



*Ich will's
Wissen!*



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

PROGRAMM
FRÜHJAHR | SOMMER 2020

www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken
Püttlingen


**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

Das vhs Programm Frühjahr | Sommer 2020 Püttlingen 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 oder zu unseren Sprechzeiten im Service-Büro.

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

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



Heike Kolling-Krumm
 Örtliche Leiterin
 Bahnhof Püttlingen
 Bahnhofstr. 74-76
 66346 Püttlingen
 Fon 06898 / 63756
 info@bahnhof-puettingen.de



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

Anmeldung und Service



Carmen Wamme
 Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro
 Rathaus Püttlingen
 Rathausplatz 1
 66346 Püttlingen
 Fon 06898 691-186
 Fax 06898 691-174
 Servicezeiten: Mo. + Di. 08:30 – 12:00 Uhr,
 Do. 08:30 – 11:30 Uhr
 carmen.wamme@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

- Backhaus Rittenhofen
 Rittenhofer Str. 43
 66346 Püttlingen-Köllerbach
- Gemeinschaftsschule Peter Wust
 Pickardstr. 33, 66346 Püttlingen
- Grundschule Pater Eberschweiler
 Goethestr. 11, 66346 Püttlingen
- Gymnastikhalle
 Kindergarten „Am Schlösschen“
 Völklinger Str. 19, 66346 Püttlingen
- Haus Waldkauz
 Bildchenstraße
 66346 Püttlingen-Ritterstraße
- Kindergarten Herz-Jesu
 Weinbergstr. 5
 66346 Püttlingen-Köllerbach
- Kindergarten St. Bonifatius
 Theodolinde-Katzenmaier-Straße
 66346 Püttlingen-Ritterstraße
- Kulturbahnhof Püttlingen
 Bahnhofstr. 74-76, 66346 Püttlingen
- Saarländisches Uhrenmuseum
 Engelfanger Str. 3
 66346 Püttlingen-Köllerbach
- St. Barbarahalle, Anbau und Nebenraum
 Theodolinde-Katzenmaier-Straße 1
 66346 Püttlingen-Ritterstraße
- Trimmtreff Viktoria
 Köllertalstraße 143, 66346 Püttlingen
- Zeichenwerkstatt
 Völklinger Str. 9, 66346 Püttlingen
- Sonstige
 Siehe jeweilige Ankündigung

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 _____





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

Musik**Konzert zur Semestereröffnung mit OQmanSolo**

Der Deutsch-Nigerianer Markus Okuesa, bekannt als Frontsänger Oku der Reggae-rockers, zeigt mit dieser Formation seine nachdenkliche musikalische Seite. Verwurzt in westafrikanischer und deutscher Musiktradition ist er Geschichtenerzähler, Lehrer und Entertainer zugleich. In literarisch-poetischer Alltagssprache macht sich der sympathische Sänger in seinen Balladen und Popsongs Gedanken über die Welt und das Leben. Dabei nutzt das 6-köpfige Ensemble Klavier, Geige, Bass und Schlagzeug als Instrumentarium. Das Konzert findet in Zusammenarbeit mit dem Kulturforum Köllertal statt.

● **Kurs 9501**

Fr. 31.01.2020, 20:00 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen, Stückguthalle
Eintritt: EUR 10 Vorverkauf/ EUR 12 AbendkasseKartenvorverkauf im Kulturbüro im
Bahnhof Püttlingen, Tel. 06898 63756

Gläserne Baustelle Bahnhof Püttlingen:
auf dem Weg zum ersten klimaneutralen
Industriedenkmal im Saarland

**Vortrag****Photovoltaik 2020 – lohnt sich solare Stromerzeugung?**

Der Vortrag informiert zunächst über den aktuellen Stand der Kosten und der Wirtschaftlichkeit für Neuanlagen. Auch auf die Kombination von Photovoltaik-Anlagen und Batteriespeichern wird eingegangen. Weiteres Thema ist das Auslaufen der Förderung der ersten Bestandsanlagen. Referent ist der Diplomingenieur und Architekt Ralph Schmidt. Dieser ist auch Vorsitzender der Gebäudeenergieberater Saarland e.V.

● **Kurs 9502****Ralph Schmidt,****Geschäftsführer der ARGE SOLAR e.V.**

Mo. 09.03.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
gebührenfreiAnmeldung erbeten im Kulturbahnhof
Püttlingen, Tel. 06898 63756**Vortrag****Klimaschutz in Püttlingen – was ist zu tun?**

Die Dozentin Barbara Dröschel stellt das Klimaschutzkonzept der Stadt Püttlingen vor. Die Wissenschaftlerin des Saarbrücker

Dozentinnen und Dozenten**OKU – MARKUS OKUESA**

Musiker, Entertainer

» Der Deutsch-Nigerianer Markus Okuesa, bekannt als Frontsänger Oku der Reggae-rockers ist Geschichtenerzähler, Lehrer und Entertainer zugleich. In literarisch-poetischer Alltagssprache macht sich der sympathische Sänger in seinen Balladen und Popsongs Gedanken über die Welt und das Leben. Bei der Semestereröffnung am 31.01.2020 der vhs Püttlingen ist er mit seiner Band OQmanSolo im Kulturnahnhof Püttlingen zu sehen. „Ich mach Musik, weil ich nicht anders kann. Musik ist mein ständiger Begleiter und hilft bei der Auseinandersetzung mit der Welt. Die Musik drückt das aus, was mich allgemein und aktuell beschäftigt und interessiert. Deshalb kann die Kunst der Künste nicht nur Bereiche wie Liebe, Hoffnung und Träume ansprechen, sondern muss auch politische Themen aufgreifen. Mit Musik und Konzerten erreicht man viele Menschen!“. «

Institut für ZukunftsEnergie- und Stoffstromsysteme IZES gGmbH hatte das Konzept 2014 mitentwickelt. Rainer Stein wird als Stadtplaner von Püttlingen darlegen, welche Maßnahmen umgesetzt sind. Er wird auch auf zukünftige Planungen eingehen. Daran schließt sich eine Diskussion an.

