

vhs

Volkshochschule
Oberberg

Herbst/Winter 2020



EUROPÄISCHE UNION



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



www.vhs-oberberg.de

Programm
Wipperfürth



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

AMT FÜR SCHULE UND BILDUNG



Wipperfürth

Abteilungsleitung

Fragen, Anregungen, Wünsche zu unserem VHS-Programm in Wipperfürth richten Sie bitte an:

Diana Ottofüllung

ehrenamtliche Leiterin der VHS-Abteilung in Wipperfürth.

Telefon 02267 64-306

E-Mail: wipperfueth@vhs-oberberg.de

Hansestadt Wipperfürth, Marktplatz 1, 51766 Wipperfürth



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:

Diana Ottofüllung, Marktplatz 1, 51766 Wipperfürth, wipperfueth@vhs-oberberg.de.

Im Falle der **Online-Anmeldung** (www.vhs-oberberg.de) oder **E-Mail-Anmeldung** (info@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 vorzubringen, 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)



Foto: Bundesregierung (Bild-00014228, 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.



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

Weiterhin können Kurse für Asylbewerbende und Selbstzahlende angeboten werden.

Zum Abschluss eines Integrationskurses findet die Prüfung „Deutstest 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

B2012153 Deutsch als Fremdsprache für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen (A1/A2)

Kein Integrationskurs. Fortsetzung des A1.2-Kurses (A2012160). Neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A1 sind herzlich willkommen. Informationen unter Tel. 02261 8190-50, 02261 8190-65 oder ewelina.pickhardt@vhs.obk.de. Ermäßigung und Ratenzahlung möglich.

Bärbel Stürmer

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 17:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
14 Termine (42 Ustd.),
Gebühr: 137,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

FREMSPRACHEN



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.



B2012254 „Parler avec plaisir“ - Französisch Grundkurs A1.4 mit Vorkenntnissen - Am Vormittag -

„Comment ça va?“ - Sie lieben Frankreich und die französische Sprache und möchten die Gelegenheit nutzen, diese in einer Lerngruppe von 8 bis maximal 12 Personen zu erlernen. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits vier Semester bei der VHS erfolgreich Französisch gelernt haben oder noch einige Grundkenntnisse (z. B. aus der Schulzeit) mitbringen. Der Kurs eignet sich hervorragend für alle, die einen

unterhaltsamen und qualifizierten Unterricht auswählen möchten mit dem Ziel, sich schon bald auf Reisen, in der Freizeit und/oder im Beruf auf Französisch verständigen zu können. In diesem abwechslungsreichen, kommunikativen Sprachunterricht üben Sie systematisch die wichtigsten Vokabeln und Verben, damit Sie schon bald einfache Sätze bilden können und z. B. in der Lage sind, sich vorzustellen, einzukaufen, nach dem Weg zu fragen und vieles mehr. Mit einem sanften Einstieg, regelmäßigen Wiederholungsphasen und überschaubaren Lernportionen lernen auch Sie die französische Sprache und bummeln mit mir im landeskundlichen Teil von der Normandie bis zur Côte d'Azur und erhalten ganz nebenbei Informationen zu den attraktivsten Regionen Frankreichs. - Dieser Französischkurs ist auch ideal für alle Wiedereinsteiger*innen! Wir steigen ca. ab Lektion 10 des unten angegebenen Lehrwerks ein. Bitte melden Sie sich bei Interesse frühzeitig zu diesem Sprachkurs am Vormittag an. Informationen zum Kauf des Lehrbuches und zum Lernstand der Gruppe erhalten Sie bei der Dozentin unter 02192 4398.

