

# vhs

Volkshochschule  
Oberberg



## Herbst/Winter 2021

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

Programm  
Reichshof



OBERBERGISCHER KREIS  
DER LANDRAT

AMT FÜR SCHULE UND BILDUNG



# Reichshof

## Abteilungsleitung

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

### Gerhard Dittich

ehrenamtlicher Leiter der VHS-Abteilung in Reichshof

**Telefon 02293 2356**

**E-Mail [reichshof@vhs-oberberg.de](mailto:reichshof@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: Gerhard Dittich, Steigers Garten 5, 51588 Nümbrecht**

**E-Mail: [gerhard@dittich.de](mailto:gerhard@dittich.de) oder [reichshof@vhs-oberberg.de](mailto:reichshof@vhs-oberberg.de)**

Im Falle der **Online-Anmeldung** ([www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de)) oder **E-Mail-Anmeldung** ([reichshof@vhs-oberberg.de](mailto:reichshof@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](http://www.vhs-oberberg.de).

DIE VHS-OBBERBERG WIRD 50 JAHRE JUNG!

50

Am 16.09.1971 eröffnete die neu gegründete Kreisvolkshochschule ihr erstes Semester. Diesen runden Geburtstag wollen wir gemeinsam mit Ihnen feiern und haben uns für Sie etwas Besonderes einfallen lassen:

### ONLINE-LESEREIHE

jeweils **donnerstags, Beginn: 18:30 Uhr**

**16.09.2021:** Eröffnung mit der Lindlarer Poetry-Autorin **Kiane l'Azin**

**30.09.2021:** liest der in Wipperfürth lebende Autor **Tom Saller** aus seinem neuen Roman

**07.10.2021:** **Horst Eckert** lebt und schreibt in Düsseldorf politische Krimis

**28.10.2021:** die Kölnerin **Anne Siegel** portraitiert Powerfrauen

**18.11.2021:** **Alex Beer** liest aus ihrem neuen Wien-Krimi

**02.12.2021:** Abschluss mit **Anne Weber**, Trägerin des Deutschen Buchpreises 2020

Der Wiehler Literaturspezialist **Mike Altwicker** begleitet die Autor\*innen durch die Online-Lesereihe und bringt uns jeweils ganz dicht an sie heran. **Anmeldung online unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de)**

Unser **kleines Geschenk** für Sie, liebe Kursteilnehmer\*innen:

Bei **50 ausgewählten** Kursen und Veranstaltungen ist **die erste eingehende Anmeldung jeweils gebührenfrei**.

Die 50 gebührenfreien Kursplätze sind **gleichmäßig in allen VHS-Abteilungen** zu finden und über alle Programm-bereiche verteilt.

Diese Kurse sind im Programmheft mit dem Symbol **50** markiert.

Pro Person ist nur **eine** erste Anmeldung gebührenfrei möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

# Grüßwort - 50 Jahre VHS Oberberg



*Gerhard Dittich, Leiter der VHS-Abteilung Reichshof und Bürgermeister Rüdiger Gennies  
Foto: Gemeinde Reichshof*

## Herzlichen Glückwunsch zu 50 lehrreichen Jahren

Jeder kennt sie und so gut wie jede Oberbergerin und jeder Oberberger hat mindestens ein Semester das Angebot der Weiterbildung genutzt – die Volkshochschule im Oberbergischen.

„Persönlich bin ich immer bereit zu lernen, obwohl ich nicht immer belehrt werden möchte“, so sagte es einst Winston Churchill. Und dieser Einstellung kann ich mich umfänglich anschließen.

Menschen, die in ihrer freien Zeit das Bildungsangebot annehmen, möchten ihren Horizont erweitern, Gleichgesinnte treffen, sich persönliche Fähigkeiten aneignen, gesund ernähren oder ihren Wissensstand in den unterschiedlichen Bereichen ausdehnen. Und ganz besonders wichtig für Neubürger\*innen: Deutsch als Fremdsprache erlernen.

Die Angebote der Volkshochschule sind so vielschichtig wie die Ansprüche und Hobbys ihrer Nutzer\*innen. Und dahinter steht ein kompetentes Team, mit dem richtigen Gespür für die Trends, um immer den richtigen Kurs zur richtigen Zeit anbieten zu können. Aber nicht nur dieses ist entscheidend, auch bei der Auswahl der Dozent\*innen beweist das VHS-Team eine glückliche Hand.

50 Jahre VHS im Wandel – die Themen von heute wären für die Gründer von damals undenkbar gewesen. Erfreulich, dass aktuell das Umweltbewusstsein, der Klimaschutz und die Geschlechtergerechtigkeit im Vordergrund stehen.

Ein Bildungsangebot vor der Haustür – so sehen es auch viele Reichshoferinnen und Reichshofer, die sich im Rahmen der Kurse sportlich in Hallen und Bädern betätigen, PC-Kenntnisse aneignen oder vertiefen, saisonal kochen und mit ihren Kindern erste Turnübungen machen.

Bildung ist der Schlüssel zu allem – deshalb ein herzliches Dankeschön an das VHS-Team im Vorder- und Hintergrund und herzlichen Glückwunsch zum 50-jährigen Bestehen.

Mit den besten Wünschen  
Ihr Rüdiger Gennies  
Bürgermeister der Gemeinde Reichshof

# 50 Jahre VHS Oberberg - Lesereihe



Mike Altwicker

Foto: Lina Sommer

**Mike Altwicker** (\*13. Januar 1974 in Waldbröl) ist Literaturkritiker, Buchhändler, Moderator, Journalist und Hochschuldozent.

Mit seiner Literaturshow Expeditionen ins Buchreich tritt Altwicker seit 2004 an zahlreichen Orten in NRW auf. Er wurde bekannt durch seine Buchbesprechungen bei Hier und Heute im WDR Fernsehen und seine seit 2015 regelmäßig stattfindenden Buchhändlergespräche im Deutschlandfunk Kultur.

Für die VHS Oberberg begleitet er ab dem 16.09.2021 international bekannte Schriftsteller\*innen durch die Online-Lesereihe. **Immer an einem Donnerstag, Beginn jeweils um 18:30 Uhr.**

**Anmeldung unter: [www.vhs-oberberg.de/online-lesereihe](http://www.vhs-oberberg.de/online-lesereihe).  
Sie erhalten nach Anmeldung einen Link als Zugang zur Lesung.**