● **Kurs 9503**

Barbara Dröschel, Wissenschaftliche Mitarbeiterin der IZES gGmbH / Rainer Stein, Technischer Leiter des Eigenbetriebs Technische Dienste der Stadt Püttlingen

Mo. 25.05.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

Anmeldung erbeten im Kulturnahnhof Püttlingen, Tel. 06898 63756

LÄNDER UND KULTUREN

Lichtbildervortrag

Vietnam

In einem spannenden Lichtbildervortrag erfahren Sie Wissenswertes über die Landschaft und Struktur des Landes, über Städte und Menschen, das Mekong-Delta und den Fluss – als Lebensader des Landes – sowie über Religionen und Kulte. Der Dozent arbeitet selbst seit 2012 in Vietnam, spricht die Landessprache Vietnamesisch und steht daher in sehr engem Kontakt zur Bevölkerung und deren Leben. Neben persönlichen Eindrücken berichtet er auch über Schulbildung, Waisenkinder und die Spätfolgen, die das im Vietnam-Krieg eingesetzte chemische Entlaubungsmittel „Agent-Orange“ bis heute anrichtet.

● **Kurs 9504**

Steffen Hällmayr, Dirigent und Pianist

Sa. 15.02.2020, 11:00 – 12:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

VIETNAM-REISE Oktober 2020

In Zusammenarbeit mit dem Püttlinger Verein „Hearts for poor children in Vietnam e.V.“ führt die Studienreise in den Süden Vietnams. Sie wird in den Herbstferien 2020 stattfinden. Die Leitung hat Steffen Hällmayr, der 1. Vorsitzende des Vereins, der das Land kennt und die vietnamesische Sprache spricht, inne. Die Reise führt zunächst nach Ho-Chi-Minh-Stadt (Saigon), wo die Teilnehmer die Höhepunkte der Stadt kennenlernen werden. Ein Besuch der Cu-Chi-Tunnel steht ebenso auf dem Programm wie eine Stadtbesichtigung. Anschließend geht die Tour per Limousine nach Can Tho ins Mekong-Delta, wo die Teilnehmer u. a. einen schwimmenden Markt besuchen werden. Ein Flug nach Da Lat in den Bergen ist ebenso geplant wie der Besuch des wunderschönen Küstenorts Da Nang und des Bergdorfes Ba Na mit der berühmten Goldenen Brücke. Außerdem werden die Teilnehmer mit der vietnamesischen Kultur und der wunderbaren regionalen Küche bekannt gemacht. Ein Einkaufsbummel in einem traditionellen vietnamesischen Markt rundet die Reise ab.

Auf Wunsch können die Teilnehmer eine Verlängerungswoche zum Baden auf einer Trauminsel hinzubuchen.

● **Kurs 9505**

Steffen Hällmayr, Dirigent und Pianist

Mi. 04.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

Lichtbildervortrag

Faszination Indien

Teil 1

Eine Reise nach Indien ist eine Herausforderung für alle Sinne und ein Abenteuer für sich. Mehr als eine Milliarde Menschen, Maharajas mit glänzenden Palästen und Slums mit schier unvorstellbarem Elend. Wer vom Staunen nicht genug kriegen kann, der sollte nach Indien fahren. Nirgendwo sonst gibt es von allem so viel, und in kaum einem anderen Land wird der Reisende stärker mit dem Ungewohnten und Fremden konfrontiert. Indien wird daher vielfach als verzauberte Welt und als Wunderreich bezeichnet.

● **Kurs 9506**

Christof Mechenbier

Fr. 07.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Lichtbildervortrag

Faszination Indien

Teil 2

● **Kurs 9507**

Christof Mechenbier

Fr. 14.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Lichtbildvortrag**Jordanien**

Jordanien ist nicht nur das Heilige Land der Bibel, sondern auch Römer und Nabatäer haben hier großartige Zeugnisse ihrer früheren Präsenz hinterlassen. Der Videofilm des Autors in Großprojektion zeigt neben den heiligen Orten der Christenheit imposante Ruinenstädte aus der Römerzeit sowie Petra, die Felsenstadt der Nabatäer. Ein eindrucksvoller Aufenthalt in der Felsenwüste Wadi Rum sowie in der Hafenstadt Aquaba am Roten Meer rundet den Film ab.

● **Kurs 9508**

Norbert Lohmann

Fr. 07.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

NATUR UND UMWELT

In Zusammenarbeit mit der NABU-Ortsgruppe Köllertal

Exkursion**Zu den Fischadlern**

In einer knapp zweistündigen Wanderung erklärt uns der Dozent die Lebensgewohnheiten der Fischadler. An diesem Tag können wir mit etwas Glück auch die Jagdflüge des Fischadlers beobachten. *Bitte Fernglas mitbringen! Anschließend besteht die Möglichkeit, das Mittagessen im Restaurant Forellenhof, Trauntaal zu genießen.*

● **Kurs 9509**

**Bernd Konrad, NABU-Vorsitzender der
OG Lockweiler-Krettnich**

So. 05.04.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Treffpunkt: Burgplatz Püttlingen
(vor Rewe), Bildung von
Fahrgemeinschaften
gebührenfrei

**In Zusammenarbeit mit dem Natur- und
Vogelschutzverein Püttlingen e.V.**

Exkursion**Vauban Steig**

Saarlouiser Geschichte zum Anfasen. Am Wegesrand befindet sich „die Humburg“, aus der die Blöcke zum Bau der Festungsstadt Saarlouis gebrochen wurden. Wir wandern über weite Felder zur Teufelsburg und genießen die schöne Aussicht.

● **Kurs 9510**

**Natur- und Vogelschutzverein Püttl.
Ritterstraße e.V.**

So. 29.03.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Burgplatz Püttlingen
(vor Rewe), Bildung von
Fahrgemeinschaften
gebührenfrei

Exkursion**Mühlenbach Schluchtentour**

Diese Tour führt durch reizvolle Wald- und Wiesenpassagen zum Mühlenbach und zu der wild-romantischen Schlucht des Mühlenbaches.

