

vhs

Volkshochschule
Oberberg



Herbst/Winter 2021

www.vhs-oberberg.de

Programm
Wipperfürth



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

AMT FÜR SCHULE UND BILDUNG

Grüßwort - 50 Jahre VHS Oberberg



*Bürgermeisterin Anne Loth und Lars Schreckegast, Leiter der VHS-Abteilung Wipperfurth
Foto: Stadt Wipperfurth*

Grüßwort - 50 Jahre VHS Oberberg

Herzliche Glückwünsche zum 50-jährigen Bestehen der Kreisvolkshochschule senden wir aus Wipperfürth

... wo sich seit vielen Jahren eine von insgesamt zwölf aktiven Außenstellen der VHS Oberberg befindet.

Kurse der Volkshochschule bereichern das Bildungsangebot nicht nur in der Hansestadt Wipperfürth, sondern im gesamten Kreisgebiet. Ob es beispielsweise um das Erlernen oder Auffrischen einer Fremdsprache geht oder um sportliche Betätigung: Sowohl Bildungs- als auch Bewegungsinteressierte finden im VHS-Programm ein modernes und breitgefächertes Portfolio zu den unterschiedlichsten Bereichen und Bedürfnissen des gesellschaftlichen Lebens.

Wie derzeit fast überall in unserer Gesellschaft hat die Corona-Pandemie auch gravierende Auswirkungen auf die Angebote der VHS. Aus Gründen des Gesundheitsschutzes können Präsenzveranstaltungen schon seit mehr als einem Jahr nicht mehr wie gewohnt durchgeführt werden. Stattdessen haben Online-Formate Einzug gehalten. Meinen besonderen Dank richte ich an dieser Stelle an die Verantwortlichen der VHS-Verwaltung, an die Dozent*innen wie auch Kursteilnehmer*innen, die sich innerhalb kürzester Zeit so flexibel auf alternative Lösungen eingelassen haben und damit den Betrieb der Volkshochschule auch während der Corona-Krise sicherstellen.

Natürlich können und sollen Online-Formate auf lange Sicht gesehen nicht das gesamte Kursangebot ersetzen. Gerade Bildungsveranstaltungen zu gesellschaftlichen Themen leben auch vom Erfahrungsaustausch vor Ort, von lebhaften Diskussionen und Gesprächen, die sich bei Präsenzveranstaltungen gerne auch mal spontan während der Pausen oder im Anschluss an die Kursstunden ergeben. Doch daneben sind die Online-Angebote mit Blick auf die zunehmende Digitalisierung auch für die VHS durchaus als zukunftsweisend zu sehen. Diesbezüglich gilt es, die positiven Erfahrungen zu nutzen, stetig darauf aufzubauen und die Bildungsangebote weiterhin so nah wie möglich am Bedarf der Teilnehmer*innen auszurichten.

Gemeinsam mit Herrn Lars Schreckegast, der die Abteilungsleitung in Wipperfürth gerade ganz frisch übernommen hat, streben wir an, die Kursangebote hier vor Ort mit neuen Ideen, insbesondere im kreativen Bereich, auszuweiten. Unser Anliegen ist es, dabei alle Altersgruppen anzusprechen. Selbstverständlich werden wir auch weiterhin auf die bewährten Kooperationen mit den Schulen, der ortsansässigen Helios Klinik oder auch dem städtischen Walter-Leo-Schmitz-Bad setzen, um auch zukünftig die unterschiedlichsten Lebensbereiche bedienen zu können.

Bildung und Teilhabe genießen in der Schulstadt Wipperfürth seit jeher einen ganz besonderen Stellenwert. Wir möchten die Menschen auch weit nach Beendigung ihrer Schullaufbahn für aktuelle Bildungsthemen begeistern, mit zeitgemäßen Angeboten zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen und insgesamt ein buntes, tolerantes Miteinander fördern.

