



*Ich will's  
Wissen!*



Sebastian, 21 Jahre,  
nutzt unsere Angebote  
zu Film und Medien.

**PROGRAMM**  
**FRÜHJAHR | SOMMER 2020**

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

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken  
Heusweiler

  
**REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN**

# Das vhs Programm Frühjahr | Sommer 2020 Heusweiler ist da



Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

wie in jedem Semester hat die Volkshochschule des Regionalverbandes Saarbrücken ein umfangreiches Programm für Sie erarbeitet.

Damit die Volkshochschule auch in Zukunft am Puls der Zeit ist und Themen und gesellschaftliche Trends aufgreifen kann, ist sie auf Ihre Ideen und Impulse angewiesen. Daher freuen wir uns über jeden Vorschlag Ihrerseits an uns.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit unserem neuen Programm. Sie werden sicher das eine oder andere interessante Angebot für sich finden.

Peter Gillo  
Regionalverbandsdirektor

Dr. Carolin Lehberger  
vhs-Direktorin

## Anmeldung und Service

Eine Anmeldung zu unseren Kursen muss schriftlich erfolgen. Folgende Möglichkeiten stehen Ihnen dabei offen:

**Persönliche Anmeldung**  
beim Zentralen Service im Alten Rathaus.

**Anmeldung per Post | Fax**  
Vordrucke im Heft Seite 4 und 5

**Anmeldung per E-Mail**  
unter Angabe Ihrer vollständigen Postadresse.

**Die entsprechende E-Mail-Adresse mit AnsprechpartnerInnen finden Sie auf Seite 3.**

**Internet-Anmeldung**  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

Falls ein Kurs schon ausgebucht ist, eine Veranstaltung ausfällt oder sich irgend etwas ändert, melden wir uns bei Ihnen. Wir informieren Sie per SMS über kurzfristige Änderungen des Kursortes oder Kursausfall, sofern Sie hierzu eine Einwilligung erteilen.

**Örtliche Leiterin**

**Anne Schäfer**  
*Örtliche Leiterin*  
 Bergstraße 29  
 66265 Heusweiler  
 Fon 06806 6893  
 as-heu@online.de

**Anmeldung und Service**

**Sandra Orzłowski**  
*Koordination Örtl. vhs, Sachbearbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 18  
 Schlossplatz 1-2  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4380  
 Fax 0681 506-4393  
 sandra.orzlowski@rvsbr.de



**Crocetta Sajja**  
*Sachbearbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 18  
 Schlossplatz 1-2  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4381  
 Fax 0681 506-4393  
 crocetta.sajja@rvsbr.de

**Unterrichtsorte**

- Friedrich-Schiller-Schule  
 Schillerstraße 65  
 66265 Heusweiler
- Turnhalle ehem. Hauptschule  
 Richard-Wagner-Straße  
 66265 Heusweiler
- Haus der Vereine  
 Schulstr. 5  
 66265 Heusweiler
- Espenhof, Heusweiler Obersalbach.  
 Der Hof liegt am Ortsrand von Obersalbach – Kurhof, direkt an der L306
- Hof Neu  
 Kurhofer Straße 31  
 66265 Heusweiler-Obersalbach
- AWO-Seniorenzentrum  
 Brigitte-Winkler-Haus  
 Schillerstraße 67  
 66265 Heusweiler

## Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus | Schlossplatz 1-2  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4343  
Fax 0681 506-4390, 506-4399 bzw. 506-4398 (nur Bildungsurlaub)

Bitte in Druckschrift ausfüllen und möglichst Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Mobil-Telefonnummer angeben, damit wir Sie bei Bedarf zeitnah informieren können.

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße/Nr. \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon (bis 16:00 Uhr) \_\_\_\_\_ Mobiltelefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Kurs Nr.  Kurs Nr.

Kurs Nr.  Kurs Nr.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich zur Zahlung der Kursgebühr. Mir ist bekannt, dass für die Kursgebühren keine Rechnung versandt wird. Abmeldungen sind nur schriftlich vor dem 2. Kurstermin möglich, bei Kursen im Rahmen der Freistellung zur Weiterbildung (SBFG), Wochenendseminaren, Exkursionen und 1- bis 2-tägigen Studienfahrten spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn.

- per Barzahlung / EC-Zahlung** im Zentralen Service der vhs möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- per Überweisung** innerhalb einer Woche nach der Anmeldung
- per Lastschrift**  
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben und per Post an die vhs schicken oder im Zentralen Service abgeben.

**Bankverbindung:** Sparkasse Saarbrücken, Bankleitzahl: 590 501 01, Konto-Nr.: 653, IBAN: DE08 5905 0101 0000 0006 53, BIC: SAKS DE55

### Bildungsurlaub

Ich möchte den angegebenen Kurs Nr.

vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_  
als Bildungsurlaub belegen und bitte um Zusendung der erforderlichen Unterlagen.

### Gebührenermäßigung

Ich bitte um Reduzierung der Kursgebühren auf die im Programm in Klammern ausgewiesenen Beträge (Nachweis, z.B. Schülerausweis, bitte bei der Anmeldung in der Geschäftsstelle der vhs vorlegen oder Kopie mitfaxen).

**Ich bin bzw. beziehe** (Zutreffendes bitte ankreuzen und ggfs. ausfüllen):

- Schüler/in/Auszubildende(r)  
Schule u. Klasse: \_\_\_\_\_
- Student/in Uni oder Fachhochschule  
(kein Senioren- oder Fernstudium und keine berufsbegleitenden Studiengänge)
- Arbeitslosengeld II
- Ehrenamtskarte
- Arbeitslosengeld I  
(nur bei Sprachkursen, Kursen der beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- Grundsicherung
- SozialCard
- Bundesfreiwilligendienst

*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung der vhs Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der elektronischen Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten für Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.*

Datum und Unterschrift \_\_\_\_\_



## Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

An die  
vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus  
Schlossplatz 1-2  
66119 Saarbrücken

Bitte in Druckschrift ausfüllen.

### Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Die Gläubigeridentifikationsnummer der vhs Regionalverband:  
DE3604300000072653.

Ihre Mandatsreferenznummer wird von der vhs spätestens mit  
der Vorankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug mitge-  
teilt.

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die vhs Regionalverband Saarbrücken, Zahlungen  
für Kursgebühren von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift  
einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von  
der vhs Regionalverband Saarbrücken auf mein Konto gezogene  
Lastschriften einzulösen.

*Hinweis:* Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem  
Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlan-  
gen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten  
Bedingungen.