● **Kurs 9511**

**Natur- und Vogelschutzverein Püttl.
Ritterstraße e.V.**

So. 03.05.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt: Burgplatz Püttlingen
(vor Rewe), Bildung von
Fahrgemeinschaften
gebührenfrei
*Anmeldung erforderlich bei vhs Regional-
verband Saarbrücken*

Exkursion**Orchideenwanderung im Bliesgau**

Im Mai wandern wir im Biosphärenreservat Bliesgau. Von Mai bis Juli blühen bis zu 15 verschiedene Orchideenarten. Wir werden seltene und besondere Orchideen sehen und bekommen einen lehrreichen Einblick in die Welt der Orchideen.

● **Kurs 9512**

**Natur- und Vogelschutzverein Püttl.
Ritterstraße e.V.**

Treffpunkt: 9:00 Uhr Burgplatz Püttlingen
(vor Rewe), Bildung von Fahrgemeinschaften.

Termin wird in der Presse veröffentlicht
gebührenfrei

**Vortragsreihe Museum am
Nachmittag**

Unter diesem Titel bietet die vhs in Püttlingen in Zusammenarbeit mit dem Saarländischen Uhrenmuseum eine Vortragsreihe an, bei der in entspannter Atmosphäre – bei Kaffee, Tee und Gebäck – Vorträge zu verschiedenen interessanten Themen – nicht nur rund um die Uhr – angeboten werden.

*Treffpunkt: Saarländisches Uhrenmuseum,
Engelfanger Straße 3,
66346 Püttlingen-Köllerbach.*

Vortrag**Wie verändert sich unsere
Vergangenheit?**

● **Kurs 9513**

**Prof. Dr. Roxanne Sopp, Universität des
Saarlandes**

Mi. 18.03.2020, 16:00 – 17:30 Uhr

Treffpunkt: Saarländisches Uhrenmuseum,
Engelfanger Str. 3,
66346 Püttlingen-Köllerbach
gebührenfrei

Vortrag**50 Jahre Stadt Püttlingen**

● Kurs 9514

Rudolf Müller, Bürgermeister a. D.

Mi. 20.05.2020, 16:00 – 17:30 Uhr
 Treffpunkt: Saarländisches Uhrenmuseum,
 Engelfanger Str. 3,
 66346 Püttlingen-Köllerbach
 gebührenfrei

PÄDAGOGIK**Vortrag****Zeit mit mir und meinem Kind**

Jedes Kind braucht Zeit mit den Eltern.
 Doch wo liegt die gesunde Balance
 zwischen Arbeit zu Hause, Beruf und
 gemeinsamen Unternehmungen bzw.
 einfach zusammen sein? „Ich bin für Dich
 da“ braucht: Inseln der Ruhe und Stress-
 freiheit, der Achtsamkeit, des Dialoges
 und der gemeinsamen Gestaltung. Wir
 schauen mit vielen praktischen Übungen
 nach konstruktiven Möglichkeiten der
 gemeinsamen Entwicklung.

● Kurs 9515

**Dr. Birgit Spengler, Trainerin für Eltern,
 Kinder und pädagogische Fachkräfte in
 KiTa und Schule**

Do. 12.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 gebührenfrei
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

PÄDAGOGIK**Vortrag**

**Kinder und Jugendliche stark ma-
 chen: Resilienz fördern – aber wie?
 Zeit mit mir und meinem Kind**

Was macht unsere Kinder widerstands-
 fähig? Wie gelingt es ihnen, Stress- und
 Problemsituationen aktiv zu bewältigen?
 Wie können wir Eltern und Großeltern
 die Stärken unserer Kinder erkennen und
 fördern? Wo sind die Chancen – wo die
 Grenzen? Der Workshop lädt zu individu-
 ellen Lösungen ein.

● Kurs 9516

**Dr. Birgit Spengler, Trainerin für Eltern,
 Kinder und pädagogische Fachkräfte in
 KiTa und Schule**

Di. 12.05.2020, 19:00 – 20:30 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 gebührenfrei
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

HEIMATKULTUR UND GESCHICHTE**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 In-
 dustriekultur und Geschichte Köllertal e.V.
 stehen auch Vorträge und Exkursionen,
 die sich an der lokalen und regionalen
 Geschichte widmen, auf dem Programm.
 Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer an
 der Geschichtswerkstatt sind gerne gese-
 hen – eine wissenschaftliche Vorbildung
 ist nicht erforderlich. Erwartet werden In-

teresse an heimatkundlichen Fragen und
 die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an
 der Erstellung des Köllertaler Jahrbuchs.
 Informationen bei Monika Jungfleisch
 unter Fon 06806 2355.

● Kurs 9520

Monika Jungfleisch, Journalistin

Di. 11:00 – 12:30 Uhr, 4 Termine
 03.03., 07.04., 12.05., und 09.06.2020
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 gebührenfrei

Abendkurs**Sütterlinschrift**

*Abendkurs zum Lesen und Verstehen alter
 Dokumente, Briefe und Postkarten in
 Sütterlin- und Kurrentschrift.*
 Oft finden sich im Nachlass von Urgroß-
 eltern, Großeltern, Onkeln, Tanten oder
 sonstigen Verwandten wertvolle Fami-
 liendokumente wie Briefe, Postkarten,
 Tagebücher, Feldpostbriefe oder Verträge,
 die man nicht verstehen kann, da sie in
 der deutschen „Kurrentschrift“ bzw. der
 in Deutschland seit 1914 allgemein gülti-
 gen „Sütterlinschrift“ verfasst sind. Dem
 will dieser Kurs abhelfen.

● Kurs 9521

Helmut Grein

Do. 19:00 – 20:30 Uhr
 ab 13.02.2020, 5 Termine
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 10 UST, EUR 50,00
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Fremdsprachen

ENGLISCH

Vormittagskurs

Englisch Konversation

Dieser Kurs richtet sich an Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren und ist ein Angebot im Rahmen der Akademie für Ältere der vhs Regionalverband Saarbrücken. *Voraussetzung: ca. 3 bis 4 Jahre Englischunterricht.*

● **Kurs 9560**

Hans Hell

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 03.02.2020, 10 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

20 UST, EUR 55,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs

Englisch B1 Stufe 4

Geeignet als Auffrischkurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen von ca. 2-3 Jahren Englischunterricht.