Lehrbuch: Voyages NEU A1, Kurs- und Übungsbuch Französisch mit 2 Audio CDs, Klett Verlag

Sabine Schmelzer-Beversdorff

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 10:30 - 12:00 Uhr,
Wipperfürth, Kulturpunkt, Wupperstr. 4
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012255 Französisch für Fortgeschrittene ab A2 - B1: Konversationskurs mit Übungen und Sprachpraxis! - Am Vormittag -

Sie haben Lust, Ihre bereits vorhandenen Französischkenntnisse im Rahmen eines praktischen und unterhaltsamen Sprachtrainings zu aktualisieren und zu erweitern? Neben Konversationsübungen und der bedarfsgerechten Vermittlung von Grammatik stehen interessante landeskundliche Themen, zeitgemäße authentische Texte und nach Absprache auch ausgewählte Lektüre auf unserem Programm. Detaillierte Beratung zum Kurs unter 02192 4398. Eine Kursfortsetzung ist geplant. Neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen, z. B. aus der Schulzeit, sind herzlich willkommen! Um eine frühzeitige, fristgerechte Anmeldung wird gebeten.

Kurs ab 10 Personen.

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Sabine Schmelzer-Beversdorff

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr,
Wipperfürth, Kulturpunkt, Wupperstr. 4
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 58,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Wipperfürth

B2012256 „Bella Italia!“ - Italienisch Grundkurs A2 mit Vorkenntnissen

„Benvenuti! Willkommen!“- Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Italienisch bei der VHS gelernt und möchten Ihre bereits vorhandenen Sprachkenntnisse erweitern. Ziel dieses Italienischunterrichts ist es, Ihnen Sicherheit bei der aktiven Sprachanwendung zu vermitteln. Unterhaltsam und kommunikativ werden daher unsere Übungen und Wiederholungen in den Bereichen Wortschatz, Satzbildung, Grammatik, aktives Sprechen und Hörverständnis sein. Vermittelt wird ein zeitgemäßes, modernes Italienisch und in unserem auf Kommunikationsfähigkeit ausgerichteten Sprachunterricht werden Sie möglichst schnell und unkompliziert lernen, sich zunächst in einfachen Sätzen zu verständigen und Fragen stellen zu können. Dies ist eine gute Basis für eine Reise nach Italien und für (berufliche) Kontakte zu italienischsprachigen Menschen. Auch italienische Kultur und Lebensweise werden wir thematisieren. Der Einstieg in diesen Kurs ist möglich, wenn Sie über solide Grundkenntnisse A1/A2 verfügen. Wir beginnen mit kurzen Wiederholungen und arbeiten dann weiter mit dem angegebenen Lehrbuch. Bitte setzen Sie sich vorab mit der Dozentin in Verbindung, wenn Sie neu in den Kurs kommen möchten, und melden Sie sich frühzeitig zum Kurs bei der VHS an. „Ci vediamo!“ Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02195 599098.

Lehrbuch: Nuevo Espresso A2, Hueber Verlag

Rosanna Tamburrelli

Beginn: 16.09.2020, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2012261 „¡Aquí hablamos español!“ - Spanisch Grundkurs A2 mit Vorkenntnissen

„¡Hola! ¿Que tal?“ - Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Spanisch gelernt und möchten Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse auf A2-Niveau ver-

tiefen. Dieser Kurs eignet sich für alle, die solide Kenntnisse der spanischen Sprache für Urlaub und Reise sowie Freizeit, Schule und Beruf benötigen. Sie erarbeiten mit mir als Muttersprachlerin aktiv einen zunehmend umfangreicheren Wortschatz, trainieren Aussprache und Hörverstehen und üben das freie Sprechen in zunächst einfachen Sätzen. In diesem abwechslungsreichen, kommunikativen Fremdsprachenunterricht erhalten Sie natürlich auch landeskundliche und interessante Informationen über die Spanisch sprechende Welt. - „¡Hasta luego!“- Ergänzend zum Lehrbuch bekommen Sie Arbeitsblätter, die Sie gezielt beim erfolgreichen Lernen bedarfsgerecht unterstützen. Für diese ist ein Kostenbeitrag von 2,00 - 3,00 EUR direkt an die Dozentin zu zahlen. Kurs ab 6 Personen. Neue Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02192 934907 oder 0152 31071309.