Bitte ankreuzen

- SEPA-Mandant/-in ist Kursteilnehmer/-in
- SEPA-Mandant/-in zahlt für andere Kursteilnehmer/-innen

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname Kontoinhaber/-in

\_\_\_\_\_  
Straße/Nr.

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort

\_\_\_\_\_  
Name des Kreditinstitutes

□□	□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□
----	----	------	------	------	------	----

IBAN

*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen  
Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung der vhs  
Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der elektronischen  
Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten  
für Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.*

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum und Unterschrift Kontoinhaber/in

\_\_\_\_\_  
E-Mail Adresse (bitte in Druckbuchstaben)



*Save the date!*

Mo., 03.02.2020 | 17 Uhr



Harald Stein

## Semestereröffnung der vhs Regionalverband Saarbrücken

- › Begrüßung durch Peter Gillo, Regionalverbandsdirektor und Dr. Carolin Lehberger, vhs-Direktorin
- › Vortrag: „Wie die Eliten die Demokratie gefährden“ von Michael Hartmann, em. Professor für Soziologie der TU Darmstadt
- › Musikalische Umrahmung: Harald Stein, Gitarrendozent mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus seinen vhs-Kursen
- › Ehrung langjähriger Dozentinnen und Dozenten

vhs-Zentrum  
Großer Saal  
Schlossplatz 1-2 | 66119 Saarbrücken  
Eintritt frei

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## VERANSTALTUNGSREIHE REGIONALE LANDWIRTSCHAFT „HEUSWEILER HAT´S“:

Unter diesem Motto sind im Laufe des Semesters für Groß und Klein Führungen an landwirtschaftlichen Höfen in Heusweiler geplant, um mehr über Tieraufzucht und -haltung, über die Landwirtschaft zur Futtermittelgewinnung, über Qualität und Vermarktung von Heusweiler Produkten, zu erfahren.

### Exkursion

#### Bio-Ei, Ei, Ei: Führung durch den Bioland-Geflügelhof Zenner

Was war eher, das Huhn oder das Ei? Und wie hält ein Biolandhof Hühner? Die Landwirtin Frau Zenner wird uns während einer Führung über Hof und Produktionsstätten erklären, wie ihre Lohmann Brown Klassik Hühner gehalten werden, was dabei wichtig ist und was mit ihren Eiern sowie Produkten aus diesen geschieht.

#### ● Kurs 9301

Sa. 29.02.2020, 15:00 – 17:15 Uhr  
Espenhof, Heusweiler Obersalbach.  
Der Hof liegt am Ortsrand von Obersalbach-Kurhof, direkt an der L306.  
gebührenfrei

### Exkursion

#### Hof Neu

Familie Neu bewirtschaftet ihren Hof in der neunten Generation. Betriebswirtin Karoline Neu und Landwirtschaftsmeister Christian Neu werden über die Arbeitsweise und das Verständnis von moderner Landwirtschaft, Tierhaltung, Milcherzeugung und über Qualitätsstandards informieren. In ihrem Holsteiner Kälberstall werden neue Erkenntnisse der Tieraufzucht und des Tierwohls erklärt.

Und natürlich sind die Kühe und Kälber für Jung und Alt zum Anfassen nahe.

#### ● Kurs 9302

Sa. 21.03.2020, 14:00 – 16:15 Uhr  
Hof Neu, Kurhofer Straße 31,  
66265 Heusweiler-Obersalbach  
gebührenfrei

## RECHT UND VERBRAUCHERSCHUTZ

### Vortrag

#### Antworten auf Fragen zum Thema Bestattung und Vorsorge

Was ist zu tun, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist? Welche Vorgaben macht das Bestattungsrecht im Saarland? Welche Bestattungs- und Grabarten gibt es? Welche Ansprüche und Leistungen haben Hinterbliebene? Welche Möglichkeiten bietet die Bestattungsvorsorge? Was tun mit einem Testament, wozu wird ein Erbschein benötigt? Wer regelt meinen digitalen Nachlass? Diese Themen und Ihre Fragen sowie weitere interessante Einblicke in den Alltag eines Bestatters erwarten Sie an diesem Abend.

#### ● Kurs 9303

#### Peter Schneider, Vorsitzender der Bestatterinnung Saar

Di. 17.03.2020, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel  
gebührenfrei

### Vortrag

#### Thema Pflege: Der für Heusweiler zuständige Pflegestützpunkt stellt sich vor

Was ist zu tun, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist? Welche Vorgaben macht das Bestattungsrecht im Saarland? Welche Bestattungs- und Grabarten gibt

es? Welche Ansprüche und Leistungen haben Hinterbliebene? Welche Möglichkeiten bietet die Bestattungsvorsorge? Was tun mit einem Testament, wozu wird ein Erbschein benötigt? Wer regelt meinen digitalen Nachlass?

Diese Themen und Ihre Fragen sowie weitere interessante Einblicke in den Alltag eines Bestatters erwarten Sie an diesem Abend.

#### ● Kurs 9304

#### Jean Holger Bender, Pflegestützpunkt

Di. 31.03.2020, 17:00 – 18:30 Uhr  
Raum: siehe Schautafel Foyer  
Friedrich-Schiller-Schule  
gebührenfrei  
Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Vortrag

#### Deutsches Recht:

#### Ein Überblick in leichter Sprache

Leicht verständlich und mit erklärenden Bildern unterlegt führt der Referent durch das deutsche Rechtssystem (Justiz, Polizei etc.) von der Menschenrechtserklärung über Grundgesetz, Strafrecht, Bürgerliches Gesetzbuch bis zur Straßenverkehrsordnung; er geht dabei auch auf Rechtslage zur häuslichen Gewalt ein.

#### ● Kurs 9305

#### Werner Michaltzik, EPHK a. D., ehem. Leiter der Polizeiinspektion Völklingen

Do. 30.04.2020, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel  
gebührenfrei  
Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Vortrag

#### Recht auf Teilhabe

Menschen mit Behinderung oder chronischer Krankheit müssen sich neben

der Krankheitsbewältigung mit vielen Institutionen auseinandersetzen, um über die ihnen zustehenden Teilhabe-Leistungen zu erfahren und diese am Ende auch zu erhalten. Mit dem neuen Bundesteilhabegesetz (BTHG) wurden zum 1.1.2018 Beratungsstellen geschaffen, die diese Menschen und deren Angehörige hierbei unterstützen. Diese ergänzende unabhängige Teilhabe-Beratung (EUTB) berät Menschen, zu ihrem Recht auf Teilhabe. Das betrifft sowohl das gesellschaftliche als auch das beruflichen Leben, Menschen jeder Altersklasse und in jedem Lebensbereich. Bei dieser Veranstaltung möchte sich die EUTB im Saarland vorstellen und auf allgemeine Fragen zur Aufgabe der EUTB eingehen. Jeder Ratsuchende darf sich grundsätzlich bundesweit an jede der über 500 Beratungsstellen in Deutschland wenden. Das bundesweite Netz der Beratungsstellen finden Sie unter: [www.teilhabeberatung.de](http://www.teilhabeberatung.de).