● **Kurs 9561**

Peter Meyer

Di. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs

Englisch A2 Stufe 4

Geeignet als Auffrischkurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen

● **Kurs 9562**

Peter Meyer

Di. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs

Englisch Oberstufe B1

● **Kurs 9563**

Gert Biehl

Di. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Englisch A2 Stufe 1

● **Kurs 9565**

Eva Nikolaus

Mi. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 05.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Englisch Refresher Intermediate

Auffrischkurs für Fortgeschrittene mit mind. 3 Jahren Schulenglisch-Kenntnissen

● **Kurs 9566**

Eva Nikolaus

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 05.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Englisch B1 Refresher

● **Kurs 9567**

Nadine Shukry

Do. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

FRANZÖSISCH

Abendkurs

Französisch für den Urlaub

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihren Urlaub in unserem schönen Nachbarland verbringen möchten und sich einen dazu passenden Wortschatz aneignen möchten.

● **Kurs 9570**

Gert Biehl

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 05.03.2020, 8 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 39,00 (30,00)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs**Französisch – leichte Konversation A2**

● Kurs 9571

Gert Biehl

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 05.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***SPANISCH****Abendkurs****Spanisch A2 Stufe 4**

● Kurs 9580

Elpidia Calderon-Bolanos

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 04.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

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

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***CHINESISCH****Nachmittagskurs****Chinesisch (Mandarin) für Anfänger**

Lernen Sie, sich auf Chinesisch zu unterhalten. Dank der Pinyin-Schrift in unseren lateinischen Buchstaben können auch Sie ganz einfach die asiatische Sprache lernen. Sie wird immer wichtiger, da China ein bedeutender Handelspartner ist. Die Teilnehmer lernen, ein Hotelzimmer zu buchen, ein Restaurant zu besuchen, nach dem Weg zu fragen, Tickets zu buchen, Sehenswürdigkeiten zu erkunden und Bankgeschäfte zu erledigen. Bereits nach kurzer Zeit können Sie die chinesi-

sche Sprache erlernen.

● Kurs 9581

Steffen Hällmayr, Dirigent und Pianist

Fr. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 07.02.2020, 15 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

20 UST, EUR 49,00 (37,00)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***In Zusammenarbeit mit dem Demenz-Verein im Köllertal e.V.****Vortrag****Plötzlich Pflegefall, was ist nun zu tun?**

Es ging alles so schnell und Sie hatten noch keine Gelegenheit, sich auf die neue Situation einzustellen? Ihr Partner, Ihre Eltern oder Großeltern sind durch einen Unfall oder eine Erkrankung zum Pflegefall geworden. Plötzlich ist alles anders. Nun gilt es ganz schnell, zahlreiche Entscheidungen zu treffen: Es muss ein Pflegegrad beantragt werden, zum anderen müssen sich Angehörige zusammen mit dem Betroffenen überlegen, welche Form der Versorgung die passendste für den individuellen Pflegebedarf sein könnte. Der Demenz-Verein im Köllertal e.V. weist Ihnen den Weg durch den Entscheidungsdschungel.

● Kurs 9593

Demenz-Verein im Köllertal e.V.

Fr. 14.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***Vortrag****Der Medizinische Dienst kommt, morgen kommt der böse MDK**

Die Pflegebedürftigkeit ergibt sich aus der Selbständigkeit und den Fähigkeiten eines Menschen. Der Medizinische Dienst nimmt diese Einschätzung der Pflegebedürftigkeit anhand eines festen Kriterienkatalogs mittels Punktevergabe vor. Ein wichtiges Hilfsmittel bei der Ermittlung und Dokumentation des Pflege- und Betreuungsaufwands ist ein vom Angehörigen geführtes Pflegetagebuch. Der Demenzverein im Köllertal stellt Ihnen ein Pflegetagebuch vor und nimmt Ihnen die Angst vorm MDK-Besuch.

● Kurs 9593A

Demenz-Verein im Köllertal e.V.

Fr. 03.04.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG****Exkursion****Shinrin Yoku / Waldbaden – Achtsamkeit im Wald**

Waldbaden, das bewusste, absichtslose Eintauchen und Verweilen in der Atmosphäre des Waldes, bietet uns eine Möglichkeit, der Natur neu zu begegnen, sich als Teil von ihr zu erleben und neu zu entdecken. Die Natur bewertet uns nicht einfach, so wie ich bin, ist das dort möglich und wohltuend. Die Waldatmosphäre hat messbare Auswirkungen auf unser Nerven-, Hormon- und Immunsystem. Entschleunigung, Langsamkeit und Schlendern, Innehalten und Pausen, Sinne öffnen, Wahrnehmen, Staunen, Achtsam-

keit, Meditation, Atmen, sanfte Bewegungen, Augenentspannung, Solozeit und kreatives Gestalten sind die Zutaten für ein erholsames Waldbad nach Dr. Qing Li. Genießen Sie mit mir eine erholsame und stärkende Auszeit im Wald, bei (fast) jedem Wetter.

Bitte tragen sie wetterangepasste Kleidung!

● **Kurs 9595**

Jutta Eich, Übungsleiterin für Waldbaden

Sa. 21.03.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Treffpunkt: Kindergarten St. Bonifatius, Theodolinde-Katzenmaier-Straße, 66346 Püttlingen
EUR 6,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Exkursion

Shinrin Yoku / Waldbaden – Achtsamkeit im Wald

Wir verbringen eine erholsame Auszeit mit Elementen des Waldbadens im Park der Stadt Püttlingen.

Bitte tragen sie wetterangepasste Kleidung!