Lehrbuch: Caminos hoy A2, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, Klett Verlag

Elsa Ortman

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012262 „¡Aquí hablamos español!“ - Spanisch A2/B1 intensiv mit Vorkenntnissen

Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Spanisch gelernt und möchten nun Ihre Sprachkenntnisse in Form praktischer Übungen und alltagsrelevanter Anwendungen weiter vervollständigen. Neben dem Lesen und Schreiben von Texten üben Sie das sichere und richtige Verstehen sowie das korrekte, freie Sprechen. Der Kurs eignet sich auch für Schüler*innen/Student*innen und alle, die Spanisch auf Reisen oder beruflich benötigen und gern und abwechslungsreich mit einer Muttersprachlerin Spanisch lernen wollen. Neue Teilnehmer*innen mit guten Vorkenntnissen auf A2-Niveau sind immer willkommen! Je nach Lernfortschritt beginnen oder wechseln wir zum Lehrbuch „Caminos hoy B1“. Bitte informieren Sie sich bei der Dozentin vor Kauf des Lehrbuches, wenn Sie neu in diesen Kurs einsteigen möchten. Kurs ab 6 Personen. „¡Hasta luego!“ Informationen zum Lehrbuch und zum Lernstand der Gruppe unter 02192 934907 oder 015231071309.

Lehrbuch: Caminos hoy A2 + Caminos hoy B1, Lehr- und Arbeitsbuch Spanisch, Klett Verlag

Elsa Ortman

Beginn: 02.09.2020, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012271 Niederländisch für Reise und Beruf A1.1 mit leichten Vorkenntnissen - Intensivlernangebot -

Aufbauend auf ersten Grundkenntnissen aus einem Semester VHS erwerben Sie schnell und unkompliziert weitere Grundlagen der neuen Sprache und entwickeln den für die Verständigung nötigen Wortschatz. Sie üben alltagspraktische Redewendungen, die es Ihnen schon bald ermöglichen, einfache Gespräche zu führen. Nutzen Sie die Zeit im Herbst/Winter 2020, um sich für Ihre nächste Reise in die Niederlande oder die Anwendung dieser neuen Zielsprache im Beruf fit zu machen! „Goedemiddag!“ Kleingruppenkurs ab 6 Personen. Eine Kursfortsetzung ist geplant. Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02195 7565.

Lehrbuch: Welkom NEU! Niederländisch für Anfänger A1-A2, Kursbuch mit Audio-CD, Klett Verlag
Detlef Grass

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012272 Niederländisch für Reise und Beruf A1.2 mit leichten Vorkenntnissen - Intensivlernangebot -

Sie reisen regelmäßig in die Niederlande (Belgien) oder planen, dort eine Ausbildung oder ein Studium zu beginnen, für das Sie entsprechende Sprachkenntnisse benötigen? Aufbauend auf ersten Grundkenntnissen aus zwei Semestern VHS-Unterricht erwerben Sie unterhaltsam und unkompliziert weitere Grundlagen der neuen Sprache sowie den für die Verständigung nötigen Wortschatz. In einem kommunikativen Sprachunterricht üben Sie u.a. auch alltagspraktische Redewendungen, die es Ihnen schon bald ermöglichen, einfache Gespräche zu führen. Auch interessante landeskundliche Themen werden wir behandeln. Nutzen Sie die Gelegenheit, um sich sprachlich fit zu machen. „Goedemiddag!“ Kleingruppenkurs ab 6 Personen. Eine Kursfortsetzung ist geplant. Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02195 7565.

Lehrbuch: Welkom NEU! Niederländisch für Anfänger A1-A2, Kursbuch mit Audio-CD, Klett Verlag
Detlef Grass

Beginn: 01.09.2020, dienstags, 19:45 - 21:15 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.),
Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

ERNÄHRUNG



B2012501 Pfiffige Party-Gerichte

NEU!