● **Kurs 9306**

**Janine Barrois, EUTB Beraterin**

Di. 05.05.2020, 18:00 – 19:30 Uhr

Raum: siehe Schautafel Foyer

Friedrich-Schiller-Schule

gebührenfrei

*Der Zugang kann barrierefrei gestaltet werden, Auskunft: Anne Schäfer, örtl. Ltg. VHS Tel. 06806-6893.*

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Vortrag**

**Geld – wie es uns prägt und wie wir besser mit ihm umgehen können**

Geld ist so etwas wie das letzte Tabu unserer Gesellschaft. Nur ungern wird in Deutschland über das eigene Gehalt, die Geldanlage oder die Altersvorsorge gesprochen. Für nicht wenige Menschen ist Geld allenfalls ein notwendiges Übel,

wenn nicht sogar eine durchweg schmutzige Angelegenheit, die man so weit wie möglich verdrängt oder wenigstens an Banken, Versicherungen und Berater auslagert. Gleichzeitig übt Geld aber auch eine große Faszination auf Menschen aus. So träumen z. B. viele davon, eines Tages Lottomillionär zu werden. Im Rahmen des Vortrages wird unserem zwiespältigen Verhältnis zum Thema Geld auf den Grund gegangen. Dazu werden zunächst einige klassische Funktionen des Geldes betrachtet, anschließend wird die spirituelle Bedeutung des Geldes in der Menschheitsgeschichte skizziert. Im Mittelpunkt steht schließlich die eingehende Untersuchung gängiger (Vor-)Urteile über Geld sowie die Entwicklung von Aspekten eines achtsamen und befreienden Umgangs mit unseren Finanzen.

● **Kurs 9306A**

**Frank Martin, Theologe und Germanist**

Do. 19.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,

1. OG Südflügel

gebührenfrei

**GESUNDHEITSBILDUNG**

**Vortrag**

**Das ABC für Läufer: TRAINING – AUSTRÜSTUNG – MOTIVATION**

Millionen Deutsche starten jetzt in die neue Jogging-Saison. Im Grunde scheint das Laufen ganz einfach zu sein. Und doch fällt es vielen schwer, den richtigen Einstieg zu finden und langfristig dranzubleiben. Walter Hettinger, ehem. Leiter der Sportfördergruppe der Bundeswehr BERLIN, erklärt, wie man am besten planvoll ins Lauftraining einsteigt und worauf man aus medizinischer Sicht vor dem Start achten sollte. Ebenso werden praktische Tipps rund um die sportge-

rechte Ernährung, Schuhe und Bekleidung sowie für die Motivation gegeben.

Der Anschlusskurs Laufen Sie los! Wie Sie Abwechslung in Ihr Lauftraining bringen! findet ab Sonntag, dem 23.02.2020 statt (siehe Kurs 9362).

● **Kurs 9307**

**Walter Hettinger, Bodypower Instructor, Übungsleiter Breitensport, Prüfer Deutsches Sportabzeichen**

Di. 11.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,

1. OG Südflügel

gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**ALTERNATIVE THERAPIEANSÄTZE UND GESUNDHEITSMETHODEN**

**Vortrag**

**Im Rhythmus des Jahres – Schüßler Salze für den Frühling**

Für viele bedeutet der Frühjahrsbeginn ein Erwachen aus dem Winterschlaf. Uns allen sind Dinge wie Winterspeck, Frühjahrsmüdigkeit & Co gut bekannt. Der Frühling ist die beste Jahreszeit, um den Körper von überflüssigen Stoffwechselprodukten und im Körper eingelagerten Stoffen zu befreien. Viele Beschwerden des Alltags bessern sich durch die Anregung der Ausscheidungsfunktionen unseres Körpers (z. B. Verdauungsprobleme, Rheuma, Hautprobleme, Fettstoffwechsel, Bluthochdruck). Schüßler Salze füllen Ihre Akkus wieder auf und helfen Ihnen, neue Energie zu bekommen. In diesem Vortrag hören Sie, wie Sie den Frühjahrsputz Ihres Körpers mit Hilfe der Schüßler Salze anregen und unterstützen können.

● **Kurs 9308**

**Annette Georg, Heilpraktikerin**

Do. 02.04.2020, 18:00 – 19:30 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich bei vhs Regional-  
verband Saarbrücken*

### Vortrag

#### Was haben Allergien mit dem Immunsystem und der Darmgesundheit zu tun?

Unter dem Begriff „Allergie“ verbergen sich vielfältige Beschwerden – häufige Erkältungen, wiederkehrende Infekte, Antriebsschwäche, Müdigkeit ... Fast jeder dritte Deutsche leidet unter diesen, die Lebensqualität einschränkenden, Symptomen. Der Darm und das Immunsystem können eine mögliche Ursache dafür sein. Der Vortrag informiert über die Zusammenhänge von Darm und Immunsystem und zeigt mögliche und bewährte Therapieansätze aus der Naturheilkunde auf.

#### ● Kurs 9309

**Annette Georg, Heilpraktikerin**

Do. 05.03.2020, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich bei vhs Regional-  
verband Saarbrücken*

## HEIMATKUNDE

### Vormittagskurs

#### Geschichtswerkstatt Köllertal

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen

auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an der Erstellung des Köllertaler Jahrbuchs. Informationen bei Monika Jungfleisch unter Fon 06806 2355.

#### ● Kurs 9710

**Monika Jungfleisch, Journalistin**

jeweils dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr  
03.03., 07.04., 12.05. und 09.06.2020  
Kulturnahnhof Püttlingen, Bahnhofstr. 74,  
66346 Püttlingen  
gebührenfrei

#### Vorträge in Kooperation mit dem Heimatkundlichen Verein Köllertal e.V.

### Vortrag

#### Die Deutschen in Afrika: Kolonialgeschichte unter besonderer Berücksichtigung bekannter Personen

Was sind Kolonien? Mit welchen Absichten handelten die europäischen Mächte in Übersee?