● **Kurs 9595A**

Jutta Eich, Übungsleiterin für Waldbaden

Do. 23.04.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Treffpunkt: Kindergarten St. Bonifatius, Theodolinde-Katzenmaier-Straße, 66346 Püttlingen
EUR 6,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Exkursion

Shinrin Yoku / Waldbaden für Senioren

Waldbaden, das bewusste, absichtslose Eintauchen und Verweilen in der Atmosphäre des Waldes, bietet uns eine Möglichkeit, der Natur neu zu begegnen,

sich als Teil von ihr zu erleben und neu zu entdecken. Die Natur bewertet uns nicht einfach, so wie ich bin, ist das dort möglich und wohltuend. Die Waldatmosphäre hat messbare Auswirkungen auf unser Nerven-, Hormon- und Immunsystem. Entschleunigung, Langsamkeit und Schlendern, Innehalten und Pausen, Sinne öffnen, Wahrnehmen, Staunen, Achtsamkeit, Meditation, Atmen, sanfte Bewegungen, Augenentspannung, Solozeit und kreatives Gestalten sind die Zutaten für ein erholsames Waldbad nach Dr. Qing Li. Genießen Sie mit mir eine erholsame und stärkende Auszeit im Wald, bei (fast) jedem Wetter.

Bitte tragen sie wetterangepasste Kleidung!

● **Kurs 9595B**

Jutta Eich, Übungsleiterin für Waldbaden

Do. 23.04.2020,
(Uhrzeit wird noch bekanntgegeben)
Treffpunkt: Kindergarten St. Bonifatius, Theodolinde-Katzenmaier-Straße, 66346 Püttlingen
4 UST, EUR 6,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vortrag und thematischer Einstieg

Älter werden ohne alt auszusehen oder: Wie können wir Einfluss auf das Altern nehmen?

Wer hat uns eigentlich beigebracht, dass älter werden und kränker werden normal sein soll? Wir sind körperlich und geistig angelegt für ein sehr langes und gesundes Leben und Älterwerden. Diese grundsätzliche Veranlagung können wir fördern oder blockieren.

- Wie kann alltagstaugliche Lebensprävention praktisch aussehen?
- Gedankenhygiene und effektives Stressmanagement als Bausteine für

gesundes und junges Älterwerden

- Einfluss der Lebensweise auf die Gene: Epigenetik

Freuen Sie sich auf spannende Impulse für ein neues Nachdenken über ein altes Thema!

● **Kurs 9596A**

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 14.02.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen, Bahnhofstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 10,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Anmeldung erforderlich bis 07.02.2020*

Workshop

Älter werden ohne alt auszusehen oder: Wie können wir Einfluss auf das Altern nehmen?

Sie wenden die kennengelernten Blickwinkel praktisch an. Jetzt geht es um die alltagstaugliche und persönliche Umsetzung aktiver Verjüngung:

- Was wir wählen: Mangel oder Fülle! Entscheiden Sie: jetzt!
 - Die „richtigen Grundstoffe“: Teamplayer im Netzwerk
 - Zusammenhang Stress – Immunsystem – Altern
 - Die „richtigen Gedanken und Gefühle“: einfache Methoden mit großer Wirkung
 - Hormonsystem und Bedeutung für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit
 - Das Humangenom-Projekt: Es ist alles ein bisschen anders, als wir denken.
- Freuen Sie sich auf ein tieferes Neudenken über althergebrachte Vorstellungen!

● **Kurs 9596B**

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 18:30 – 20:30 Uhr

06.03. /13.03. und 20.03.2020, 3 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
8 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Anmeldung erforderlich bis 28.02.2020*

Vortrag und thematischer Einstieg

Stress macht Flügel – Stress macht krank?!

Mit Gelassenheit und Wissen zu mehr Lebensqualität

Bis zu einem gewissen Grad ist Stress notwendig, um leistungsbereit und leistungsfähig zu sein. Aber was müssen wir lernen, um negativen gesundheitlichen Folgen vorzubeugen? Das eigene Stresserleben wirklich zu verstehen, hilft, besser mit ihm umzugehen. Mit fachlichem Wissen sowie einfachen praktischen und schönen, alltagstauglichen Übungen werden Sie lernen, mit den Belastungen des Alltags besser umzugehen. Übungen zum Entspannen und Meditieren kommen ebenso zur Anwendung wie Phantasiereisen.
Bitte bequeme Kleidung, Decke und Matte mitbringen!

● Kurs 9596C

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 27.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 10,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Anmeldung erforderlich bis 20.03.2020*

Workshop

Stress macht Flügel – Stress macht krank!?

Mit Gelassenheit und Wissen zu mehr Lebensqualität!

Wir setzen uns mit unterschiedlichen Methoden auseinander, mit denen Sie Herausforderungen des Alltags konstruktiv und lernend begegnen können. Wenn Sie die Faktoren des Stressgeschehens und ihre Wirkungen kennen, können Sie sehr wirkungsvolle Schritte zur Veränderung einleiten. Daneben kommen Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Phantasiereisen, leichte körperliche Übungen sowie Techniken der Kommunikation und des persönlichen Managements zur Anwendung.

Bitte bequeme Kleidung, Decke und Matte mitbringen!

● Kurs 9596D

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 18:30 – 20:30 Uhr

08.05. /15.05. und 29.05.2020, 3 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
8 UST, EUR 55,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Anmeldung erforderlich bis 30.04.2020*

Vortrag und thematischer Einstieg

Wirkungsvolle Selbstdarstellung – Das eigene Profil finden:

Authentisches Selbstmarketing konkret und praktisch

Wie stelle ich mich selbst wirkungsvoll dar, im Einklang mit mir selbst, ohne etwas vorzugeben, was ich nicht bin? Selbst-Bewusstheit und Selbst-Wert sind dabei Stichworte im Prozess hin zu einer echten, authentischen und profilierten

Selbst-Darstellung. Mit Gelassenheit und dem nötigen Humor sowie äußerst wirkungsvollen Methoden kommen Sie an diesem Abend Ihren Fähigkeiten und Ihren Zielen systematisch auf die Spur. Es wird spannend, entspannend, abwechslungsreich und informativ!

● Kurs 9596E

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 05.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 10,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Anmeldung erforderlich bis 29.05.2020*

Workshop

Wirkungsvolle Selbstdarstellung – Das eigene Profil finden: Authentisches Selbstmarketing konkret und praktisch

Was lässt uns anders fühlen, als wir manchmal wirken?

Eine profilierte Selbst-Darstellung kann man tatsächlich erarbeiten und „entwickeln“.

Ihre Themen:

- Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten habe ich?
- Wie sehe ich mich, wie sehen mich andere und wie wäre ich gerne?
- Was möchte ich erreichen, was verändern, wo möchte ich hin?
- Was bin ich bereit dafür zu tun?