gebühren-  
frei



**B2113010 16.09.2021**

**Kiane l'Azin**  
liest Poetry „Auf dem Land“

Kiane l'Azin  
Foto: Thorsten Wirth



**B2113011 30.09.2021**

**Tom Saller**  
liest aus seinem neuen Roman „Julius oder die Schönheit des Spiels“

Tom Saller  
Foto: Karin Maigut



**B2113012 07.10.2021**

**Horst Eckert**  
liest aus seinem neuen Thriller „Die Stunde der Wut“

Horst Eckert  
Foto: Kathie Wewer



**B2113013 28.10.2021**

**Anne Siegel**  
liest aus „Wo die wilden Frauen wohnen“

Anne Siegel  
Foto: Jacobia Dahm



**B2113014 18.11.2021**

**Alex Beer** liest aus ihrem neuen Wien-Krimi „Der Letzte Tod“

Alex Beer  
Foto: Ian Ehm



**B2113015 02.12.2021**

**Anne Weber**  
liest aus „Annette, ein Heldinnenepos“ (ausgezeichnet mit dem Deutschen Buchpreis 2020)

Anne Weber  
Foto: Thorsten Greve

## GESELLSCHAFT UND POLITIK



### B2113049 Wanderausstellung „Umbruch Ost - Lebenswelten im Wandel“ **NEU!**

Die Wanderausstellung „Umbruch Ost - Lebenswelten im Wandel“ wirft Schlaglichter auf 30 Jahre deutsche Einheit. Im Zentrum stehen dabei die Umbrucherfahrungen der Ostdeutschen. Die Schau thematisiert auf 23 Tafeln mit Bildern und Texten die Erwartungen und das Vertrauen, das die Ostdeutschen mit der Wiedervereinigung verbunden hatten. Sie ruft die innerdeutsche Solidarität und Hilfsbereitschaft in Erinnerung. Die Ausstellung erzählt von den Neuanfängen und Aufbrüchen, wie auch vom Willen, die SED-Diktatur aufzuarbeiten. Sie dokumentiert die Verzweiflung, die mit dem wirtschaftlichen Zusammenbruch und dem Anstieg der Arbeitslosigkeit einherging und die Verluste und Ängste, die die 1990er Jahre in Ostdeutschland prägten. Themen sind bspw. die Gleichzeitigkeit von Sanierung und Rückbau der ostdeutschen Städte, die Situation der Frauen und Familien oder eine Jugendkultur zwischen Techno, Punk und Rechtsradikalismus.

Die VHS Oberberg lässt diese Ausstellung, die von der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur und dem Beauftragten der Bundesregierung für die neuen Bundesländer herausgegeben wurde, im aktuellen Semester durch den Oberbergischen Kreistouristen. Die genauen Orte und Termine werden auf der Homepage der VHS Oberberg und in der Presse rechtzeitig bekanntgegeben.

## DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE



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

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.

Die VHS Oberberg bietet auch verschiedene Kurse für Selbstzahlende auf unterschiedlichen Niveaustufen (bis B 2) – z. T. im Online-Format – an. Da sich das Angebot während des Semesters häufig noch ändert, wird auf einen Abdruck des aktuellen Kursangebots verzichtet.

**Das aktuelle Programm finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de).**

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](mailto:lilli.reichenbach@vhs.obk.de)
- Andrea Rüppel 02261 8190-25, [andrea.rueppel@vhs.obk.de](mailto:andrea.rueppel@vhs.obk.de)
- Julia Schnabel 02261 8190-41, [julia.schnabel@vhs.obk.de](mailto:julia.schnabel@vhs.obk.de)

### Verantwortlich für die Organisation der Kurse, Beratung und Einstufung:

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



# Reichshof

## COMPUTER



### **B2109350** Computerkurs für Teilnehmende ab 55 Windows 10 und Word

Einführung in das Betriebssystem Windows 10 und in die Textverarbeitung mit Word. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Hinweis: Der Unterricht kann auf Schulungs-PCs oder auf eigenem, mitgebrachten Laptop erfolgen.

#### **Udo Frevel**

Montag, 11.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr,

Dienstag, 12.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr,

Mittwoch, 13.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr,

Donnerstag, 14.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr,

Reichshof, Rathaus Denklingen, Hauptstr. 12

4 Termine (16 Ustd.),

Gebühr: 96,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 27.09.2021

## NATUR UND UMWELT



Foto: Adobestock

#175636126

### **B2109401** Wacholder - mehr als nur Gewürz und Getränk

Wacholder - man kennt ihn aus manch leckerer Speise oder in flüssiger Form nach einem üppigen Essen. Aber wussten Sie, dass er sogar im Winter wachsen kann und auch als Baumapotheke bezeichnet wird? Bei einem Spaziergang zur Branscheider Wacholderheide lernen wir manche Besonderheit der Wacholderpflanze kennen und erfahren, wie die Landschaft entstanden ist und erhalten werden kann. Streckenlänge: ca. 2,5 km. Die Veranstaltung richtet sich an Erwachsene und Familien mit Kindern ab 8 Jahren. In Kooperation mit der Biologischen Station Oberberg.

#### **Kerstin Kiani**

Samstag, 18.09.2021, 14:00 - 15:30 Uhr,

Reichshof-Eckenhagen,

Wanderparkplatz Hecke/Hundhausener Str.

1 Termin (2 Ustd.), Gebühr: 5,00 EUR Erwachsene,

2,00 EUR Kinder, 12,00 EUR Familien,

Anmeldung und Informationen

bei der BSO unter 02293 90150.

## ERNÄHRUNG



### **B2109501** Burger-Deluxe 2.0

„Burger“ liegen zurzeit voll im Trend und werden in immer neuen Varianten kreiert, von denen ich Ihnen einige zeigen möchte. An diesem Kochkursabend backen wir unsere Burgerbrötchen (Buns) mit einem Dinkelmehlanteil und erhalten so einen geschmacklich perfekten Boden und Deckel für unsere gestapelten Füllungen. Aus selbst gewolften und gepressten Pattys (Burgerfleisch) stellen wir einen cremigen „Cheeseburger“ mit flüssigem Käsekern, einen asiatischen Hähnchen-Burger und einen gut gewürzten Rindfleisch-Burger mit rauchiger Whiskysauce her. Ich zeige Ihnen, wie dann Schicht für Schicht aus weiteren frischen und hochwertigen Zutaten geschmacklich großartige Burger entstehen, die mit selbst zubereiteten Saucen als Dressing verfeinert werden – z. B. einer Pflaumen- und Teriyakisauce und der Whiskysauce. Als weitere Beilagen gibt es Coleslaw, eine sehr beliebte, amerikanische Variante des Krautsalates aus Weißkohl, Möhren und einer hellen, cremigen Soße und natürlich frische, lecker gewürzte, selbst gemachte Pommes Frites. Spätestens beim Essen schmecken Sie, dass unsere Burger Deluxe abwechslungsreichen Genuss bieten!

Bitte bringen Sie auch Geschirrtücher und Behälter für Speisen mit.

Infos zum Kurs unter [info@bergischeskochstudio.de](mailto:info@bergischeskochstudio.de) oder unter 02296 908811.

Die VHS Oberberg empfiehlt allen Teilnehmenden, mit Blick auf eine Corona-Prävention, mehrere eigene Probierlöffel mitzubringen.

#### **Doris Seidl**

Montag, 20.09.2021, 18:00 - 21:45 Uhr,

Reichshof, Doris Seidl, Kochstudio, Hähner Weg 79 - 81

1 Termin (5 Ustd.),

Gebühr: 23,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,

die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2109502** Orientalische Küche - Würzig duftende Gerichte aus 1001er Nacht!

50

Würzig duftende Gerichte aus 1001er Nacht. Unsere Genuss-Reise in die Orientalische Küche lockt mit

ihren wunderbaren Gewürzen und außergewöhnlichen Aromen und wird auch für Sie eine geschmackliche Bereicherung sein. Bereiten Sie eine fein-cremige Mandelsuppe, Rouladen mit Auberginenpüree und Zwiebelgemüse, Marokkanisches Huhn mit Safran und Orange, orientalischen Spinat mit Cumin-Kartoffeln sowie einen schön angerichteten Karotten-Orangen-Salat mit Kurkuma zu. Als Dessert gibt es ein mit Rosenwasser aromatisiertes Baklava sowie Türkischen Honig mit Sesam, Zimt und Rosinen. Bitte bringen Sie auch Geschirrtücher und Behälter für Speisen mit.

Infos zum Kurs unter [info@bergischeskochstudio.de](mailto:info@bergischeskochstudio.de) oder unter 02296 908811.

Die VHS Oberberg empfiehlt allen Teilnehmenden, mit Blick auf eine Corona-Prävention, mehrere eigene Probierlöffel mitzubringen.