Warum engagierte sich Deutschland erst sehr spät auf diesem Feld?  
Der Vortrag erklärt die kurze deutsche Kolonialgeschichte am Beispiel von Togo, Kamerun, Ostafrika und Südwestafrika, beleuchtet aber auch die Fortdauer des kolonialen Traumes nach dem 1. Weltkrieg und darüber hinaus. Das Wirken einiger Personen aus dieser Zeit, die noch heute in vielen Kommunen als Namenspaten für Straßen etc. geehrt werden, wird objektiv kritisch beleuchtet: Lüderitz, Wissmann, Peters und Lettow-Vorbeck.

#### ● Kurs 9310

**Werner Michaltzik, EPHK a. D., ehem.  
Leiter der Polizeiinspektion Völklingen**

Do. 14.05.2020, 18:00 – 19:30 Uhr  
Haus der Vereine,  
Schulstr. 5, 66265 Heusweiler  
gebührenfrei

Weitere Vorträge in Kooperation mit dem Heimatkundlichen Verein Köllertal e.V. werden mit Themen, Referenten und Terminen in der Wochenpresse bekannt gegeben.

## MUNDARTKULTUR

### Vortrag

#### Schmuzzeln für Anfänger – Lachen für Fortgeschrittene

Limericks und andere Gedichte klar zusammengeheimt – nidd nur in Saarbrigger Platt.

Limericks und andere Gedichte witzig zusammengereimt – nicht nur in Mundart.

#### ● Kurs 9314

**Friedel Ehrbächer, Mundartautorin**

Do. 23.04.2020, 15:00 – 16:30 Uhr  
AWO-Seniorenzentrum  
Brigitte-Winkler-Haus  
Schillerstraße 67, 66265 Heusweiler  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich bei vhs Regional-  
verband Saarbrücken*

## KOCHEN

### Kochkurs

#### Deliziosa Italia

Italienischer Kochkurs für alle, die eine leidenschaftliche italienische Küche lieben. Sie werden vom professionellen, italienischen Koch Sasii angeleitet, ein authentisches 3 Gänge Menü zu zaubern. Er verrät Ihnen Tipps und Tricks. Zudem

lernen Sie unter Anleitung der Dozentin italienische Begriffe und Redensarten. Buon Divertimento, buon Appetito! Vor Ort wird ein Unkostenbeitrag für Lebensmittel in Höhe EUR 10-15 erhoben.

● **Kurs 9324**

**Ilaria Pusceddu**

Do. 28.05.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule,  
Lehrküche, Erdgeschoss

EUR 10,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Kochkurs**

**Indian cooking**

Cooking is a good medium of exchanging culture and bonding with each other. Shirley Radlers aim is to acquaint people with the rich culture and cuisine of India. In India it is believed that food made with good intentions and love brings good health and luck to the person. India has 29 States and each state has its own speciality. Some States even have different festivals and each festival is linked with different cuisines. There's always some community celebrating a harvest or special God's birthday or an auspicious date in the Hindu calendar. On three evenings you will refresh your English, learn to cook some typical indian delights and taste your results!

Es fallen zusätzlich zur Kursgebühr noch Kosten für Zutaten in Höhe von EUR 30,00 p. P. an, die am ersten Termin an die Dozentin zu entrichten sind.

Part 1: Moong Dal Halwa (Lentil Pudding)  
Masala Choley (Chickpea) with Jeera Chawal (Cumin Rice)

Do. 27.02.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Part 2: Amritsari Aloo Kulcha and Keema Suji halwa

Do. 05.03.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Part 3: Paneer Makhani (Butter Cottage Cheese) with Matar Chawal (Pea Rice)  
Gobi Aloo (Cauliflower & Potato Vegetable)  
Do. 12.03.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

● **Kurs 9325**

**Shirley Radler**

Do. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 27.02.2020, 3 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,  
Lehrküche, Erdgeschoss

12 UST, EUR 32,00 (Kursgebühr gilt für alle 3 Termine)

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**LÄNDER UND KULTUREN**

**Bildvortrag**

**Philippinen – Myanmar**

**Teil 1**

Myanmar, das ehemalige Burma, mit all seinen exotischen Sehenswürdigkeiten gilt als das ursprünglichste Reiseland Südostasiens. Ein Land von außerordentlichem und landschaftlichem Reiz, das vom Massentourismus noch weitgehend unberührt geblieben ist. Wer Burma mit westlichen Maßstäben begegnet wird verzweifeln. Auf alle anderen wartet hier eine Welt, die man längst untergegangen glaubte. Hier hat sich in vieler Hinsicht, das „alte Asien“ weitgehend erhalten. Der allgegenwärtige Geist des Buddhismus durchdringt das Land, und die roten Roben der Mönche gehören zum Straßenbild. Goldene Pagoden, riesige Ruinenstädte und Buddha Statuen prägen das „Goldene Land“.

● **Kurs 9326**

**Christof Mechenbier**

Di. 03.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,

1. OG Südflügel

gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Bildvortrag**

**Teil 2**

● **Kurs 9327**

**Christof Mechenbier**

Di. 10.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel

gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Bildvortrag**

**Türme im Sand: Auf der arabischen Halbinsel**

Tradition und Moderne treffen in der Wüste aufeinander. Was bleibt aus den Zeiten von 1001 Nacht?

Oder werden märchenhafte Bauten erst wahr, wenn die Milliarden aus Erdöl und Erdgas jede denkbare Fantasie möglich machen? Bilder aus einer fernen und fast unwirklichen Welt, nur sechs Flugstunden entfernt – weltliche und sakrale Bauten in Übergroße zwischen Prunk, Pracht und Protz, aber immer sehenswert. Begleiten Sie den Referenten auf eine Reise durch Abu Dhabi, Ajman, Bahrain, Dubai, Oman und Sharjah mit Informationen zum Leben im Luxus bei 40 Grad im Schatten.

● **Kurs 9328**

**Werner Michaltzik, EPHK a. D., ehem. Leiter der Polizeiinspektion Völklingen**

Do. 07.05.2020, 18:00 – 19:30 Uhr

Friedrich-Schiller-Schule, Medienraum,  
1. OG Südflügel

gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

## FREMDSPRACHEN

Für Gruppen führen wir gerne nach Vorbesprechung Sprachkurse nach Bedarf aus. Auskunft: Anne Schäfer, Örtl. Leitung, unter Fon 06806 6893 oder unter as-heu@online.de

### Englisch

#### Abendkurs

#### Englisch A1 Stufe 1

Für TeilnehmerInnen mit keinen oder geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Network Now A1

#### ● Kurs 9330

**Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

#### Abendkurs

#### Englisch A2 Stufe 3

#### ● Kurs 9331

**Brigitte Tränkle-Nguyen**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

#### Abendkurs

#### Englisch A2 Stufe 4

Lehrbuch: Network Refresh Now A2

#### ● Kurs 9332

**Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

#### Abendkurs

#### Englisch A2 Stufe 3

Lehrbuch: Network Refresh Now A2

#### ● Kurs 9333

**Catherine Pörtner, BWL, Lehrbeauftragte, Muttersprachlerin**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

#### Abendkurs

#### Englisch B1

#### ● Kurs 9334

**Brigitte Tränkle-Nguyen**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Französisch

#### Abendkurs

#### Französisch Anfänger und leicht Fortgeschrittene der A-Stufen mit Schwerpunkt Konversation

Das Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekanntgegeben.