Ich freue mich sehr, mit der VHS Oberberg eine aufgeschlossene und stets zuverlässige Partnerin an unserer Seite zu haben. Für die Zukunft wünsche ich allen Verantwortlichen weiterhin ein glückliches Händchen bei der Bewältigung der anstehenden Aufgaben und viel Erfolg. Meine Glückwünsche zum Jubiläum darf ich Ihnen auch im Namen von Rat und Verwaltung der Hansestadt Wipperfürth übermitteln.

Es grüßt Sie
Anne Loth
Bürgermeisterin



Wipperfürth

Abteilungsleitung

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

Lars Schreckegast

ehrenamtlicher Leiter der VHS-Abteilung in Wipperfürth.

Telefon 02267 64-276

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:

Lars Schreckegast, 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.

DIE VHS-OBBERG WIRD 50 JAHRE JUNG!



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**

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 Programmbereiche verteilt.

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

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

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.
Sie erhalten nach Anmeldung einen Link als Zugang zur Lesung.**

gebühren-
frei



B2113010 16.09.2021

Kiane I'Azin
liest Poetry „Auf dem Land“

Kiane I'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



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 Neuankömmlingen 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 Verlusterfahrungen 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.



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.

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

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.



B2112256 „Bella Italia!“ - Italienisch mit Vorkenntnissen

50

„Benvenuti! Willkommen!“- Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Italienisch an 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. „Ci vediamo!“ Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02195 599098.
Lehrbuch: Nuevo Espresso 1-2

Rosanna Tamburrelli

Beginn: 15.09.2021, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
10 Termine (20 Ustd.), Gebühr: 80,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112261 „¡Aquí hablamos español!“ Spanisch Grundkurs A1- A2

„¡Hola! ¿Qué tal?“ - Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Spanisch gelernt und möchten Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse auf A2-Niveau vertiefen. 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 unterstützen. Für diese ist ein Kostenbeitrag von 2,00 - 3,00 EUR direkt an die Dozentin zu zahlen. Wir arbeiten mit dem neuen modernen Lehrwerk „Caminos hoy A1-A2“ und beginnen ab ca. Lektion 10. Neue Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen! Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02192 934907 oder 0152 31071309.
Lehrbuch: Caminos hoy A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, Klett Verlag

Elsa Ortmann

Beginn: 30.09.2021, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
11 Termine (22 Ustd.),
Gebühr: 88,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112262 „¡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! Wir beginnen mit Wiederholungen zur Festigung und starten dann ab

Wipperfürth

ca. Lektion 12 des angegebenen Lehrbuchs „Camino hoy A2“. 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: 29.09.2021, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr, Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße 11 Termine (22 Ustd.), Gebühr: 88,00 EUR, Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2112271 Niederländisch A1.1

Aufbauend auf ersten Grundkenntnissen aus einem VHS-Semester 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. Mit Freude werden Sie Niederländisch lernen und sich für die Anwendung dieser Sprache in Freizeit oder im Beruf fit machen!

„Goedemiddag!“ Kleingruppenkurs ab 6 Personen. Eine Kursfortsetzung ist geplant. Informationen unter 02195 7565.

Lehrbuch: In de startblokken - Nederlands voor Duitstaligen (Coutinho)

B. de Boer, B. Lijmbach and M. van der Kamp, ISBN: 978-90-469-0662-0

Detlef Grass

Beginn: 21.09.2021, dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr, Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße 13 Termine (26 Ustd.), Gebühr: 104,00 EUR, Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112272 Niederländisch A1.1

Aufbauend auf ersten Grundkenntnissen erwerben Sie 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. Mit Freude werden Sie Niederländisch lernen und sich für die Anwendung dieser Sprache in Freizeit oder im Beruf fit machen! „Goedemiddag!“ Kleingruppenkurs ab 6 Personen.

Eine Kursfortsetzung ist geplant.

Informationen unter 02195 7565.