Der inhaltliche Austausch ist freiwillig und Sie können ihn, neben schriftlichem Material, gewinnbringend in Richtung einer authentischen Selbstdarstellung nutzen.

● Kurs 9596F

Claudia M.-L. Schulz, Dipl.-Psychologin, Systemische Beraterin

Fr. 18:30 – 20:30 Uhr
 19.06. /26.06. und 03.07.2020, 3 Termine
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 8 UST, EUR 55,00
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
 Anmeldung erforderlich bis 12.06.2020*

Seminar-Workshop Wochenend-Workshop

Besser reden 1: SIE sind die Show!

Egal, ob kleines Meeting oder großer Auftritt vor Publikum: Wir alle müssen reden. Jeden Tag aufs Neue. Und wer gut reden kann, ist immer im Vorteil. Denn die meisten können genau das nicht. Viele haben sowieso mehr Angst vorm Reden als vorm Zahnarzt. Dabei tut reden überhaupt nicht weh – es kann sogar unglaublichen Spaß machen. Lernen Sie vom Medienprofi und Kommunikationstrainer Uwe Loll, wie Sie ohne Angst, gelassen und professionell Ihre nächste Rede meistern.

● Kurs 9597

Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer

Sa. 28.03.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 10 UST, EUR 60,00 (45,00)
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Seminar-Workshop Wochenend-Workshop

Gute Gespräche führen

Sie sind unterbrochen worden? Ihnen hat man nicht richtig zugehört? Sie sind vollgequatscht worden? Sie durften wieder neue Fremdwörter lernen? Die Schachtel-

sätze Ihres Gesprächspartners haben kein Ende genommen? Wenn das alles so ist, dann sind Sie in diesem Seminar richtig! Denn häufig führen wir Gespräche, mit denen wir nicht zufrieden sind. Wie können wir das in Zukunft ändern? Wie können wir bessere, erfolgreiche Gespräche führen, mit denen alle zufrieden sind? Redetrainer Uwe Loll kennt die Tricks aus Rhetorik, Körpersprache und Schlagfertigkeit und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit gesprochener Sprache.

● Kurs 9598

Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer

Sa. 07.03.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 10 UST, EUR 60,00 (45,00)
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

EDV

Abendkurs

Einführung in die EDV

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen oder nur wenige Vorkenntnisse besitzen. Wo speichere ich was ab und wie finde ich es wieder? Wie schreibe und verschicke ich E-Mails? Sie lernen die Bedienung der Textverarbeitung Word und der Tabellenkalkulation Excel in einfachen Schritten kennen. Wie speichere ich Bilder von meinem Smartphone oder meiner digitalen Kamera auf meinem Computer?

● Kurs 9600

Dieter Forster

Di. 18:30 – 20:00 Uhr
 ab 24.03.2020, 6 Termine
 Gemeinschaftsschule Peter Wust,
 EDV-Raum

12 UST, EUR 48,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Vortrag

Digitalisierung im Alltag

„Digitalisierung“ bedeutet, analoge Inhalte oder Prozesse in eine digitale Form oder Arbeitsweise umzuwandeln. Die Geschichte und Definition der Digitalisierung werden dargestellt. Wo lauern Gefahren und wie kann man sich davor schützen? Der Vortrag versucht am Beispiel von Internet und Smartphone zu erklären, wo der Nutzen liegt, aber auch Gefahren lauern.

● Kurs 9601

Lothar Strobel

Mi. 19.02.2020, 18:00 – 19:30 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 gebührenfrei
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Vortrag

Unser digitaler Nachlass: was geschieht mit unseren Daten?

Überall hinterlassen wir Daten: beim Telefonieren, im Internet, am PC, im Smartphone.

Der Vortrag zeigt auf, wo wir überall Daten hinterlassen, welche wichtig sind und gelöscht werden müssen, und welche Vorbereitungen wir treffen müssen, damit dies die Angehörigen für uns erledigen können.

● Kurs 9601A

Lothar Strobel

Mi. 11.03.2020, 18:00 – 19:30 Uhr
 Kulturbahnhof Püttlingen,
 Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
 gebührenfrei

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Bedienung von Smartphone und Tablet mit Android-Betriebssystemen

Bedienung von Smartphone und Tablet mit Android-Betriebssystemen
Der Kurs bezieht sich auf Smartphones und Tablets mit den weit verbreiteten „Android“-Betriebssystemen und findet in Form eines Workshops statt. Nach Erklärung und Einstellung der wichtigsten Grundfunktionen werden verschiedene Anwendungen nach Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer eingeübt und ausprobiert.

Wichtige Voraussetzungen: Bei Tablets ist es erforderlich, dass sie über eine SIM-Karte mit genügend Datenvolumen verfügen (Telefonfunktion). Die Geräte sind vollgeladen und ein Google-Konto ist eingerichtet.

● Kurs 9602

Lothar Strobel

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr
ab 06.05.2020, 3 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
9 UST, EUR 36,00
Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

„Fotografieren mit dem Android-Smartphone“

In dem Workshop lernen Sie die Möglichkeiten und Fähigkeiten der eingebauten Kamera kennen. Mit entsprechenden Anleitungen zum Gebrauch und ein paar Motiv- und Gestaltungstipps lassen sich ansprechende Fotos erstellen. Mit einer geeigneten App aus dem Playstore werden die Bilder bearbeitet und erhalten so den letzten Kick zum „Teilen“ im Internet oder zum Ausdrucken.

Wichtige Voraussetzungen: Bei Tablets ist es erforderlich, dass sie über eine SIM-Karte mit genügend Datenvolumen verfügen (Telefonfunktion). Die Geräte sind vollgeladen und ein Google-Konto ist eingerichtet.

● Kurs 9603

Lothar Strobel

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr
ab 10.06.2020, 3 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
9 UST, EUR 36,00
Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Bewegung, Entspannung und Fitness

YOGA

Vormittagskurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Körper, Geist und Seele des Menschen brauchen ausgewogene Zuwendung, um gut zu funktionieren – Yoga ist also ein ganzheitliches System: Die Übungspositionen (Asanas) machen den Körper gelenkig und führen zu einem angenehmen Wohlgefühl. Die Entspannungsübungen lassen uns in den Zustand des seelisch-körperlichen Gleichgewichtes zurückkehren. Verschiedene Atemtechniken erneuern unsere Energie und die Meditation versetzt uns in den Zustand innerer Harmonie und Ruhe.