#### ● Kurs 9335

**Gabriele Müller**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

### Dozentinnen und Dozenten



#### ILARIA PUSCEDDU

Dozentin Italienisch

» Ich komme vom Lago Maggiore und wohne seit 2001 in Saarbrücken. Ich selbst spreche vier Sprachen und bin überzeugt, dass Sprachen das Tor zur Welt sind. Seit langem beschäftige ich mich mit Erwachsenen- und Kinderbildung im Bereich italienische Sprache und es ist immer eine Freude zu sehen, wie viele Leute sich für die italienische Sprache und Kultur interessieren. In meinen Kursen lernen Sie die praktische Anwendung der italienischen Sprache und die Kultur Italiens kennen – alles mit Spaß und Motivation. «

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Französisch der B-Stufen, Auffrischkurs mit dem Schwerpunkt Konversation

Das Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekanntgegeben.

● Kurs 9336

**Gabriele Müller**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

## ITALIENISCH

### Abendkurs

#### Italienisch A1 Stufe 3

● Kurs 9338

**Ilaria Pusceddu**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Italienisch A1 Stufe 1

● Kurs 9339

**Ilaria Pusceddu**

Do. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

30 UST, EUR 73,00 (56,00)

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

## EDV-KURSE

### Abendkurs

#### Grundkurs: Seniorinnen und Senioren

Der Einstieg in die digitale Welt am PC muss nicht kompliziert sein. Dieser Kurs ermöglicht Interessierten ohne Vorkenntnisse in ihrem eigenen Lerntempo die Welt der PC's zu entdecken und für private Zwecke anzuwenden.

● Kurs 9350

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, 2. OG/Südflügel, PC-Raum

30 UST, EUR 102,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Nachmittagskurs

#### Fortgeschrittene: Den privaten PC besser nutzen

Aufbauend auf bereits vorhandenen Grundkenntnissen und Anwenderfertigkeiten des ms<sup>TM</sup>-Office-Paketes werden in diesem Kurs Anwenderfähigkeiten vertieft und eingeübt.

Voraussetzung: EDV-Grundlagenkenntnisse (autodidaktisch oder im Anfängerkurs erworben).

● Kurs 9351

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Mo. 16:15 – 17:45 Uhr

ab 03.02.2020, 8 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, 2. OG/Südflügel, PC-Raum

16 UST, EUR 54,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Nachmittagskurs

#### Kommen Sie mit ins Internet

Wer sagt mir, wie es weiter geht?

Gemeinsam mit den Teilnehmenden arbeiten wir an Problemlösungen, wenn Sie bei Anwendungen von Programmen nicht mehr weiterwissen. Dabei werden Anwenderkenntnisse gemeinsam mit den Teilnehmenden vertieft.

● Kurs 9352

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Di. 16:15 – 17:45 Uhr

ab 04.02.2020, 6 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, 2. OG/Südflügel, PC-Raum

12 UST, EUR 40,50

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Excel-Kurs

Dieser Kurs führt in das Programm ms Excel<sup>TM</sup> ein. Funktionen werden erlernt, eingeübt und vertieft. In Absprache mit den Teilnehmenden können interessenorientiert Schwerpunkte bestimmt werden.

Voraussetzung: EDV-Grundlagenkenntnisse (autodidaktisch oder im Anfängerkurs erworben).

● Kurs 9353

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 04.02.2020, 8 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, 2. OG/Südflügel, PC-Raum

16 UST, EUR 54,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

## BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

### Abendkurs

#### Wirbelsäulengymnastik und Ausdauertraining für Frauen

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches ganzheitliches Körpertraining mit Schwerpunkt Mobilisation der Wirbelsäule sowie Kräftigung und Stabilisation der Rückenmuskulatur. Die tiefliegenden Muskeln im Bauchbereich sowie die Stützmuskeln des gesamten Körpers werden durch effektive Übungen aktiviert. Dieses Training verhilft zu einer verbesserten Körperhaltung, Steigerung der Ausdauer, verbessert die Koordination und Körperwahrnehmung. Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und Durstlöcher mitbringen. Evtl. Einschränkungen bitte zuerst mit einem Arzt besprechen und bei Kursbeginn vertraulich mitteilen.

#### ● Kurs 9361

**Alexandra Albert, liz. Gesundheitssport-trainerin, liz. Rückentrainerin**

Mo. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Turnhalle Richard-Wagner-Str.

30 UST, EUR 68,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Vormittagskurs

#### Laufen Sie los! Wie Sie Abwechslung in Ihr Lauftraining bringen!

Als Laufanfänger bzw. Wiedereinsteiger können Sie bereits ca. 30 Minuten am Stück in moderatem Tempo laufen. Ziel des Kurses ist es, schneller zu werden, größere Distanzen zurückzulegen oder sogar einmal an einem Laufwettkampf teilzunehmen. Im zehnwöchigen Trainingsprogramm lernen Sie die Grundlagen, Ausdauer spürbar zu verbessern, das Lauftempo zu erhöhen und die Lauftechnik zu optimieren. Sie erhalten außer-

dem jede Menge Tipps rund ums Thema „Laufen“. Der Kurs findet bei (fast) jedem Wetter statt. Walter Hettinger hat die Absicht, Tipps und Anregungen, die helfen sollen, alles Wissenswerte zum Trainingsaufbau beim Laufen zu vermitteln. Eine Exkursion zur Landessportschule und zum Olympiastützpunkt Rheinland/Pfalz-Saarland rundet den Lauf-Grundkurs ab. *Zu diesem Kurs wird am Di., dem 11.02.2020, um 19:00 – 20:30 Uhr ein gebührenfreier Einführungsvortrag von Herrn Hettinger angeboten (siehe Kurs 9307).*

#### ● Kurs 9362

**Walter Hettinger, Bodypower Instructor, Übungsleiter Breitensport, Prüfer Deutsches Sportabzeichen**

So. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 23.02.2020, 10 Termine

Erster Treffpunkt: Parkplatz am Einkaufszentrum, 66265 Heusweiler

20 UST, EUR 65,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Qi Gong: Das Nieren Qi Gong Für Anfänger/innen und leicht Fortgeschrittene

Qi Gong eine Wohltat für Körper und Geist – ist eine seit Jahrtausenden bewährte Übungsweise zur Stärkung der Lebensenergie. Das Herz Qi Gong ist eine Methode des medizinisch ausgerichteten Qi Gong: Mit einfachen Übungen wird das Herz beruhigt, der Kreislauf wird reguliert; das Herz Qi Gong soll Herz- und Gefäßkrankheiten vorbeugen und zu deren Heilung beitragen.