Lehrbuch: In de startblokken - Nederlands voor Duitstaligen (Coutinho)

B. de Boer, B. Lijmbach and M. van der Kamp, ISBN: 978-90-469-0662-0

Detlef Grass

Beginn: 21.09.2021, dienstags, 19:45 - 21:15 Uhr, Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße 13 Termine (26 Ustd.), Gebühr: 104,00 EUR, Schriftliche Anmeldung erforderlich

GESUNDHEITSBILDUNG



 Initiative
Herzklappe e.V.

 Helios

B2112548 Themenabend: Diagnose und Therapie von Herzklappenerkrankungen

Herzklappenerkrankungen treten zunehmend häufiger auf und betreffen vor allem Menschen über 65. Die Symptome einer Herzklappenerkrankung können jedoch oft sehr unspezifisch sein, weshalb viele Betroffene ihren Arzt nicht aufsuchen. Dies hat zur Folge, dass Patient*innen nie oder erst sehr spät eine Diagnose erhalten und eine frühzeitige Behandlung nicht mehr stattfinden kann.

Dieser Themenabend, durchgeführt in Kooperation mit der Initiative Herzklappe und dem Helios Klinikum Wipperfürth, informiert Sie durch Vorträge, Präsentationen und kostenlose Informationsmaterialien über die Symptome und Behandlungsmethoden von Herzklappenerkrankungen. Die Vorträge setzen sich zusammen aus der fachlichen Expertise und Informationen der Herzspezialisten der Helios Klinik sowie persönlichen Erfahrungen eines Herzklappenpatienten: Wie lebt es sich nach der Therapie, was ermöglicht eine fundierte Behandlung? Natürlich bleibt am Ende Zeit für Ihre Fragen!

Die Teilnahme ist gebührenfrei, eine Anmeldung ist in der aktuellen Situation dennoch erforderlich!

Dozenten:

Marco Wagner

Chefarzt der Inneren Medizin der Helios Klinik Wipperfürth

Dr. Ulrich Mischenborn

Chefarzt der medizinischen Klinik, Facharzt für Kardiologie und ärztlicher Direktor im Helios Klinikum Schwelm

Jens Nümann

Repräsentant der Initiative Herzklappe e.V.

Mittwoch, 01.12.2021, 18:00 - 19:30 Uhr,

Helios Klinik, Cafeteria,

Alte Kölner Str. 95, 51688 Wipperfürth

1 Termin (2 Ustd.),

gebührenfrei,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112549 Informationsabend zum Thema Hochsensibilität Feinfühlig - sensibel - sensitiv?

50

„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 sowie auch viele Vorteile, die dieser Wesenszug mit sich bringt, werden u. a. an diesem Abend thematisiert. Sie sind eingeladen, sich an einem Austausch untereinander zu beteiligen. Dadurch ergibt sich eine Gruppendynamik, durch die alle zusätzlich profitieren können. Ein Intensiv-Workshop zum Thema findet am 20. November 2021 in der VHS-Zentrale statt.

Tanja Schmidt

Freitag, 05.11.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,

Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße

1 Termin (4 Ustd.),

Gebühr: 13,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Pilates und Entspannung

NEU!

Wenige, gut entworfene Bewegungen in einer ausbalancierten Sequenz und korrekt ausgeführt sind mehr wert als viele Stunden halbherziger Freiübungen oder erzwungener Verrenkungen. Pilates ist ein ganzheitliches Bewegungskonzept, das geschaffen wurde, um den Körper zu dehnen, zu stärken und auszubalancieren. Es ist ein progressives Trainingssystem, in dem alle Übungen schonend aufgebaut und verbunden sind. Es entwickelt Ihren Körper einheitlich, falsche Bewegungsmuster werden korrigiert. Dabei wird Ihr Körper von innen nach außen aufgebaut und die phy-

sische Vitalität gefördert. Dies wirkt sich vorteilhaft auf Körperform und -gleichgewicht aus. Ihre Haltung verbessert sich, Ihre körperliche Stärke und Geschmeidigkeit wachsen und die Konzentration wird gefördert. Bitte Gymnastikmatte und großes Badetuch oder Decke mitbringen.