## **Doris Seidl**

Dienstag, 09.11.2021, 18:00 - 21:45 Uhr,  
Reichshof, Doris Seidl, Kochstudio, Hähner Weg 79 - 81  
1 Termin (5 Ustd.),

Gebühr: 23,00 EUR

zzgl. Lebensmittelumlage,

die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2109503 Party-Gerichte**

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, u. a. „Alles-aus-einem-Topf“ oder Backofengerichte, die sich prima vorbereiten lassen, sättigen und fix fertig sind. Freuen Sie sich z. B. auf überbackene 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 Geschirrtücher und Behälter für Speisen mit.

Infos zum Kurs unter [info@bergischeskochstudio.de](mailto:info@bergischeskochstudio.de) oder unter 02296 908811.

Die VHS Oberberg empfiehlt allen Teilnehmenden, mit Blick auf eine Corona-Prävention, mehrere eigene Probierlöffel mitzubringen.

## **Doris Seidl**

Sonntag, 24.10.2021, 11:30 - 15:15 Uhr,  
Reichshof, Doris Seidl, Kochstudio, Hähner Weg 79 - 81  
1 Termin (5 Ustd.),

Gebühr: 23,00 EUR

zzgl. Lebensmittelumlage,

die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich



## **B2109504 Käsegerichte**

In unserer kleinen Kochschule dreht sich heute alles um den Käse und in welchen Speisen man ihn kulinarisch einsetzt. In diesem Teil verarbeiten wir nur Käse aus Kuhmilch mit nicht zu langer Reifezeit, also milden Käse. Freuen Sie sich auf kreative Salate, einen mit Fenchel, den anderen mit Hering, eine Lauch-Quiche mit Frischkäse und überbackenes Putengeschnetzeltes mit Banane. Überbackene Filetsteaks mit Zucchini und Aprikosenkonfitüre sind ein pfiifiges Hauptgericht für Gäste, gefüllte Kalbsröllchen mit Kartoffelbällchen ein feines Gericht für Feste. Unser Menü mit Käse rundet eine Mascarpone-torte mit Sauerkirschen ab.

Bitte bringen Sie auch Geschirrtücher und Behälter für Speisen mit.

Infos zum Kurs unter [info@bergischeskochstudio.de](mailto:info@bergischeskochstudio.de) oder unter 02296 908811.

Die VHS Oberberg empfiehlt allen Teilnehmenden, mit Blick auf eine Corona-Prävention, mehrere eigene Probierlöffel mitzubringen.

## **Doris Seidl**

Donnerstag, 18.11.2021, 18:00 - 21:45 Uhr,  
Reichshof, Doris Seidl, Kochstudio, Hähner Weg 79 - 81  
1 Termin (5 Ustd.),

Gebühr: 23,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,

die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2109505 Spätzle und Co. - Die schwäbische Küche**

Einfach, deftig und bodenständig schmeckt die schwäbische Küche und bietet eine Vielzahl leckerer und nahrhafter Gerichte an, die vom baden-württembergischen Schwabenländle bis hin zum Österreichischen Allgäu traditionell gekocht werden. An diesem Kochkursabend lade ich Sie herzlich ein, über den oberbergischen Tellerrand zu schauen und neue Rezept- und Zubereitungsideen aus dem Schwabenland kennenzulernen. Stauerlendchen (Filet vom Kalb, Rind und Schwein) sowie ein delikater Fisch in Gewürzsud werden unsere Hauptspeisen

# Reichshof

sein, die mit dem Klassiker Spätzle und einer feinen Sauce kombiniert werden, die bei einem schwäbischen Essen nicht fehlen dürfen. Zum süßen Abschluss gibt es dann einen Träubleskuchen mit Johannisbeeren, der Sie begeistern wird. Bitte bringen Sie auch Geschirrtücher und Behälter für Speisen mit. Infos zum Kurs unter [info@bergischeskochstudio.de](mailto:info@bergischeskochstudio.de) oder unter 02296 908811.

Die VHS Oberberg empfiehlt allen Teilnehmenden, mit Blick auf eine Corona-Prävention, mehrere eigene Probierlöffel mitzubringen.

## **Doris Seidl**

Sonntag, 05.12.2021, 11:30 – 15:15 Uhr,

Reichshof, Doris Seidl,

Kochstudio, Hähner Weg 79 - 81

1 Termin (5 Ustd.),

Gebühr: 23,00 EUR zzgl. Lebensmittelumlage,

die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird.

Schriftliche Anmeldung erforderlich



## **Rückengymnastik**

Erlernen Sie gezielte Übungen, die die Rücken- und Bauchmuskulatur kräftigen und Verspannungen lösen. Lernen Sie Interessantes über Ihren Rücken und dessen Gesunderhaltung. Und machen Sie sich fit, um Folgen von Verschleißerscheinungen oder einseitiger Belastung zu vermeiden. Reduzieren Sie so Ihre Rückenschmerzen oder beugen Sie vor! Bitte Unterlage mitbringen.

Informationen unter 02297 1350.

## **Andrea Weller-Junge**

10 Termine (10 Ustd.),

Gebühr: 24,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2109558**

Beginn: 21.09.2021, dienstags, 19:00 - 19:45 Uhr,

Reichshof, GGS Wildbergerhütte, Bergerhof, Schulstr. 13

## **B2109559**

Beginn: 22.09.2021, mittwochs, 08:45 - 09:30 Uhr,

Reichshof, Turnhalle, Wildbergerhütte, Welpersiefen 1 a

## **B2109560 Fitnessgymnastik**

Dieser Kurs fördert Kondition und Koordination sowie Bodystyling durch gezieltes Muskelaufbautraining, abschließendes Stretching und Cool down. Bitte Isomatte mitbringen.

## **Lara Kranz**

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr,

Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.

14 Termine (19 Ustd.),

Gebühr: 46,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2109600 Bewegungsförderung für Männer ab 55**

Wer sich bewegt, stärkt das Herz-Kreislauf-System und beugt Muskelabbau vor. Dieser Kurs will zu Bewegung animieren. Nach einem Aufwärm- und Dehnprogramm bleibt auch Zeit für bewegungsfördernde Aktivitäten, unter anderem in Form von Ballspielen. Weitere Informationen unter 02261 52438.

## **Rolf-Dieter Köster**

Beginn: 17.09.2021, freitags, 19:30 - 21:00 Uhr,

Reichshof, Gemeinschaftsgrundschule Hunsheim,

Turnhalle, Dörner Weg

12 Termine (24 Ustd.),

Gebühr: 58,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2109601 „Männer im Aufwind“**

Nach dem Motto „Wer rastet - der rostet“ werden in diesem Kurs Gymnastik, Sport und Spiele für Männer ab 55 Jahren angeboten. Lernen Sie Übungen, die Sie „beweglich und fit“ halten!

Informationen unter 02297 909383.

## **Ulrich Cilimba**

Beginn: 29.09.2021, mittwochs, 10:00 - 11:30 Uhr,

Reichshof, GGS Wildbergerhütte, Turnhalle, Welper Siefen 1

10 Termine (20 Ustd.),

Gebühr: 48,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **Aquafitness**

Auftrieb, Druck und Widerstand des Wassers sind optimal, um Muskeln zu lockern, zu dehnen und zu kräftigen. Der Trainingseffekt im Wasser ist fünfmal höher als bei Trockenübungen. Nutzen Sie diesen Aquafitness-Kurs, um Ihr Körpergefühl zu verbessern und überschüssigen Pfunden zu Leibe zu rücken.