#### ● Kurs 9365

**Waltrud Hütten, Qi Gong- und Tai Ji-Lehrerin**

Do. 18:30 – 19:30 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Musiksaal  
20 UST, EUR 59,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Tai Ji Quan: Vertiefung der Säbel Form

Vertiefung der Säbelform. Pekingform, Schwertform und 42er Wettkampfform werden wiederholt.

Tai Ji Erfahrung ist für diesen Kurs erforderlich!

#### ● Kurs 9366

**Waltrud Hütten, Qi Gong- und Tai Ji-Lehrerin**

Mo. 18:30 – 19:45 Uhr

ab 03.02.2020, 14 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

1. Etage, Mittelfoyer

23 UST, EUR 67,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

### Abendkurs

#### Tai Ji Quan

Dieser Kurs soll die Kenntnisse in der Langen Form, der Schwertform, der Doppelfächerform, der Säbelform und der 42er Wettkampfform wiederholen und vertiefen.

Tai Ji Erfahrung ist für diesen Kurs erforderlich.

#### ● Kurs 9367

**Waltrud Hütten, Qi Gong- und Tai Ji-Lehrerin**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 06.02.2020, 14 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

1. Etage, Mittelfoyer

28 UST, EUR 85,00

Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken

**Abendkurs****Aerobic: Gesundheitssport und Freizeitvergnügen für Frauen und Männer**

Aerobic killt nicht nur Kalorien und verbessert die Ausdauer, sondern macht zugleich flexibel und beweglich. Dieser Ausdauersport verbessert die Herz-Kreislauf-Funktionen, optimiert das Gleichgewichtsgefühl und reduziert das Körperfett. Ein bunter Mix aus Box-Aerobic, Turn-Dance-Kombis auf die neuesten Hits und flotten Latin-Moves mit High- und Low-Impact, Intervall-/Zirkeltraining und spezieller Bauch-Beine-Po-Gymnastik – mit und ohne Gewichte. Alle Trainings nach den neuesten, sportmedizinischen Erkenntnissen.

## ● Kurs 9368

**Martina Blass,**  
**Trainerin im Gesundheitssport**

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Turnhalle

20 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Abendkurs****KANTAERA®**

KANTAERA® ist ein Cardio-Workout, das auf harmonische und sanfte Weise traditionelle asiatische Kampfkunst-Techniken und einfachste Aerobic-Elemente miteinander verbindet. Es ist ein Wohlfühl-Training und entwickelt schonend die Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit, die Muskelkraft-Ausdauer und die Koordination. Dabei spricht es besonders die Menschen an, die Spaß an leicht umsetzbaren Bewegungen aus Karate, Taekwondo und Kickboxen haben. KANTAERA®-Training liegt unter der Geschwindigkeit eines normalen Aerobic-Trainings. Hierdurch

werden Bewegungspräzision und -kontrolle – also gelenkschonende Übungsausführungen – besonders betont – auch bei den ansatzweise schnellkräftigen Bewegungen der Kampfsport-Elemente (Sekou Kanta). (Quelle: Kantaera® Sports-Akademie, Berlin, 2013). Geeignet für alle Altersgruppen sowie AnfängerInnen und Fortgeschrittene.

## ● Kurs 9369

**Martina Blass,**  
**Trainerin im Gesundheitssport**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 05.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Turnhalle

20 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Abendkurs****AROHA®: Body – Mind – Soul**

AROHA® ist ein effektives und unkompliziertes Ganzkörpertraining im Dreiviertel-Takt, beinhaltet kraftvolle Bewegungen vom Haka-Kriegstanz der Maori (Neuseeland's Ureinwohner), kontrollierte An- und Spannungselemente vom Kung Fu und runde, fließend-konzentrierte Bewegungen des Tai Jis. Ein Kurs, an dem jede/r ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter teilnehmen kann. Sticks (Holzstäbe) werden gratis ausgeliehen.

## ● Kurs 9370

**Martina Blass,**  
**Trainerin im Gesundheitssport**

Mo. 17:45 – 18:45 Uhr

ab 03.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Musiksaal

20 UST, EUR 60,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Abendkurs****AROHA®: Body – Mind – Soul**

## ● Kurs 9371

**Martina Blass,**  
**Trainerin im Gesundheitssport**

Do. 18:15 – 19:15 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

1. Etage, Mittelfoyer

20 UST, EUR 60,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Abendkurs****Mit Walking/Nordic Walking und Fitnesstraining in das Frühjahr starten**

Gelenkschonendes Outdoor-Training durch die schöne Natur unserer Heimat – bei schlechtem Wetter Inhouse-Training. Das abwechslungsreiche Programm mit vielen gymnastischen Fitness-Highlights (z. B. Intervalltraining, Brain-Walking) für Gesundheit, Gewichtsreduktion, Leistungssteigerung und Stressbewältigung lässt uns vom Alltag abschalten.

## ● Kurs 9372

**Martina Blass,**  
**Trainerin im Gesundheitssport**

Di. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Treffpunkt: Friedrich-Schiller-Schule,

Foyer Erdgeschoss

20 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

**Nachmittagskurs****Möchten Sie im Alter beweglich bleiben?**

Sanfte Fitness-Gymnastik für Seniorinnen und Senioren und diejenigen, die sich gerne mit ihnen unterrichten lassen. Dieses Ausdauertraining mit gelenkschonenden Bewegungen für Männer und Frauen bringt auf flotten Rhythmen den Kreislauf in Schwung. Sitz-, Wirbelsäulen-, Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsgymnastik – mit und ohne Handgeräte – sowie Beckenbodentraining, Schulung der Atmung, Sturzprophylaxe, Gehirnjogging und Sitz-Aroha® sind weitere Inhalte des Kurses.