Alexandra Gossmann

Wipperfürth, Anne-Frank-Schule,

Förderschule, Ostlandstr. 25

11 Termine (15 Ustd.),

Gebühr: 50,00 EUR,

Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112551

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 18:00 - 19:00 Uhr

B2112552

Beginn: 14.09.2021, dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr



Foto: Adobestock

B2112556 „Chakras in Balance“ - Bewegte und entspannende Einführung in die Welt der Chakras

NEU!

50

In diesem Workshop lernen Sie die sieben Hauptchakras kennen - unsere Energiezentren, die sich entlang der Wirbelsäule befinden und einen großen Einfluss auf unser Wohlgefühl sowohl körperlich als auch psychisch haben.

Sie lernen jedes Chakra der Reihenfolge nach kennen:

- Die wichtigsten Informationen vorab.
 - Wofür ist das jeweilige Chakra zuständig?
 - Wie können Sie sich fühlen, wenn es ausgeglichen ist?
 - Wie können Sie sich fühlen, wenn es unausgeglichen ist?
 - Welche Atemmeditation kann Ihnen helfen?
 - Welche Körperübungen sind für das jeweilige Chakra besonders geeignet?
 - Was gibt es noch für Möglichkeiten zur Aktivierung?
- Gemeinsam widmen wir uns durch wenig Theorie und viel Praxis den Chakras, sodass Sie nach dem Workshop entspannt und erholt nach Hause gehen. Die Körperübungen sind leicht lernbar und setzen keine besonderen Kenntnisse voraus. Bitte bringen Sie

Wipperfürth

mit: eine Matte, ein Kissen, eine Decke, lockere Kleidung und dicke Socken. Sollte kein Präsenzunterricht stattfinden können, findet der Workshop online statt. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihre Telefonnummer an.

Tanja Schmidt

Samstag, 30.10.2021, 10:00 - 16:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 52,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



B2112602 Wassergymnastik

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 Haltungs- und Bewegungsapparates sowie des Herz-Kreislauf-Systems durch gezielte Übungen sind Ziele des Kurses.

Gaby Zacher

Beginn: 15.09.2021, mittwochs, 15:00 - 15:45 Uhr,
Wipperfürth, Walter-Leo-Schmitz-Hallenbad, Ostlandstr. 34
12 Termine (12 Ustd.),
Gebühr: 52,00 EUR inkl. Badeintritt
Schriftliche Anmeldung erforderlich

FAMILIENBILDUNG



B2112851 Hochsensibilität bei Kindern und Jugendlichen - Ein Informationsabend für Eltern und Fachkräfte

NEU!

Ihr Kind nimmt viel mehr wahr und es scheint, als ob es empfindlicher reagiert als andere Kinder - auf Gesagtes, auf die Umwelt, auf Situationen, Gerüche oder Geräusche? Ihr Kind hat einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn oder Schwierigkeiten, Freundschaften zu schließen oder aufrechtzuerhalten?

Dies alles und noch mehr können Anzeichen dafür sein, dass Ihr Kind ein sog. FeinfühlerKid ist - ein Kind,

das hochsensibel, feinfühlig, hochsensitiv ist.

In diesem interaktiven Vortrag lernen Sie die Besonderheiten von Hochsensibilität kennen. Nach einer allgemeinen Einführung zu diesem Thema gehen wir speziell zu den FeinfühlerKids über. Zusammen mit den anderen Teilnehmenden sind Sie zu einem Austausch auch untereinander eingeladen. Übungen für zu Hause sowie Erste-Hilfe-Maßnahmen runden die Veranstaltung ab. Ein Intensiv-Workshop zum Thema findet am 04. Dezember 2021 in der VHS-Zentrale statt.