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9610

Eva Sonnhalter

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr
ab 03.02.2020, 8 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
16 UST, EUR 55,00
Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9611

Eva Sonnhalter

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr
ab 03.02.2020, 8 Termine
Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
16 UST, EUR 55,00
Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9612

Diana Lion, Yogasana-Yoga-Lehrerin SKA

Mi. 17:45 – 19:15 Uhr

ab 05.02.2020, 10 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

20 UST, EUR 68,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9613

Diana Lion, Yogasana-Yoga-Lehrerin SKA

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 05.02.2020, 10 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

20 UST, EUR 68,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9614

Diana Lion, Yogasana-Yoga-Lehrerin SKA

Mi. 17:45 – 19:15 Uhr

ab 13.05.2020, 8 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 55,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9615

Diana Lion, Yogasana-Yoga-Lehrerin SKA

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 13.05.2020, 8 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 55,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Vormittagskurs

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● Kurs 9616

Eva Sonnhalter

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 27.04.2020, 8 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 55,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Dozentinnen und Dozenten



DIANA LION

Yogasana Yogalehrerin SKA

» Seit ich vor ca. 8 Jahren zum Hatha Yoga nach B.K.S. Iyengar gekommen bin, nimmt meine Begeisterung dafür immer mehr zu. Als ich merkte, wie sehr diese Art Yoga meine körperliche und geistige Gesundheit zum Positiven beeinflusst, habe ich zusätzlich eine 4-jährige Yogasana Ausbildung bei der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen absolviert und 2019 erfolgreich abgeschlossen. Der Inhalt der Ausbildung umfasste neben der korrekten Ausführung und Anleitung der Asanas (Haltungen) auch einen sehr großen Anteil an Anatomie-Unterricht sowie Psychologie und Pädagogik. Das fundierte Wissen, das mir an der SKA vermittelt wurde, gibt mir die Sicherheit, im Yogaunterricht auf meine Teilnehmerinnen und Teilnehmer intensiv einzugehen. <<

Vormittagskurs**Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und rutschfeste Gymnastikmatte mitbringen.

● **Kurs 9617****Eva Sonnhalter**

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 27.04.2020, 8 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 55,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

GYMNASTIK**Abendkurs****Rückenfit und mehr (für Einsteiger und Fortgeschrittene)**

Die Kurse schließen zusätzliche Entspannungsübungen ein

● **Kurs 9620****Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 26.02.2020, 12 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten

„Am Schlösschen“

16 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Rückenfit und mehr (für Einsteiger und Fortgeschrittene)**

Die Kurse schließen zusätzliche Entspannungsübungen ein.

● **Kurs 9621****Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 26.02.2020, 12 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten

„Am Schlösschen“

16 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Rückenfit und mehr (für Einsteiger und Fortgeschrittene)**

Die Kurse schließen zusätzliche Entspannungsübungen ein.

● **Kurs 9622****Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Mi. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 26.02.2020, 12 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten

„Am Schlösschen“

16 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rat-

haus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder

unter carmen.wamme@rvsbr.de

PILATES**Vormittagskurs****Pilates**

Fit und vital Energie tanken. Das Body und Mind-Training setzt auf die Harmonie von Körper, Geist und Seele. Es verspricht geschmeidige Bewegungen, eine tolle, aufrechte Haltung, Kraft und innere Stärke. Das Geheimnis ist der ganzheitliche sanfte Ansatz: Kraftübungen, Stretching, Koordinationstraining und Atemtechnik werden zu einem Mix kombiniert, der das Körpergefühl spürbar verändert. Ausgehend von der Körpermitte – dem sogenannten Powerhouse – bringen langsam und konzentriert ausgeführte Übungen den Körper wieder ins Lot. Sie fühlen sich gestrafft und gleichzeitig aufgerichtet,

einfach fit.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Gymnastikmatte und warme Socken.

● **Kurs 9624****Sandra Thomé**

Mi. 09:30 – 10:45 Uhr

ab 12.02.2020, 14 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

23 UST, EUR 73,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Pilates**

Fit und vital Energie tanken. Das Body und Mind-Training setzt auf die Harmonie von Körper, Geist und Seele. Es verspricht geschmeidige Bewegungen, eine tolle, aufrechte Haltung, Kraft und innere Stärke. Das Geheimnis ist der ganzheitliche sanfte Ansatz: Kraftübungen, Stretching, Koordinationstraining und Atemtechnik werden zu einem Mix kombiniert, der das Körpergefühl spürbar verändert. Ausgehend von der Körpermitte – dem sogenannten Powerhouse – bringen langsam und konzentriert ausgeführte Übungen den Körper wieder ins Lot. Sie fühlen sich gestrafft und gleichzeitig aufgerichtet, einfach fit. Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Gymnastikmatte und warme Socken.

● **Kurs 9625****Sandra Thomé**

Mo. 17:30 – 18:45 Uhr

ab 10.02.2020, 14 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

23 UST, EUR 73,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Wassergymnastik**

Die Eigenschaften des Wassers werden genutzt, um mit den Inhalten wie Wassergymnastik, Aqua-Jogging, Aqua-Power und Gymnastik die Beweglichkeit sowie Kraft und Ausdauer zu verbessern.

● **Kurs 9626**

Ingrid-Carolin Maas, Ergotherapeutin

Do. 18:15 – 19:15 Uhr

ab 06.02.2020, 12 Termine

Trimmtreff Viktoria,

Köllertalstraße 143, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 38,00 (zzgl. Badekarte)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Wassergymnastik**

Die Eigenschaften des Wassers werden genutzt, um mit den Inhalten wie Wassergymnastik, Aqua-Jogging, Aqua-Power und Gymnastik die Beweglichkeit sowie Kraft und Ausdauer zu verbessern.

