Anmeldung unter www.vhs-oberberg.de

Ihre Anmeldung mit Lastschriftermächtigung (Siehe SEPA-Mandat)

Bitte gut lesbar ausfüllen!

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs der VHS Oberberg an und akzeptiere die allgemeinen Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung: (* = Pflichtfelder)

Kurs-Nummer* Geburtsjahr*: _____ Geschlecht*: männlich weiblich divers

Name, Vorname* _____

Straße, Hausnummer* _____

PLZ, Wohnort* _____

(Vorwahl) Telefon _____

Mobilfunknummer _____

E-Mail _____

Ihre Telefonnummer und E-Mail-Adresse hilft uns, Sie kurzfristig zu benachrichtigen!

Datum / Ort / Unterschrift* _____

Die ausführlichen Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung der VHS Oberberg finden Sie unter www.vhs-oberberg.de und im Hauptheft.

Von Profis. Für Profis.

1A Profi-Ausrüstung

in unserem neuen **PROFI FACHMARKT!**



Wir sind Ihr zuverlässiger **Werkzeug- und Baugerätefachhandel** für alle Gewerke im Bauwesen und versorgen Sie rundum mit sämtlichen Bedarfen für den täglichen Einsatz auf der Baustelle.

Unser **PROFI FACHMARKT** bietet Ihnen ein umfassendes Sortiment, fachkompetente Beratung und Service für Elektro- und Handwerkzeuge, Arbeitsschutz- und Steigtechnik sowie Baugeräte.

Überzeugen Sie sich selbst und testen unsere Leistungsfähigkeit.

Unsere Fachberater helfen Ihnen gerne weiter!

JETZT NEU mit Farbmischanlage!



ENGELSKIRCHEN · BÜCHLERHAUSEN 3-7 · TEL. 0 22 63 - 71 70

WWW.BAUCENTRUM-CRONRATH.DE