● **Kurs 9373****Martina Blass,****Trainerin im Gesundheitssport**

Do. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Musiksaal

20 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken***KREATIVES GESTALTEN****Nachmittagskurs****Mode und Accessoires selbst schneiden**

In diesem Kurs arbeiten AnfängerInnen und TeilnehmerInnen – welche schon viele Jahre im Kurs kreativ zugange sind – unter professioneller Anleitung. Neue Mode für Groß und Klein, Kleidung aller Art, originelle, ganz persönliche Textileschenke – wie z. B. Kissen, Taschen, Decken, Tücher, Schälchen oder Deko – können aus selbst ausgewählten Stoffen – nach Schnittmustern oder aus eigenen Designs – fachkundig hergestellt werden. Nähideen austauschen, Neues ausprobieren, umändern, verschönern, Schnitt-

muster, Technik und Stoffe kennenlernen oder Bewährtes einüben, ergänzen sowie Tipps, Tricks und Neues aus der Modewelt erfahren. Dieser Kurs kann zur Berufsvorbereitung oder als Hobby dienen.

● **Kurs 9390****Elke Schäfer, Schneiderin**

Di. 16:15 – 19:15 Uhr

ab 04.02.2020, 12 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Erdgeschoss, Nähraum

48 UST, EUR 75,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken***Nachmittagskurs****Nähen/Modestyling**

Schneidern lernen oder das Gelernte mit neuen Ideen unter professioneller Anleitung und in gemütlicher Runde von Fortgeschrittenen und AnfängerInnen umsetzen – zur Freizeitbeschäftigung oder als Vorbereitung für berufliche Anforderungen. Mit der Bitte um telefonische Vorbesprechung (Material) bei Sigrun Kleiber unter Fon 06806 83456. Dieser Kurs kann zur Berufsvorbereitung oder als Hobby dienen.

● **Kurs 9391****Sigrun Kleiber, Schneiderin**

Do. 15:45 – 18:45 Uhr

ab 13.02.2020, 12 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Erdgeschoss, Nähraum

48 UST, EUR 75,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken***Abendkurs****Nähen/Modestyling**● **Kurs 9392****Sigrun Kleiber, Schneiderin**

Do. 18:45 – 21:45 Uhr

ab 13.02.2020, 12 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Erdgeschoss, Nähraum

48 UST, EUR 75,00

*Anmeldung erforderlich bei vhs Regionalverband Saarbrücken*

## 1. Geltungsbereich

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken (im Folgenden: vhs) gelten für alle Kurse und Veranstaltungen der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken. Soweit die AGB abweichende Regelungen nicht erfassen, gelten die Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB).

## 2. Vertragsschluss und Anmeldung

Die Ankündigungen der vhs von Kursen und Veranstaltungen in den Programmen, Aushängen, Internet usw. sind nicht verbindlich.

Die Anmeldung zu den Kursen und Veranstaltungen muss schriftlich vor dem Beginn des Kurses/der Veranstaltung erfolgen. Für Einzelveranstaltungen mit Abendkasse ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.

Die Anmeldung kann persönlich beim Zentralen Service, schriftlich per Post oder Fax, per E-Mail und über Internet erfolgen. Die Adressen und Rufnummern können den allgemeinen Informationen entnommen werden.

Ein verbindlicher Vertrag zwischen den Teilnehmern und der vhs kommt mit der Annahme der Anmeldung durch die vhs zustande. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge des Einganges angenommen. Ein Anspruch auf Teilnahme besteht nicht.

Sollte der Kurs/die Veranstaltung ausgebucht sein, ausfallen oder sollten

sonstigen Änderungen vorliegen, werden die Teilnehmer per E-Mail oder Schreiben informiert. Voraussetzung hierzu ist die Einwilligung zur Datenschutzerklärung und die Angabe der E-Mail-Adresse.

Kurse und Veranstaltungen, die nicht die Mindestteilnehmerzahl erreichen, können nur durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer einer Kürzung der Kurstermine oder einer Erhöhung der Kursgebühr zustimmen.

Für Kurse der Akademie für Ältere wird neben den Kursgebühren eine Semestergebühr in Höhe von 30,- EUR erhoben. Teilnehmen können Personen mit einem Mindestalter ab 55 Jahren.

Für Einzelveranstaltungen – Vorträge, Kulturveranstaltungen – ist keine vorherige Anmeldung erforderlich. Das Entgelt ist vor Beginn der Veranstaltung an der Abendkasse zu entrichten. Ausnahmen werden ausdrücklich im Programm vermerkt. Die Zulassung zur den Einzelveranstaltungen ist durch die Kapazität der jeweiligen Veranstaltungsräume begrenzt.

## 3. Abmeldungen und Rücktritt

Abmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich erfolgen und müssen vor dem zweiten Kurstermin bei der vhs eingegangen sein.

Für Wochenendseminare, Kurse im Rahmen des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), Kompaktkurse über mehrere Tage und Studienfahrten ist eine Abmeldung bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn erforderlich.

Wird durch den zurückgetretenen Kursteilnehmer eine Ersatzperson benannt, die in den Vertrag eintritt, ist eine Abmelde- bzw. Rücktrittserklärung nicht notwendig.

Abmeldungen und Rücktritte nach den grundsätzlichen Fristen aus wichtigem Grund sind schriftlich mit den entsprechenden Nachweisen bei der vhs einzureichen. Die Entscheidung über eine wirksame Abmeldung bzw. Rücktritt obliegt der vhs.

Eine Rückerstattung der anteiligen Kursgebühren erfolgt grundsätzlich bargeldlos.

Die Abmeldungen oder Rücktrittserklärungen können rechtswirksam ausschließlich schriftlich gegenüber der vhs oder gegenüber der örtlichen vhs-Leitung erfolgen.

## 4. Kursgebühren und Ermäßigungen

Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung fällig und können mittels Lastschriftverfahren, Überweisung, EC/Kreditkarte oder Barzahlung geleistet werden.

Das *Lastschriftverfahren* erfordert die Erteilung des SEPA-Lastschriftmandats. Das entsprechende Formular kann auf der Internetseite der vhs heruntergeladen werden und liegt beim Zentralen Service aus. Das übersandte Formular muss der vhs im Original vorliegen. Vor dem Einzug der Lastschrift werden wir Sie 14 Kalendertage vorher informieren (Prenotification), Kosten einer gescheiterten Abbuchung gehen zu Lasten des Kursteilnehmers.

Barzahlungen, Zahlungen mit EC- und Kreditkarten sind nur beim Zentralen Service möglich.

Überweisungen müssen innerhalb einer Woche nach Anmeldung erfolgen.

Bei *ermäßigungsfähigen Kursen* (gesonderte Kennzeichnung der Kursgebühren) erhalten Schüler/innen – nicht Fernstudium, Seniorenstudium und berufsbegleitende Studiengänge -, Auszubildende, Empfänger von Leistungen des SGB II, SGB XII, AsylbLG, Inhaber der Ehrenamtskarte und Bundesfreiwilligendienstleistende auf Antrag eine Ermäßigung. Hierzu sind die entsprechenden Belege/Nachweise mit der Anmeldung vorzulegen.