Tanja Schmidt

Freitag, 01.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
1 Termin (4 Ustd.),
Gebühr: 13,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

B2112852 Sexueller Missbrauch, Kindesmisshandlung, Kinderpornografie u. ä. Straftaten zum Nachteil von Kindern und Jugendlichen besser erkennen und sicherer handeln

NEU!

Die Missbrauchsfälle von Lügde, Bergisch Gladbach und Münster haben mal wieder verdeutlicht, dass der sexuelle Missbrauch von Kindern und Jugendlichen wie auch der Besitz, die Verbreitung und Herstellung von Kinderpornografie mitten unter uns passieren. Gerade die Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen hauptberuflich oder ehrenamtlich arbeiten, tragen dabei eine besondere Verantwortung.

Im Rahmen dieser Veranstaltung soll umfangreich der rechtliche Rahmen der einzelnen Straftatbestände aufgezeigt werden. In diesem Zusammenhang wird auch auf die Strategien der Täter*innen eingegangen. Dies soll helfen, zukünftig strafrelevantes Handeln bereits in der Anbahnung zu erkennen. Gemeinsam sollen Möglichkeiten der Intervention und Prävention erarbeitet werden.

Die Seminarreihe richtet sich an Personen, die im Haupt- oder Ehrenamt mit Kindern und Jugendlichen arbeiten. Sie wird durchgeführt von Uwe Köster, ehemaliger Mitarbeiter der Kreispolizeibehörde Oberbergischer Kreis, Kriminalprävention und Opferschutz, und viele Jahre tätig im Bereich der Sachbearbeitung von Sexualstraftaten.

Uwe Köster

Donnerstag, 28.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
Donnerstag, 18.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
Donnerstag, 02.12.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
Donnerstag, 16.12.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
4 Termine (8 Ustd.),
Gebühr: 20,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



AMT FÜR SOZIALE ANGELEGENHEITEN

B2112853 **Pflegebedürftig - Was nun? Selbstbestimmt zu Hause leben im Alter, Unterstützungsmöglichkeiten und Hilfen, Ermittlung eines Pflegegrades und Leistungen der Pflegekasse** **NEU!**

Wenn man älter wird, geht es zunächst oft um die Frage, ob es im Ort eine gesellige Gruppe gibt oder ob die Pflegekasse etwas für die Haushaltshilfe beisteuert. Wird der Unterstützungsbedarf höher, stehen andere Überlegungen im Raum. Viele Menschen werden in ihrem häuslichen Umfeld durch Angehörige betreut und gepflegt, so dass sie in ihrem gewohnten Umfeld verbleiben und auf die Unterstützung ihrer Lieben vertrauen können. Pflegenden Angehörigen übernehmen dies gerne, stoßen dabei aber auch an Grenzen. Insbesondere der Umstand, dass sie in Sachen Pflege häufig Laien sind, ist nicht zu verachten. Hinzu kommt die Bürokratie - Wie kommen wir an einen Pflegegrad? - Wie können wir uns mal entlasten? - Was ist, wenn das Geld knapp ist? ...

In einer mehrteiligen Veranstaltungsreihe, die voraussichtlich im nächsten Frühjahrssemester mit anderen Themen weitergeführt wird, liefert die Senioren- und Pflegeberatung des Oberbergischen Kreises zusammen mit verschiedenen Fachstellen kompakt und aktuell alle wichtigen Informationen zu Angeboten rund um die Themen Alter, Pflege, Vorsorge und zu Hause Wohnen im Alter. Angesprochen sind Interessierte, Betroffene und pflegende Angehörige. Die Referentin Christine Prinz kommt vom Amt für Soziale Angelegenheiten des Oberbergischen Kreises und die Referentin Alexandra Abel ist Senioren- und Pflegeberaterin der Hansestadt Wipperfürth. **HINWEIS:** Diese Veranstaltung wird eventuell kurzfristig als Online-Veranstaltung angeboten.