Ob Geburtstag, Einweihungsfeier oder einfach nur so! Mit lieben Gästen zu feiern macht Spaß und ist ein Ereignis, an das man gern zurückdenkt. Damit Ihre nächste Party auch kulinarisch in Erinnerung bleibt und von Ihnen mühelos vorbereitet werden kann, zeige ich Ihnen, passend zur Herbst- und Winterzeit, schöne Rezept-Ideen. Unter anderem Backofen- oder „Alles-aus-einem-Topf“-Gerichte, die sich prima vorbereiten lassen, sättigen und fix fertig sind. Freuen Sie sich z. B. auf überbackende Tortilla-Chips und auf „Hackkordeln“ mit Füllung. Außerdem bereiten wir einen asiatischen Hähnchentopf und Ofenschnitzel mit Gorgonzola-Sahne zu. Auch eine wärmende Suppe wie unsere tolle „Pizzasuppe“ darf nicht fehlen. Als besonderes Dessert gibt es einen „Kaffee-Kirschbecher“. Bitte bringen Sie auch ein Geschirrhandtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose mit.

Informationen zum Kurs auch unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 28.10.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,
Am Mühlenberg 1
1 Termin (4 Ustd.),
Gebühr: 15,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,
die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012502 Orientalische Küche: Würzig duftende Gerichte aus 1001er Nacht!

NEU!

Unsere Genuss-Reise in die Orientalische Küche lockt mit ihren außergewöhnlichen Aromen und wird mit ihren wunderbaren Gewürzen auch für Sie eine geschmackliche Bereicherung sein. Bereiten Sie eine fein-cremige Mandelsuppe, Rouladen mit Auberginenpüree und Zwiebelgemüse, marokkanisches Huhn

Wipperfürth

mit Safran und Orange, orientalischen Spinat mit Cumin-Kartoffeln sowie einen schön angerichteten Karotten-Orangen-Salat mit Kurkuma zu. Als Dessert folgt Türkischer Honig mit Sesam, Zimt und Rosinen. Bitte ein Geschirrhandtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose mitbringen.

Informationen zum Kurs unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 11.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,
Am Mühlenberg 1
1 Termin (4 Ustd.),

Gebühr: 15,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,
die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012503 Stressfreies Weihnachts-Menü

Ein Weihnachts-Menü bedarf einiger Vorbereitung. Hier lernen Sie eine stressfreie Variante für ein tolles Menü kennen. Es beginnt mit einer Karotten-Creme-Suppe, dieses Mal mit den weihnachtlichen Gewürzen Anis und Kardamom verfeinert. Danach folgt edler Zander an Safransauce sowie Entenbrust mit Himbeersauce und winterlichem Blattsalat. Zum Abschluss erwarten Sie Gewürzcrepes an fruchtiger Sauce mit exotischem Obst, die auch sehr gut für Gäste vorbereitet werden können. Bitte bringen Sie auch ein Geschirrhandtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose mit. Informationen zum Kurs auch unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 02.12.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,
Am Mühlenberg 1
1 Termin (4 Ustd.),

Gebühr: 15,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,
die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.
Schriftliche Anmeldung erforderlich

GESUNDHEITSBILDUNG



B2012549 Informationsabend zum Thema Hochsensibilität - Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

„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 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 findet am 05.12. in der VHS-Zentrale statt.

Tanja Schmidt

Freitag, 30.10.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 13,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012550 Kundalini-Yoga - Ein Weg zu körperlichem Wohlbefinden und seelischer Ausgeglichenheit

Der Kundalini-Yoga-Unterricht ist ganzheitlich ausgerichtet und verbindet dynamische und kräftigende Übungen mit geistiger Konzentration, Atemtechnik, Meditation, Gesang und Entspannungsübungen. Kundalini-Yoga bringt Körper, Geist und Seele in Einklang und fördert die eigenen Ressourcen, um Herausforderungen in Beruf und Alltag zu bewältigen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: lockere bequeme Kleidung, rutschfeste Matte, Decke, evtl. Sitzkissen, stilles Wasser.