## Ulrich Ciliba

Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof  
10 Termine (13 Ustd.),  
Gebühr: 47,00 EUR inkl. Badnutzung,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2109602

Beginn: 29.09.2021, mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr

### B2109603

Beginn: 29.09.2021, mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr



## Wassergymnastik

...ist mehr als Gymnastik im Wasser! Die bremsende Kraft des Wassers wird für eine sehr gelenkschonende Kräftigung der Muskulatur eingesetzt. Der Wasserdruck verbessert die Durchblutung, fördert den venösen Rückfluss zum Herzen und den Sauerstoffaustausch im Gewebe. Allgemeine Kräftigung und Training des Haltungs- und Bewegungsapparates sowie des Herz-Kreislauf-Systems sind Ziele des Kurses. Telefonische Informationen zum Kurs bei der Dozentin unter 02261 52164.

### Sabine Pallach

Reichshof, MediClin Klinik,  
Schwimmbad, Berglandstr. 1  
11 Termine (10 Ustd.),  
Gebühr: 53,00 EUR inkl. Badnutzung,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2109604

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 09:00 - 09:40 Uhr

### B2109605

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 09:40 - 10:20 Uhr

### B2109606

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 10:20 - 11:00 Uhr

## Wassergymnastik

Für Menschen, die sich gesund erhalten und Verspannungen vorbeugen möchten, ist Wasser das ideale Element für gelenkschonende Gymnastik und effizientes Bewegungstraining. Bei der Wassergymnastik vereinen sich viele positive Aspekte: eine Entlastung der Gelenke durch den permanenten Wasserwiderstand, eine vertiefte Atmung und Vorbeugung venöser Erkrankungen. Und die Freude an der gemeinsamen Bewegung im Wasser ist ebenfalls nicht zu unterschätzen.

### Lara Kranz

14 Termine (14 Ustd.),  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2109607

Beginn: 13.09.2021, montags, 17:30 - 18:15 Uhr,  
Gebühr: 74,00 EUR inkl. Badnutzung,  
Reichshof, MediClin Klinik, Schwimmbad, Berglandstr. 1

### B2109609

Beginn: 13.09.2021, montags, 20:00 - 20:45 Uhr,  
Gebühr: 69,00 EUR inkl. Badnutzung,  
Reichshof, Schwimmhalle Hunsheim, Dorner Weg

### B2109610

Beginn: 13.09.2021, montags, 21:00 - 21:45 Uhr,  
Gebühr: 69,00 EUR inkl. Badnutzung,  
Reichshof, Schwimmhalle Hunsheim, Dorner Weg

NEU!

50

NEU!

## TEXTILES GESTALTEN



**B2109750 Selbst genäht!**  
**Ein kreativer Nähkurs für**  
**Anfänger\*innen und Fortgeschrittene**

50

Haben Sie Lust, das Nähen in einer Gruppe Gleichgesinnter zu erlernen oder vorhandene Nähkenntnisse

# Reichshof

zu erweitern? In diesem Kurs bekommen neugierige junge und ältere Personen die Grundlagen dieses tollen Handwerks vermittelt. Ob Sie Kleidung für Babys, Kinder oder Erwachsene selbst fertigen oder sich an das Nähen von Accessoires wie z. B. Kissen oder Taschen wagen möchten - es lohnt sich immer! Schöne, individuelle Dinge nach Schnittmustern oder eigenem Design selbst zu nähen, ist ein attraktives Hobby und voll im Trend! Als ausgebildete Modeschneiderin begleite ich Sie bei der Schnitt- und Stoffauswahl, dem Zuschnitt und Nähen an der Maschine. Sie können auch Änderungen oder Reparaturen Ihrer Lieblingsteile vornehmen und somit ausrangierte Textilien sogar aufwerten! Wählen Sie Ihr eigenes Projekt, das Sie unter fachkundiger Anleitung anfertigen möchten. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine und das übliche Nähzubehör mit. Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen, informativen Nähkurs, schöne Accessoires und attraktive Kleidungsstücke! Natürlich selbst genäht!

## Linda Lange

Beginn: 22.09.2021, mittwochs, 19:00 - 21:15 Uhr,  
Reichshof, Gemeinschaftsgesamtschule Eckenhagen,  
Hahnbacher Straße 23  
9 Termine (27 Ustd.),  
Gebühr: 108,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Jedes Kind muss einzeln angemeldet und im Kurs begleitet werden. Eine Anmeldung von einem Erwachsenen mit mehreren Kindern (z. B. Geschwister) ist somit nicht zulässig.

## Aliona Craciun

Beginn: 17.09.2021, freitags, 15:00 - 16:30 Uhr,  
Reichshof, Gemeinschaftsgrundschule Hunsheim,  
Turnhalle, Dorner Weg  
10 Termine (20 Ustd.),  
Gebühr: 60,00 EUR;  
Die Gebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind.  
Es ist eine Online-Anmeldung über [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) erforderlich.

## FAMILIENBILDUNG



## B2109850 Eltern-Kind-Turnen in Reichshof-Hunsheim

Im Vordergrund stehen beim Eltern-Kind-Turnen die Bewegung und das gemeinsame Ausprobieren und Kennenlernen, was eine Turnhalle samt Geräte hergibt. Die Turnstunde gibt nicht nur den 1- bis 3-jährigen Kindern die Möglichkeit, erste Kontakte zu knüpfen, auch die Eltern tauschen hier gerne ihre Erfahrungen aus.

Informationen bei der Dozentin unter 0157 31659736 oder 02261 5074820.

kompetent & engagiert

**EHRENAMTS-  
AKADEMIE**  
OBERBERGISCHER KREIS

OBERBERGISCHER KREIS  
DER LANDRAT  
UNTERSTÜTZUNG DES EHRENAMTES

**vhs**  
Volkshochschule  
Oberberg

KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK  
Oberbergischer Kreis

EVANGELISCHER  
KIRCHENKREIS  
AN DER AGGER

KATHOLISCHE  
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE  
Wipperfürth - Haus der Familie

[www.obk.de/ehrenamts-akademie](http://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 B2113000 - B2114999 richten Sie bitte an die VHS Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach oder an [info@vhs-oberberg.de](mailto:info@vhs-oberberg.de). Eine Anmeldung zu den Onlineangeboten ist ausschließlich möglich über [www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote).

Bitte beachten Sie, dass nachfolgende Kursausreibungen z. T. stark gekürzt sind. Ausführliche Kursbeschreibungen, Voraussetzungen zum Besuch des Kurses, Materialhinweise und Sonderkonditionen finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) oder im **Gesamtprogrammheft**. Dieses liegt für Sie in Ihrem Rathaus und an vielen Stellen in Ihrer Stadt oder Gemeinde aus.

Informationen erhalten Sie auch bei der Zentrale der VHS Oberberg unter 02261 8190-0.