Christine Prinz
Alexandra Abel

Dienstag, 26.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
1 Termin (3 Ustd.),
gebührenfrei,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

HINWEIS



Neue Kursleitungen gesucht!

- Sie haben spezifische berufliche Kenntnisse, Interessen oder Talente, die Sie mit anderen Menschen teilen und weitergeben möchten?
- Sie arbeiten gern mit Menschen zusammen, suchen nach neuen Herausforderungen oder einem Nebenverdienst?
- Sie können sich vorstellen, einen Workshop oder einen Kurs zu leiten und mit interessierten Teilnehmenden ins Gespräch zu kommen?

Dann werden auch Sie Kursleiter*in an der VHS Oberberg! Wir freuen uns auf Sie und Ihre Ideen und Angebote!
Kontakt: 02261 8190-0, info@vhs-oberberg.de

kompetent & engagiert



**EHRENAMTS-
AKADEMIE**
OBERBERGISCHER KREIS



UNTERSTÜTZUNG DES EHRENAMTES



www.obk.de/ehrenamts-akademie

Telefon: 02261 88-1271

Zentrale



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

Ihre schriftliche Anmeldung für die Kurse B2113000 - B2114999 richten Sie bitte an die VHS Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach oder an info@vhs-oberberg.de. Eine Anmeldung zu den Onlineangeboten ist ausschließlich möglich über 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 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

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

Abfallberatung 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

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 oder im Gesamtprogrammheft. Dieses liegt für Sie in Ihrem Rathaus und an vielen weiteren Stellen in Ihrer Stadt oder Gemeinde bereit!

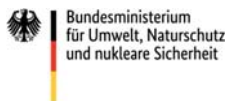
Zentrale

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

Die Thora-Rolle: die heiligen Schriften des Judentums

06.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
Online-Anmeldung: VN 7201021,
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

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

Nümbrecht und der jüdische Friedhof ONLINE

08.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
Anmeldung: B2113071,
info@vhs-oberberg.de

Chanukka - das jüdische Lichterfest

15.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
Anmeldung: B2113072,
info@vhs-oberberg.de

FREMSPRACHEN



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

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

B2113220 Online-Kurs: Italienisch Grundkurs 0 - A1 ohne Vorkenntnisse

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

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

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

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

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

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

Zentrale

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



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 Ver-
bindung 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



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

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

**Ausführliche Beschreibungen der Kursinhalte, Vo-
raussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonder-
konditionen sowie weitere Angebote finden Sie un-
ter www.vhs-oberberg.de oder im
Gesamtprogrammheft.**

TEXTILES GESTALTEN



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 „Wolffühl-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

Zentrale

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, G
ummersbach, 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

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

50

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

Wichtige Information:

Ausführliche Beschreibungen der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter 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!

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

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

Carolin Dörmbach

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

B2113901 Jetzt bin ich mal dran! - Oasentag für Ehrenamtliche

Carolin Dörmbach

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

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

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

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

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

Zentrale

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

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

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

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/-Lap- top 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

Dienstag, 12./19.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr,
Donnerstag, 14./21.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr

B2113382 Präsenz-Kurs

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

Tabellenkalkulation mit MS-Excel 2019 Einführung

B2113383 Online-Kurs

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

B2113384 Präsenz-Kurs

Freitag, 05./12.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr,
Samstag, 06.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr



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:
DE46VHS0000008938

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> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>																						
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> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>																						
Ort/Datum *		_____																					
Unterschrift *		_____																					

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

WDR 5

ECHTE TIEFE

BRAUCHT MEHR ALS
SCHLAGWORTE

— 2021
— KLIMAWANDEL
— 2020
— CORONA
— 2019
— HONGKONG

— 2018
— DIESELSKANDAL
— 2017
— ALTERNATIVE FAKTEN

RADIO MIT TIEFGANG.

Wir sind deins.
ARD 1