Susanne Franken

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, Begegnungszentrum Daiseion-ji,
Am Stauweiher 1
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2012551 Rückenfitness und Faszientraining

In diesem Kurskonzept werden die Rückenmuskeln, Bänder und Faszien gezielt gekräftigt, gedehnt und mobilisiert, um Schmerzen vorzubeugen. Das Konzept ist ebenso zur Unterstützung bei bereits vorhandenen Beschwerden geeignet, um Besserung und Linderung zu erzielen.

Immerhin leiden ca. 1/3 aller Deutschen aktuell an Rückenschmerzen. Die Probleme entstehen häufig durch Überbelastung und einseitige Bewegungsab-

läufe und können akut oder chronisch verlaufen. Erlernen Sie Übungen, die Ihnen den Rücken stärken, Sie beweglicher machen und sich schmerzlindernd auswirken können!

Stefanie Diegmann

Beginn: 02.09.2020, mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr,
Wipperfürth, Räume der DJK Niederwipper
(im alten Pfarrheim), Niederwipper 81
12 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012552 Pilates am Morgen - Kraft aus der Körpermitte

Die Pilates-Methode wurde bereits im Jahr 1883 von dem deutsch-amerikanischen Athleten Joseph Pilates entwickelt, um primär seine eigene körperliche Verfassung zu verbessern. Es handelt sich um ein ganzheitliches Körpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, insbesondere der Bauch-, Rücken- und der Beckenbodenmuskulatur. Weitere nennenswerte Ziele des Trainings sind die Verbesserung der Körperhaltung und der Koordination sowie der Leistungsfähigkeit (Kondition). Grundlage aller Übungen ist das sogenannte „Powerhouse“, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt, wobei gleichzeitig auch die Atmung geschult wird.

Stefanie Diegmann

Beginn: 03.09.2020, donnerstags, 10:00 - 11:00 Uhr,
Wipperfürth, Räume der DJK Niederwipper (im alten
Pfarrheim), Niederwipper 81
12 Termine (16 Ustd.),
Gebühr: 48,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Aquagymnastik

Wassergymnastik ist mehr als Gymnastik im Wasser! Die bremsende Kraft des Wassers wird dabei für eine sehr gelenkschonende Kräftigung der Muskulatur eingesetzt. Der Auftrieb schützt vor übermäßiger Belastung der Gelenke. Der Wasserdruck verbessert die Durchblutung, fördert den venösen Rückfluss zum Herzen und den Sauerstoffaustausch im Gewebe. Somit ergeben sich beste Bedingungen für diese gesundheitsfördernde Aktivität.

Alexandra Gossmann

Wipperfürth, Walter-Leo-Schmitz-Hallenbad,
Ostlandstr. 34
14 Termine (19 Ustd.),
Gebühr: 53,00 EUR inkl. Badeintritt,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012600

Beginn: 20.08.2020, donnerstags, 15:30 - 16:30 Uhr

B2012601

Beginn: 20.08.2020, donnerstags, 16:30 - 17:30 Uhr

Aquafitness

Durch die speziellen Eigenschaften des Wassers ist ein intensives Training des gesamten Körpers möglich - und das dennoch gelenkschonend. Durch den Wasserdruck verbessert sich zudem die Durchblutung. Die Kräftigung und das Training des Haltungssystems und Bewegungsapparates sowie des Herz-Kreislaufsystems durch gezielte Übungen sind Ziele des Kurses.