## ZWEITER BILDUNGSWEG



### Hauptschulabschluss nach Klasse 9

**18.08.2021 - 23.06.2022**

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

### Hauptschulabschluss nach Klasse 10 a

**18.08.2021 - 27.01.2022**

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

### Fachoberschulreife (FOR)

**Lehrgang 2022: 31.01.2022 - 23.06.2022**

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



**B2113050 Das andere Leben. Die DDR in lebensgeschichtlicher Perspektive zwischen Alltag und politischer Verfolgung - Ein moderiertes Zeitzeugengespräch**

**Renald Heilmann**

**Siebo M. H. Janssen**

Samstag, 13.11.2021, 11:00 - 13:15 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

**B2113052 Workshop: Hate-Speech und Fake-News - Erkennen von und Umgehen mit Online-Anfeindungen und Falschmeldungen**

**Carolin Hesidenz**

Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 13:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3,  
PC-Raum  
1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei;

**finanziell unterstützt durch das Netzwerk gegen Rechts im Oberbergischen Kreis**,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## ANGEBOTE FÜR FRAUEN



**B2113054 Workshop: JETZT komme ICH! - Wirksames Auftreten für Frauen in Beruf und Öffentlichkeit**

**Bettina Loidl**

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (10 Ustd.), Gebühr: 44,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

# Zentrale

## **B2113055** Workshop: Was tun bei Diskriminierung? - Ein Workshop für engagierte Frauen

50

### **Carolin Hesidenz**

Samstag, 25.09.2021, 09:30 - 14:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (6 Ustd.), Gebühr: 26,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

INKLUSION



## **B2113057** Sprache bringt Menschen zusammen - Eine Einführung in die Deutsche Gebärdensprache

50

### **Maria Lancieri**

Samstag, 30.10. und 13.11.2021, 09:30 - 15:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (14 Ustd.), Gebühr: 55,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

NATUR UND UMWELT



## **B2113051** Der oberbergische Wald im Klimawandel - Eine geführte Wanderung

50

### **Martin Barth**

Samstag, 23.10.2021, 11:00 - 12:30 Uhr,  
Gummersbach-Hülsenbusch,  
Parkplatz der GGS Hülsenbusch, Waldweg 8  
1 Termin (2 Ustd.), Gebühr: 6,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113058** Vortrag: Das Klimasystem Erde - Über Wetter, Witterung und Klima, den Klimawandel und seine Auswirkungen auf unser Leben

### **Achim Marré**

Samstag, 02.10.2021, 10:00 - 12:15 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), Gebühr: 9,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113059** Vortrag: Faszination Bergisches Land - Von der Landschaftsentstehung über die Gesteine, Bodenbildung und Vegetation zur Bergischen Kulturlandschaft

### **Achim Marré**

Samstag, 18.09.2021, 10:00 - 12:15 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.),  
Gebühr: 9,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113440** Klimacafé: Plastik vermeiden und den vom Menschen verursachten Klimawandel begrenzen!

### **Martin Beulker**

Klimaschutzmanagement Rheinisch-Bergischer Kreis

### **Isabel Kramer**

Abfallberater Bergischer Abfallwirtschaftsverband

### **Achim Marré**

zertifizierter Natur- und Landschaftsführer

Mittwoch, 13.10.2021, 17:30 - 19:30 Uhr

Lindlar, :metabolon,

Bergisches Energiekompetenzzentrum,

Am Berkebach

1 Termin (3 Ustd.),

gebührenfrei,

Anmeldung bis 06.10.2021 unter 02261 8190-13,

02263 805597 oder unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de)

## **B2113861** Klosterbauers Denkzeit - Nachhaltigkeit in Landwirtschaft und Ernährung hautnah auf dem Biokreis- und Archehof

### **Susanne Schulte**

### **Peter Schmidt**

Montag, 27.09.2021, 18:30 - 21:30 Uhr

Gummersbach,

Klosterhof Bünghausen, Hömelstraße 12

1 Termin (4 Ustd.),

Gebühr: 12,00 EUR, inkl. kleinem Imbiss,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **Wichtige Information:**

**Ausführliche Beschreibungen der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) oder im Gesamtprogrammheft. Dieses liegt für Sie in Ihrem Rathaus und an vielen weiteren Stellen in Ihrer Stadt oder Gemeinde bereit!**

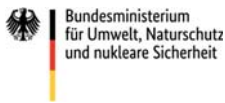


Die drei folgenden, gebührenfreien Veranstaltungen finden im Rahmen des Zukunftsprojekts „Es blüht und summt in Oberberg! Der naturfreundliche Garten der VHS Oberberg als neuer Lernort“ statt.



Die Umsetzung des Zukunftsprojekts „Es blüht und summt in Oberberg! Der naturfreundliche Garten der VHS Oberberg als neuer Lernort“ des Oberbergischen Kreises erfolgt im Rahmen des Wettbewerbs „Naturstadt – Kommunen schaffen Vielfalt“. Der Wettbewerb wird vom Bündnis „Kommunen für biologische Vielfalt e.V.“ durchgeführt und im Bundesprogramm Biologische Vielfalt durch das Bundesamt für Naturschutz mit Mitteln des Bundesumweltministeriums gefördert.

Gefördert durch



Ein Projekt von



## **B2113060 Im eigenen Garten Bienenblumenblühwiesen anlegen**

**Cornelia Lösche**

Samstag, 25.09.2021, 17:00 - 19:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113061 Nisthilfen für Wildbienen selbst gemacht - Ein Kurs für Familien**

**Manuela Thomas**

Freitag, 29.10.2021, 15:00 - 17:15 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113062 Benjeshecke - Benjeswall - Totholzhaufen selbst gemacht**

**Klaus Klasen**

Samstag, 06.11.2021, 11:00 - 15:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (5 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

# 2021 JÜDISCHES LEBEN IN DEUTSCHLAND

## **1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland und eine Spurensuche im Oberbergischen**

2021 ist das Jahr für ein bedeutendes Jubiläum: Seit 1700 Jahren leben Menschen jüdischen Glaubens in Deutschland. In einer 6-teiligen Veranstaltungsreihe wollen wir jüdisches Leben, jüdische Kultur und Religion in Deutschland und im Oberbergischen mit Expert\*innen diskutieren und das Wissen über jüdisches Leben im Oberbergischen erweitern. Alle Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit mit dem Katholischen Bildungswerk statt und sind gebührenfrei.

### **Jüdisches Leben in Deutschland und im Oberbergischen**

15.09.2021, 18:30 -20:00 Uhr  
Online-Anmeldung: VN 7201020,  
[www.bildungswerk-oberberg.de](http://www.bildungswerk-oberberg.de)

### **Die Thora-Rolle: die heiligen Schriften des Judentums**

06.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Onlin-Anmeldung: VN 7201021,  
[www.bildungswerk-oberberg.de](http://www.bildungswerk-oberberg.de)

### **Pessach, Jom Kippur und Sukkot - Jüdische Feste und Feierlichkeiten**

27.10.2021, 18:30 - 20 Uhr  
Anmeldung: B2113070,  
[info@vhs-oberberg.de](mailto:info@vhs-oberberg.de)

### **Die jüdische Puppenspielerin Fanny Meyer - mit der Kabarettistin und Autorin Marina Barth**

16.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Online-Anmeldung: VN 7601109,  
[www.bildungswerk-oberberg.de](http://www.bildungswerk-oberberg.de)

### **Nümbrecht und der jüdische Friedhof ONLINE**

08.12.2021, 18:30 -20:00 Uhr  
Anmeldung: B2113071,  
[info@vhs-oberberg.de](mailto:info@vhs-oberberg.de)

### **Chanukka - das jüdische Lichterfest**

15.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr  
Anmeldung: B2113072,  
[info@vhs-oberberg.de](mailto:info@vhs-oberberg.de)



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

### **B2113202 Online-Kurs: SPANISCH A1.3 für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen**

Lehrbuch: Perspectivas contigo A1

**Bärbel Treiber de Espinosa**

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 18:30 - 20:00 Uhr,

Zentrale, Online

12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 116,00 EUR,

Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### **B2113207 Online-Kurs: Spanisch A1.1 ohne Vorkenntnisse**

**Estefanny Espinosa**

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 18:30 - 20:00 Uhr,

Zentrale, Online

12 Termine (24 Ustd.),

Gebühr: 116,00 EUR, Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### **B2113220 Online-Kurs: Italienisch Grundkurs 0 - A1 ohne Vorkenntnisse - „Bella Italia!“**

**Francesco Macchiarola**

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 15:00 - 16:30 Uhr,

Zentrale, Online

10 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 80,00 EUR,

Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### **B2113250 Arabisch für Erwachsene - Einführungskurs**

50

**Abdelkarim Hasan**

Beginn: 16.09.2021, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113254 Arabisch für Kinder - ohne Vorkenntnisse**

**Nouf Al Shehab**

Beginn: 17.09.2021, freitags, 15:30 - 17:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

12 Termine (24 Ustd.),

Gebühr: 72,00 EUR plus Kostenbeitrag

für Unterrichtsmaterial,

HINWEIS: Geringverdienende, z. B. Kinder aus Flüchtlingsfamilien, können eine Gebührenermäßigung beantragen.