## 5. Studienfahrten und Studienreisen

Bei der Durchführung von Studienfahrten/reisen ist die vhs i.d.R. Vermittler i.S. des Reisevertragsrechts (§§ 651a ff BGB) und beauftragt ein Reisebüro mit der Gesamtorganisation und Durchführung. Die pädagogische Vorbereitung obliegt der vhs. Für diese Angebote gelten neben den gesetzlichen Regelungen auch die der Veranstalter.

## 6. Aufsichtspflicht gegenüber minderjährigen Teilnehmer/innen

Die Anmeldung zur Teilnahme an Kursen/Veranstaltungen schließt eine vertragliche Übernahme der Aufsichtspflicht über ein minderjähriges Kind durch die vhs ausdrücklich aus. Die vhs wird von eventuellen Haftungsansprüchen, die sich aus dem Verhalten des minderjährigen Kindes ergeben, freigestellt.

## 7. Bescheinigung

Anmelde- und/oder Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch ausgestellt und beim Zentralen Service persönlich abgeholt werden oder per Post mit frankiertem Rückumschlag angefordert werden.

## 8. Haftung

Die vhs haftet nicht für Schäden (Unfälle, Diebstahl usw.), die bei Veranstaltungen und Kursen entstehen, wenn sie nicht durch vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten des Veranstalters verursacht werden. Etwaige Schäden sind der vhs unverzüglich zu melden.

## 9. Widerrufsrecht Fernabsatzvertrag (§ 312c BGB)

Sie können ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung der Informationspflicht der vhs gemäß Art. 246a § 1 Abs. 2 Satz 1 Nr. 1 u. 2 EGBGB (Einführungsgesetz zum BGB) sowie der Pflichten der vhs gem. § 312g Abs. 1 S. 1 BGB i.V.m. Art. 246a § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:  
*per Post*  
vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus  
Schlossplatz 1-2  
66119 Saarbrücken  
*per Mail*

carolin.lehberger@rvsbr.de

Im Falle eines wirksamen Widerrufs nach Veranstaltungsbeginn kann die vhs ein anteiliges Kursentgelt nach Maßgabe der Inanspruchnahme durch den Teilnehmer berechnen.

Das Widerspruchsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten vollständig erfüllt ist, bevor das Widerspruchsrecht ausgeübt wurde.

## 10. Hausordnung

In den Gebäuden sowie auf dazugehörigem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Wir bitten, die Räume sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

## 11. Schlussbestimmung

Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrages oder der AGB ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Regelungen nicht berührt.

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, Am Schlossplatz 1-2, 66119 Saarbrücken (nachfolgend vhs) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts. Der Regionalverband Saarbrücken unterliegt als öffentliche Stelle den Bestimmungen der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und des Saarländischen Datenschutzgesetzes. Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns ein sehr wichtiges Anliegen. Daher werden Ihre Daten im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften geschützt und alle Vorgaben der DSGVO und des Saarländischen Datenschutzgesetzes eingehalten.

### 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Akademie für Ältere, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Im Lastschriftmandatbogen müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten

werden elektronisch gespeichert. Die dabei involvierten Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist Voraussetzung für Ihre Anmeldung zu unseren Kurs- und Veranstaltungsangeboten.

### 3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns z.B. per Brief oder E-Mail mitteilen.

### 4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridgeoder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert-Abschlüssen, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitutionen weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei drittmittelfinanzierten Kursen (z.B. durch Bund / Land / Arbeitsagentur / Jobcenter) eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen dann auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Vorname, Anschrift) zur Durchsetzung der Forderung im Rahmen des gerichtlichen Mahnverfahrens weiterzuleiten.

### 5. Kontaktaufnahme

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

### 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### 7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Die Kontaktdaten unserer Datenschutzbeauftragten lauten:

**datenschutz@rvsbr.de**

# Orte der Kunst und der Kultur im Regionalverband Saarbrücken



Der Regionalverband Saarbrücken verfolgt die Idee, besondere Orte der Kunst und Kultur in der Region als Kollektiv besser bekannt zu machen und sukzessive auch zu vernetzen. Allen gemein ist, dass sie entweder eine kulturgeschichtliche Bedeutung haben oder zur Baukultur der Gegenwart gezählt werden und gleichfalls auch einen öffentlichen, kulturellen und künstlerischen Sammlungs- und Sendungsauftrag verfolgen. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag zur kulturellen Bildung in der Region Saarbrücken!

Die verbindende Linie ist, dass sich alle, auf unterschiedlichste Art und Weise, mit Kultur- und Kunstprojekten oder einem gesellschaftsrelevanten Thema aus dem jeweiligen „Geist des Ortes“ heraus entwickeln und ausgestalten. Neben etablierten, zum Teil auch überregional bedeutenden Kunst- und Kulturinstitutionen gehören dazu auch weniger bekannte Orte.

Vor diesem Hintergrund hat der Regionalverband Saarbrücken eine Übersicht der bisher erfassten Orte zusammengestellt, die zum Download auf der Internetseite des Regionalverbandes Saarbrücken und bei den Projektpartnern zur Verfügung steht.

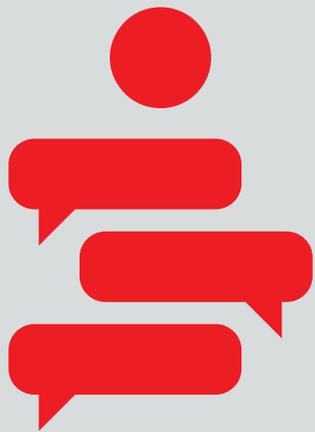
Derzeit werden 28 verschiedene Orte der Kunst und der Kultur in der Landeshauptstadt Saarbrücken und in den umliegenden Kommunen, die zum Regionalverband Saarbrücken gehören, in Kurzporträts vorgestellt.

[www.regionalverband-saarbruecken.de/kulturorte](http://www.regionalverband-saarbruecken.de/kulturorte)

Weitere Informationen und Kontakt:  
Regionalverband Saarbrücken  
Peter Michael Lupp [Kulturreferent]  
Fon 0681 506 6060 | [peter.lupp@rvsbr.de](mailto:peter.lupp@rvsbr.de)



Über Geld  
sprechen  
ist einfach.



[sparkasse-saarbruecken.de](https://sparkasse-saarbruecken.de)

Weil die Sparkasse nah  
ist und auf Geldfragen die  
richtigen Antworten hat.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse  
Saarbrücken