Gaby Zacher

Wipperfürth, Walter-Leo-Schmitz-Hallenbad, Ostlandstr. 34
13 Termine (13 Ustd.),
Gebühr: 56,00 EUR inkl. Badeintritt,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012602

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 14:45 - 15:30 Uhr

B2012603

Beginn: 09.09.2020, mittwochs, 15:30 - 16:15 Uhr



B2012850 Crashkurs - Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ein plötzlicher Notfall bei Ihrem Kind! Was tun, wenn es mehr ist als die typische, routinierte Versorgung einer kleinen Wunde mit einem Pflaster? Was ist, wenn Ihr Kind plötzlich hohes Fieber bekommt oder gar einen Krampfanfall oder plötzliche Atemnot? Welche Maßnahmen zur Ersthilfe sind bei Kindern angezeigt?

Wir vermitteln Ihnen Kenntnisse, damit Sie Notfall-Situationen kompetent und mit Ruhe bewältigen, bevor Sie einen Arzt erreichen. Sie erfahren das Wich-

Wipperfürth

tigste rund um die folgenden Themen, in Theorie und Praxis:

- Fieber und Fieberkrampf
 - Atemnot
 - Allergische Reaktionen
 - Verletzungen nach Sturz
 - Verbrennungen/Verbrühungen
 - Verschlucken oder Vergiftungen
 - Vermeiden von Unfällen
 - Herz-Lungen-Wiederbelebung
- Natürlich werden auch Ihre Fragen beantwortet!

Michael Gwosdek

Freitag, 27.11.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Begegnungszentrum Daiseion-ji,
Am Stauweiher 1

1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 12,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012851 Crashkurs für Notfälle bei Seniorinnen und Senioren

Sie sind im Rentenalter, Ihr Gesundheitszustand ist hervorragend. Aber was machen Sie, wenn Ihr*e Partner*in plötzlich eine Unterzuckerung hat, über Atemnot klagt? Einen Herzinfarkt oder sogar einen Schlaganfall erleidet?

In diesem Crashkurs erhalten Sie fachkundige Tipps für das sofortige und selbstsichere Handeln bei Notfällen im Alter. Themen, die wir aufgreifen werden:

- Unterzuckerung
 - Atemnot
 - Herzinfarkt
 - Schlaganfall
 - Herz-Lungen-Wiederbelebung
- Natürlich wird auch Zeit für Ihre Fragen vorhanden sein. Gerne können Sie den Kurs auch besuchen, wenn Sie z. B. für Notfälle Ihrer älteren werdenden Eltern gerüstet sein möchten.

Michael Gwosdek

Freitag, 04.12.2020, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Begegnungszentrum Daiseion-ji,
Am Stauweiher 1

1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 12,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2012853 Babys erste Beikost selbstgemacht - Ein Kochkurs für Mütter und Väter, Omas und Opas und die, die es bald werden

Wann ist der richtige Zeitpunkt, mit der Beikost Ihres Babys zu beginnen und mit welchen Lebensmitteln genau soll man anfangen? Was kann ich meinem Baby anbieten, Fingerfood oder doch Gläschen? Und wo liegen die Unterschiede zwischen selbstgekocht und fertig gekauft? Diese und andere Fragen werden gemeinsam erörtert und wir praktizieren die „Selbstgekocht-Variante“.

Wir kochen Babys erste Breie aus Gemüse, Getreide und Obst, bieten gegartes Gemüse als Stück an und erläutern Methoden zum Haltbarmachen.

Bitte bringen Sie ein schlankes hohes Gefäß sowie einen Pürierstab mit oder eine Küchenmaschine, die Kochen und Pürieren kann. Ebenso benötigen Sie mehrere kleine Behälter mit Deckel, um fertige Baby-speisen mit nach Hause zu nehmen.

Informationen zum Kurs auch unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Ein Hinweis zum Veranstaltungsort: Dieser Beikost-Kochkurs findet in der Küche der Konrad-Adenauer-Hauptschule, Am Mühlenberg 1 statt. Der Eingang befindet sich in der Ostlandstraße!