Auf Wunsch ist eine Ratenzahlung möglich.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113255 Arabisch für Kinder - mit Vorkenntnissen**

**Nouf Al Shehab**

Beginn: 17.09.2021, freitags, 17:30 - 19:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

12 Termine (24 Ustd.),

Gebühr: 72,00 EUR plus Kostenbeitrag

für Unterrichtsmaterial,

HINWEIS: Geringverdienende, z. B. Kinder aus Flüchtlingsfamilien, können eine Gebührenermäßigung beantragen.

Auf Wunsch ist eine Ratenzahlung möglich.

Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113261 Online-Kurs: Vous aimez la France...? Sie lieben Frankreich? Französisch für Anfänger\*innen**

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch

Französisch mit 2 Audio-CDs, Klett Verlag

**Maxie Fischer**

Beginn: 16.09.2021, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr,

Zentrale, Online

12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 116,00 EUR,

Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### **B2113264 Online-Wochenendkurs Französisch A1 für Wiedereinsteigende**

**Eva Winkler**

Beginn: 18.09.2021, samstags, 14:00 - 17:15 Uhr,

Zentrale, Online

3 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,

Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### **B2113265 Online-Wochenendkurs Französisch A2 für Wiedereinsteigende**

**Eva Winkler**

Beginn: 30.10.2021, samstags, 09:00 - 12:15 Uhr,

Zentrale, Online

3 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,

Anmeldung ausschließlich über

[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

## GESUNDHEITSBILDUNG



### **B2113500** Basiswissen Gesunde Ernährung

50

#### **Stefanie Christ**

Dienstag, 23.02.2021, 18:00 bis 20:15 Uhr und  
Dienstag, 02.03.2021, 18:00 bis 19:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (5 Ustd.), Gebühr: 15,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113501** Mangelernährung im Alter verhindern und behandeln

#### **Stefanie Christ**

Mittwoch, 03.11.2021, 17:30 - 20:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 12,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113502** Durchblick im Supermarktdschungel

#### **Stefanie Christ**

Mittwoch, 29.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (2 Ustd.), Gebühr: 6,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113505** Online-Kurs: Autogenes Training

#### **Corinna Herrmann**

Beginn: 22.09.2021, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
8 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,  
Online-Anmeldung erforderlich

### **B2113550** Workshop zum Thema Hochsensibilität Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

50

#### **Tanja Schmidt**

Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 27,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

**Ausführliche Beschreibungen der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen sowie weitere Angebote finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) oder im Gesamtprogrammheft.**

## KUNST UND KULTUR



### **B2113700** Rampensau, Tohuwabohu, Farbenrausch? Chaos und Ordnung

2-tägiger Theaterworkshop  
Mindestalter: 16 Jahre

#### **Dörte Köstlin-Thompson**

##### **Sophia Stärk**

Samstag, 13.11.2021, 12:00 - 17:45 Uhr,  
Sonntag, 14.11.2021, 11:00 - 15:30 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (14 Ustd.), Gebühr: 84,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113701** Schau mich an und hör mir zu! Porträt und Monolog

Wir beschäftigen uns in diesem 2-tägigen Workshop mit den Themen Portrait und Monolog in einer Verbindung aus Theater und Kunst.

Mindestalter: 18 Jahre

#### **Dörte Köstlin-Thompson**

##### **Sophia Stärk**

Freitag, 12.11.2021, 16:00 - 19:45 Uhr,  
Samstag, 20.11.2021, 11:00 - 17:45 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (14 Ustd.),  
Gebühr: 84,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## KREATIVES GESTALTEN



### **Bildhauerei - 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,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113705**

Samstag, 18.09.2021, 11:00 - 17:00 Uhr,  
Sonntag, 19.09.2021, 11:00 - 17:00 Uhr

### **B2113706**

Samstag, 09.10.2021, 11:00 - 17:00 Uhr,  
Sonntag, 10.10.2021, 11:00 - 17:00 Uhr

# Zentrale

## **B2113710 Schmuckgestaltung mit Art Clay Silver®(ACS) - Verwirklichen Sie Ihre individuellen Schmuckwünsche!**

### **Anke Schmeichel-Kreitschmer**

Samstag, 02.10.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (10 Ustd.),  
Gebühr: 48,00 EUR + Materialkosten,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **Werkstattkurs: Geben Sie Gas! Einführung in die Kunst und die Techniken des Schweißens**

### **Peter Herrig**

#### **Udo Ristau**

Kursort: Kunstschlosserei Udo Ristau,  
Überdorfstr. 22, 53783 Eitorf  
1 Termin (8 Ustd.),  
Gebühr: 125,00 EUR inklusive Materialkosten und  
kleinem Imbiss, Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113716**

Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 15:00 Uhr

### **B2113715**

Samstag, 08.01.2022, 09:00 - 15:00 Uhr

## **B2113717 Schmieden, schweißen, flexen ... Kreatives Gestalten dekorativer Objekte aus Stahl in der Weihnachtszeit!**

### **Udo Ristau**

#### **Nicole Heiduk**

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 15:00 Uhr,  
Kursort: Kunstschlosserei Udo Ristau,  
Überdorfstr. 22, 53783 Eitorf  
1 Termin (8 Ustd.),  
Gebühr: 125,00 EUR; in der Gebühr sind die Kosten  
für die Nutzung von Maschinen/Werkzeug und Material  
von 50,00 EUR sowie ein kleiner Imbiss enthalten.  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113720 Bogenbaukurs - einen Langbogen aus Rattan selbst herstellen**

### **Sven Schuh**

Samstag, 04.12.2021, 14:00 - 18:00 Uhr,  
Natursportzentrum, Parkplatz in der  
Rudolf-Harbig-Str. 18-20, 51702 Bergneustadt  
1 Termin (6 Ustd.), Gebühr: 41,00 EUR zzgl. 12,00 EUR  
Materialkosten, die vor Ort zu zahlen sind.  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## TEXTILES GESTALTEN



## **B2113750 Patchwork-Workshop**

### **Kerstin Alznauer-Hötten**

Mittwoch, 15.09./06.10./27.10./10.11./24.11./01.12./  
15.12.2021, jeweils 17:45 - 20:00 Uhr  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
7 Termine (21 Ustd.), Gebühr: 56,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **Patchwork am Wochenende**

### **Kerstin Alznauer-Hötten**

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (11 Ustd.), Gebühr: 44,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### **B2113751**

Freitag, 29.10.2021, 16:00 - 20:00 Uhr,  
Samstag, 30.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

### **B2113752**

Freitag, 26.11.2021, 16:00 - 20:00 Uhr,  
Samstag, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

## **B2113755 Wir lernen nähen - ein Kurs für Anfänger\*innen**

### **Melanie Eicks**

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
8 Termine (24 Ustd.),  
Gebühr: 96,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113760 Schaf und Wolle - Ein „Wollfühl-Nachmittag“**

50

### **Susanne Schulte**

Samstag, 25.09.2021, 15:00 - 18:00 Uhr,  
Gummersbach, Klosterhof Bünghausen, Hömelstraße 12  
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 20,00 EUR,  
zzgl. 5,00 EUR für Imbiss vor Ort zu zahlen.  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113770 Der nachhaltige Kleiderschrank**

50

### **Brigitte Moreen Nieswand**

Freitag, 05.11.2021, 16:00 - 19:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 16,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich



## MODE UND KOSMETIK



### Kleider und Farben machen Leute - Eine individuelle Farbberatung

#### Mirja Peters

VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.),  
Gebühr: 48,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

#### B2113801

Samstag, 30.10.2021, 10:00 - 16:00 Uhr

#### B2113802

Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr

### Professionell schön geschminkt für jeden Anlass

#### Diana Schulte

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (4 Ustd.),  
Gebühr: 28,00 EUR + Materialkosten,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

#### B2113805

Samstag, 18.09.2021, 10:00 - 13:00 Uhr

#### B2113806

Donnerstag, 07.10.2021, 17:30 - 20:30 Uhr

#### B2113807

Samstag, 30.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr

## FAMILIENBILDUNG



### B2113850 Vortrag: Depression im Alter - Das unerkannte Leid

#### Dr. med. Johannes Michael Albers

Klinikdirektor für Allgemein- und Gerontopsychiatrie  
der Kreiskliniken Gummersbach-Waldbröl  
am Standort Gummersbach  
Freitag, 24.09.2021, 16:00 - 18:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.),  
gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2113851 Vortrag: Der Kampf gegen das Vergessen - Demenz in Klinik und Alltag

#### Dr. med. Johannes Michael Albers

Klinikdirektor für Allgemein- und Gerontopsychiatrie  
der Kreiskliniken Gummersbach-Waldbröl  
am Standort Gummersbach  
Freitag, 29.10.2021, 16:00 - 18:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2113853 Workshop: Hochsensibilität bei Kindern und Jugendlichen - Ein Methoden-Workshop für Eltern und Fachkräfte

#### Tanja Schmidt

Samstag, 04.12.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 26,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2113854 Entspannung fürs Kind - Eine Einführung in altersgerechte Entspannungsübungen

#### Birgit Friedrichs

Samstag, 25.09.2021, 09:00 - 12:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (4 Ustd.), Gebühr: 15,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2113855 Traurig sein ist okay! - Umgang mit Verlusterfahrungen bei Kindern

#### Claudia Koch

#### Ann-Christine Peiseler

Freitag, 01.10.2021, 16:00 - 18:30 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (4 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

### B2113856 Der Letzte-Hilfe-Kurs - Das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung“

#### Sabine Achenbach

#### Claudia Koch

Samstag, 30.10.2021, 09:30 - 13:30 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (6 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

# Zentrale

## **B2113858** „Sicher wohnen“ - Tipps der Kreispolizeibehörde des Oberbergischen Kreises zum Thema Einbruchschutz

### **N.N.**

Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.),  
gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **„Klicks-Momente für Internetnutzerinnen und -nutzer“ - Die Kreispolizeibehörde des Oberbergischen Kreises informiert über Sicherheit im Medienalltag**

HINWEIS: Die Veranstaltungen „Klicks-Momente für Internetnutzerinnen und -nutzer“ Teil 1 (06.11.2021) und Teil 2 (27.11.2021) haben unterschiedliche Themenschwerpunkte.

### **N.N.**

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (3 Ustd.), gebührenfrei,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113857 Teil 1**

Samstag, 06.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

## **B2113859 Teil 2**

Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

## **B2113860 Bushcraft und Survival für Eltern mit Kind (ab 6 Jahren) - 28 Stunden Überleben im Wald**

### **Sven Schuh**

Samstag, 02.10.2021, 10:00 Uhr bis  
Sonntag, 03.10.2021, 14:00 Uhr,  
Treffpunkt: Haus Arche Noah Marienberge,  
Albert-Schmidt-Weg 1, 57581 Katzwinkel  
1 Termin (37 Ustd.),  
Gebühr: 178,00 EUR; die Gebühr gilt für eine erwachsene  
Person und ein Kind zusammen. Zzgl. Lebensmittelpauschale  
von 10,00 EUR pro Person, die vor Ort gezahlt wird.  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113862 Klosterbauers Familien-Nachmittag - Eine Führung für Familien mit Kindern ab 4 Jahren über den Biokreis- und Archehof Bünghausen**

### **Susanne Schulte**

Samstag, 02.10.2021, 14:00 - 17:30 Uhr,  
Gummersbach,

Klosterhof Bünghausen, Hömelstraße 12  
1 Termin (5 Ustd.),  
Gebühr: 15,00 EUR; inkl. kleinem Imbiss,  
Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **EHRENAMTS-AKADEMIE**



Die folgenden fünf Veranstaltungen werden im Rahmen der Ehrenamts-Akademie Oberbergischer Kreis gebührenfrei angeboten. Sie stehen allen ehrenamtlich und bürgerschaftlich Engagierten im Oberbergischen Kreis offen. Weitere Veranstaltungen finden Sie unter [www.obk.de/ehrenamtsakademie](http://www.obk.de/ehrenamtsakademie)

## **B2113900 Webinar: Was kommt da auf mich zu? - Sicher und kompetent im Ehrenamt**

### **Carolin Dörnbach**

Samstag, 06.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
Zentrale, Online, 1 Termin (10 Ustd.),  
gebührenfrei für (zukünftig) ehrenamtlich Tätige,  
Anmeldung ausschließlich über  
[www.vhs-oberberg.de/ehrenamtsakademie-oberberg](http://www.vhs-oberberg.de/ehrenamtsakademie-oberberg)

## **B2113901 Jetzt bin ich mal dran! - Oasentag für Ehrenamtliche**

### **Carolin Dörnbach**

Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (10 Ustd.), gebührenfrei für (zukünftig)  
ehrenamtlich Tätige, Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113902 Reden vor Gruppen - Rhetorik für Ehrenamtliche**

### **Ellen Anders**

Freitag, 10.12.2021, 14:00 - 19:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (7 Ustd.), gebührenfrei für (zukünftig)  
ehrenamtlich Tätige, Schriftliche Anmeldung erforderlich

## **B2113903 Argumentationstraining gegen rechte Parolen - Der Workshop gegen Sprachlosigkeit**

### **Carolin Hesidenz**

Samstag, 02.10.2021, 10:00 - 17:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (9 Ustd.), gebührenfrei für (zukünftig)  
ehrenamtlich Tätige, Schriftliche Anmeldung erforderlich

50

## **B2113904 Webinar: Die Kunst des Zuhörens - Eine praxisbezogene Einführung in das Empathische Zuhören**

### **Juliane Link**

Donnerstag, 28.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
Donnerstag, 04.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
Donnerstag, 11.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
Zentrale, Online,  
3 Termine (9 Ustd.),  
gebührenfrei für (zukünftig) ehrenamtlich Tätige,  
Anmeldung ausschließlich über  
[www.vhs-oberberg.de/ehrenamtsakademie-oberberg](http://www.vhs-oberberg.de/ehrenamtsakademie-oberberg)

## **TECHNIK**



## **B2113451 Wandern und Biken mit GPS und freien Karten**

**50**

### **Bastian Friedrich**

Montag, 04.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
Dienstag, 05.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (6 Ustd.),  
Gebühr: 24,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an  
VHS Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach  
bis 20.09.2021

## **SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN UND FUNKZEUGNISSE**



## **B2113455 Sportbootführerschein See**

### **Matthias Baumgärtel**

Freitag, 29.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Samstag, 30.10. und 06./13.11.2021, 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 an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 15.10.2021

**Ausführliche Beschreibungen der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen sowie weitere Angebote finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) oder im Gesamtprogrammheft.**