Doris Seidl

Mittwoch, 09.09.2020, 18:00 - 20:15 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule, Küche, Am
Mühlenberg 1

Eingang Ostlandstraße

1 Termin (3 Ustd.),

Gebühr: 12,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage, die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

kompetent & engagiert

EHRENAMTS- AKADEMIE
OBERBERGISCHER KREIS

Im Herbst/Winter 2020
interessante Online-Angebote

OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

UNTERSTÜTZUNG DES EHRENAMTES

KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Oberbergischer Kreis

KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth - Haus der Familie

EVANGELISCHER
KIRCHENKREIS
AN DER AGGER

www.obk.de/ehrenamts-akademie
Telefon: 02261 88-1271



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 Erkennen von und umgehen mit Hate-Speech und Fake-News

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 Webinar 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.

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

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

Zentrale

B2013054 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 Eine Einführung in die Deutsche Gebärdensprache

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 Hochsensibilität Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

Ein Tag für 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

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

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 für 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

Diana Schulte

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 28,00 EUR + 10,00 EUR Materialkosten (Pflege- und Schminkeprodukte), die am Veranstaltungstag 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

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 Umgang mit Verlusterfahrungen bei Kindern

In Kooperation mit den Johannitern Oberberg.

Sabine Achenbach, Claudia Koch

Samstag, 26.09.2020, 9:30 - 12:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei;
Anmeldung erforderlich!

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

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

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.

Zentrale

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 Demenz in Klinik und Alltag

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

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

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)

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. Prüfungsgebühr/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“

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

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

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

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,

Zentrale

Bergneustadt, Fotostudio Hoenow, Kölner Str. 143
2 Termine (12 Ustd.),
Gebühr: 88,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.10.2020

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



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 Büro 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 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 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 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

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

Jörg Hacker, früherer Präsident des Robert-Koch-Institutes (RKI), spricht über die Strategien zur Eindämmung von Pandemien sowie ihre Auswirkungen.

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

Babys können jede Sprache der Welt erlernen, unabhängig davon, wie komplex sie ist. Im Unterschied zu Erwachsenen können Babys auch scheinbar mühelos zwei und mehr Sprachen erwerben. Die Muttersprache hinterlässt bereits vor der Geburt Spuren im Gehirn, die sich dann in den Melodien der Weinlaute Neugeborener zeigen. Weinen Mädchen anders als Jungen? Was verbindet die Sprachentwicklung von Babys mit dem Gesangerlernen junger Singvögel? Was können Eltern tun, damit Babys Sprache(n) besser lernen?

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

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 theoretischen 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 konspiratorischen 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

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 Lastschrifttermächtigung (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.



SEPA-Mandat



VHS Oberberg
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach

**Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE46VHS00000008938**

Mandatsreferenz VHS Oberberg:
(wird von der VHS vergeben):

KVHSO _____

Bitte komplette Seite abtrennen und einsenden!

SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die VHS Oberberg (jederzeit widerruflich), Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Oberberg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. 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.

Von Kursteilnehmer*in auszufüllen: (* = Pflichtfelder)

Vorname und Nachname (Kursteilnehmer*in) _____ *

Straße und Hausnummer _____ *

Postleitzahl und Ort _____ *

Kreditinstitut _____ *

IBAN* DE

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Ort/Datum _____ Unterschrift _____ *

Bitte NUR ausfüllen bei ABWEICHENDEM/R Kontoinhaber*in: (* = Pflichtfelder)

Vorname und Nachname (Kontoinhaber*in) _____ *

Straße und Hausnummer _____ *

Postleitzahl und Ort _____ *

Kreditinstitut _____ *

IBAN* DE

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Ort/Datum _____ Unterschrift _____ *

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

WDR 5

RADIO
MIT TIEFGANG

**JETZT WDR 5
EINSCHALTEN**

Wir sind deins.
ARD 