## **BERUFLICHE BILDUNG**



## **B2113320 Online-Kurs: Lust statt Frust im Homeoffice**

### **Evelyn Schuy**

Donnerstag, 11./18./25.11. und 02.12.2021,  
jeweils 18:30 - 20:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
4 Termine (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR  
Anmeldung unter  
[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

## **B2113321 Businessknigge für Auszubildende inkl. Telefon-Training**

### **Evelyn Schuy**

Samstag, 25.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 10.09.2021

## **B2113323 Forderungsmanagement am Telefon**

### **Evelyn Schuy**

Samstag, 20.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
Samstag, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 146,00 EUR inkl. Skript,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 05.11.2021

## **B2113325 Keine Macht der Niedertracht - schwarze Rhetorik und Manipulationstechniken**

### **Evelyn Schuy**

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.),  
Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 29.10.2021

## **B2113326 Zielführende Kommunikation im Konflikt**

### **Evelyn Schuy**

Samstag, 04.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 19.11.2021

# Zentrale

## **B2113327** Prüfungsangst und Prüfungsvorbereitung

### **Birgit Friedrichs**

Samstag, 06.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (7 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 29.10.2021

## **B2113328** Lampenfieber - Lerne damit umzugehen!

### **Birgit Friedrichs**

Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
1 Termin (7 Ustd.), Gebühr: 48,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 12.11.2021

## **Freie Rede einmal anders**

### **Markus Lücke**

1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 71,00 EUR

## **B2113330** Online-Seminar

Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
Anmeldung/Abmeldung bis 24.09.2021,  
Anmeldung unter  
[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

## **B2113332** Präsenz-Seminar

Samstag, 20.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 05.11.2021

## **Interessant fragen - gekonnt vortragen**

### **Markus Lücke**

1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 71,00 EUR

## **B2113331** Online-Seminar

Samstag, 30.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
Anmeldung/Abmeldung bis 15.10.2021,  
Anmeldung unter  
[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

## **B2113333** Präsenz-Seminar

Samstag, 04.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 19.11.2021

## **B2113345** Führe dich selbst! Wege zur authentischen Person/Führungskraft

### **Janina Heinrichs**

Samstag, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
Samstag, 04.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
2 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 91,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 12.11.2021

## FOTO AM PC



## **B2113350** Möglichkeiten der Digitalfotografie

50

### **Maxx Hoenow**

Donnerstag, 04./11./18.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,  
Montag, 08./15./22.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,  
Sonntag, 14.11.2021, 11:00 - 13:15 Uhr, Exkursion,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
7 Termine (15 Ustd.), Gebühr: 83,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 21.10.2021

## COMPUTER



## **Online-Lernen mit PC/Laptop in der vhs.cloud - Lernplattform der Volkshochschulen**

## **Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Computerkenntnissen.**

### **Udo Frevel**

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
4 Termine (16 Ustd.)

## **B2113360**

Montag, 13./20.09.2021, 08:30 - 11:30 Uhr,  
Mittwoch, 15./22.09.2021, 08:30 - 11:30 Uhr,  
**gebührenfrei im Rahmen der Aktionen  
50 Jahre VHS Oberberg,**  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 01.09.2021

## **B2113361**

Dienstag, 02./09.11.2021, 08:30 - 11:30 Uhr,  
Donnerstag, 04./11.11.2021, 08:30 - 11:30 Uhr,  
Gebühr: 64,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 19.10.2021



## Online-Lernen mit der vhs.cloud - Lernplattform der Volkshochschulen

**Die Veranstaltung richtet sich an Teilnehmende, die über grundlegende Computerkenntnisse und einen eingerichteten Windows-Computer/-Laptop verfügen.**

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

### B2113364

**Maxie Fischer**

Montag, 13./20.09.2021, 09:00 - 11:15 Uhr,  
Dienstag, 14.09.2021, 09:00 - 11:15 Uhr,  
3 Termine (9 Ustd.),

**gebührenfrei im Rahmen der Aktionen**

**50 Jahre VHS Oberberg,**

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 01.09.2021

### B2113365

**Maxie Fischer**

Donnerstag, 23./30.09. und 07.10.2021, 15:00 - 17:15 Uhr,  
3 Termine (9 Ustd.), Gebühr: 36,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 09.09.2021

### B2113367

**Udo Frevel**

Dienstag, 28.09.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Donnerstag, 30.09.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
2 Termine (8 Ustd.),  
Gebühr: 32,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 14.09.2021

### B2113368

**Udo Frevel**

Montag, 25.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Mittwoch, 27.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
2 Termine (8 Ustd.),  
Gebühr: 32,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 11.10.2021

## Fit im Büroalltag - kompakt und praxisnah! Windows 10, Word/Excel 2016 und Internet

**Udo Frevel**

VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
12 Termine (48 Ustd.), Gebühr: 192,00 EUR

### B2113371 für Frauen

Beginn: 04.11.2021, donnerstags, 08:30 - 11:30 Uhr und  
dienstags, 08:30 - 11:30 Uhr,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 21.10.2021

### B2113372

Beginn: 03.11.2021, mittwochs, 18:00 - 21:00 Uhr und  
montags, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 21.10.2021

## Textverarbeitung mit MS-Word 2019 Einführung

### B2113380 Online-Kurs

**Udo Frevel**

Dienstag, 12./19.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Donnerstag, 14./21.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
4 Termine (16 Ustd.),  
Gebühr: 64,00 EUR,  
Anmeldung/Abmeldung bis 28.09.2021,  
Anmeldung unter  
[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### B2113382 Präsenz-Kurs

**Peter Böcher**

Freitag, 10.12.2021, 17:00 - 20:00 Uhr,  
Samstag, 11.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
Freitag, 17.12.2021, 17:00 - 20:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
3 Termine (20 Ustd.),  
Gebühr: 80,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 26.11.2021

## Tabellenkalkulation mit MS-Excel 2019 Einführung

### B2113383 Online-Kurs

**Udo Frevel**

Montag, 11./18.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Mittwoch, 13./20.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Freitag, 15.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Zentrale, Online  
5 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 110,00 EUR,  
Anmeldung/Abmeldung bis 27.09.2021, Anmeldung unter  
[www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote](http://www.vhs-oberberg.de/online-web-angebote)

### B2113384 Präsenz-Kurs

**Peter Böcher**

Freitag, 05./12.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr,  
Samstag, 06.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr,  
VHS Oberberg,  
Gummersbach, Mühlenbergweg 3  
3 Termine (20 Ustd.),  
Gebühr: 110,00 EUR,  
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung an VHS Oberberg,  
Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach bis 22.10.2021

50

# 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](http://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](http://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		<table border="1"><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>			
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		<table border="1"><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>			
Ort/Datum *	_____	Unterschrift * _____																

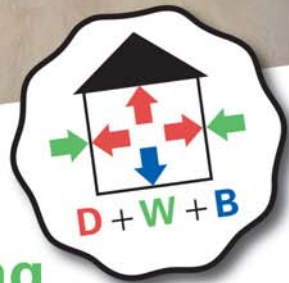
**Die ausführlichen Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung der VHS Oberberg finden Sie unter [www.vhs-oberberg.de](http://www.vhs-oberberg.de) und im Haupttheft.**



# Bondke

vielseitig · flexibel · kompetent

Ihre Experten für Decke, Wand und Boden!



**Raumdesign**  
**Fassadengestaltung**  
**Bodentechnik**

**F. Bondke GmbH**

Lockenfeld 14 · 51647 Gummersbach  
Telefon 02261 290298-0 · [www.bondke.de](http://www.bondke.de)