● **Kurs 9627**

Ingrid-Carolin Maas, Ergotherapeutin

Do. 19:15 – 20:15 Uhr

ab 06.02.2020, 12 Termine

Trimmtreff Viktoria,

Köllertalstraße 143, 66346 Püttlingen

16 UST, EUR 38,00 (zzgl. Badekarte)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

FITNESS**Abendkurs****Haltung und Bewegung für mehr Gesundheit 1**

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches ganzheitliches Körpertraining mit den Schwerpunkten „Mobilisation der Wirbel-

säule“ 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 und Steigerung der Ausdauer und verbessert die Koordination und Körperwahrnehmung.

Bitte Gymnastikmatte und Handtuch mitbringen! Die Lage unserer Sporthalle erlaubt uns bei gutem Wetter Außentraining an der frischen Luft!

● **Kurs 9628**

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

Do. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Anbau der St. Barbarahalle,

66346 Püttlingen-Ritterstraße

20 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Haltung und Bewegung für mehr Gesundheit 2**

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches ganzheitliches Körpertraining mit den Schwerpunkten „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 und Steigerung der Ausdauer und verbessert die Koordination und Körperwahrnehmung.

Bitte Gymnastikmatte und Handtuch mitbringen! Die Lage unserer Sporthalle erlaubt uns bei gutem Wetter Außentraining an der frischen Luft!

Bitte Gymnastikmatte und Handtuch

mitbringen! Die Lage unserer Sporthalle erlaubt uns bei gutem Wetter Außentraining

an der frischen Luft!

● **Kurs 9629**

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

Do. 18:45 – 19:45 Uhr

ab 06.02.2020, 15 Termine

Anbau der St. Barbarahalle,

66346 Püttlingen-Ritterstraße

20 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs**Zumba**

Zumba ist ein Tanz- und Fitnessprogramm für jedermann, unabhängig von Alter oder Fitnessstand. Entstanden in den USA, kombiniert Zumba Fitnessübungen mit lateinamerikanischen und internationalen Tanzschritten wie auch der aktuellsten Musik aus Südamerika. Mit dem Mix aus guter Laune und Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton werden Muskeln aufgebaut und gleichzeitig die Kondition verbessert.

● **Kurs 9630**

Giulia Maria Caspar,

Official Zumba-Instructor

Do. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 06.02.2020, 10 Termine

Anbau der St. Barbarahalle,

66346 Püttlingen-Ritterstraße

13 UST, EUR 31,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186

oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

KREATIVES GESTALTEN

NÄHEN

Vormittagskurs

Nähen und Zuschneiden

Nähere Informationen unter Fon 06806 48897. Bitte – wenn möglich – eigene Nähmaschine mitbringen!

● Kurs 9650

Birgit Rupp

Do. 09:00 – 11:15 Uhr

ab 06.02.2020, 12 Termine

Kindergarten Herz-Jesu,

Weinbergstr. 5, 66346 Köllerbach

36 UST, EUR 75,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Nähen und Zuschneiden

Nähere Informationen unter Fon 06806 48897. Bitte – wenn möglich – eigene Nähmaschine mitbringen!

● Kurs 9651

Birgit Rupp

Mi. 18:30 – 20:45 Uhr

ab 05.02.2020, 12 Termine

Kindergarten Herz-Jesu,

Weinbergstr. 5, 66346 Köllerbach

36 UST, EUR 75,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Nähen für EinsteigerInnen

Sie lernen die Grundlagen im Umgang mit der Nähmaschine, richtiges Zuschneiden, Nähen nach Fertigschnitten und wie man diese den eigenen Wünschen entsprechend abändert. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Jede/r Teilnehmer/in

wird individuell entsprechend seinem/ihrem Kenntnisstand betreut und kann ohne Themenvorgaben nähen, worauf er/sie Lust hat. Bitte, wenn möglich, eigene Nähmaschine mitbringen. Nähere Informationen unter: 0151/12491706

● Kurs 9652

Stefanie Pabst

Mo. 16:45 – 19:00 Uhr

ab 03.02.2020, 8 Termine

Kindergarten Herz-Jesu,

Weinbergstr. 5, 66346 Köllerbach

24 UST, EUR 50,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

KOCHEN UND ERNÄHRUNG

Bitte zu jedem Kurs Geschirrtücher mitbringen. Die Kosten für Lebensmittel werden pro Kursabend berechnet.

Abendkurs

Kochclub der Männer

Weitere Informationen unter Fon 06898 63797. Bitte Messer, Kochschürze, Geschirrtücher und Getränke mitbringen.

● Kurs 9660

Dieter Forster

Do. 17:45 – 22:00 Uhr

05.03., 19.03., 02.04.2020, 3 Termine

Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche 17 UST, EUR 18,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Kochclub der Frauen „Brutschelqueens“

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

● Kurs 9661

Anette Ehre

Do. 17:45 – 22:00 Uhr

13.02., 26.03., 30.04. und 28.05.2020,

4 Termine

Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche 22 UST, EUR 35,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Berliner

Der Kurs vermittelt die Grundkenntnisse, um schnell und unkompliziert Leckeres für die Kuchentafel zuzubereiten. Für Fragen steht Ihnen die Dozentin gerne unter 06806 4963791 zur Verfügung. Die Zutaten bringt jeder selbst mit – die Zutatenliste geht Ihnen nach Anmeldung zu. Rechtzeitig zur Faschingszeit backen wir leckere Berliner, gefüllt mit Konfitüre oder Pflaumen, aber gerne auch ohne Füllung. Die Liste der Zutaten, die mitzubringen sind, erhalten Sie nach der Anmeldung zum Kurs.

Bitte Geschirrtücher und Kuchen-/Tortenbehälter zum Transport mitbringen!

● Kurs 9662

Petra Maria Scheid

Fr. 07.02.2020, 18:00 – 20:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche EUR 15,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Abendkurs

Berliner Bobbes

Zum Valentinstag backen wir Berliner Bobbes, Teilchen aus ausgerolltem Mürbe-teig, gefüllt mit Marzipan, Mandeln, Rosinen

und Orangeat, mit Streuseln bedeckt und mit Puderzucker bestäubt. Die Liste der Zutaten, die mitzubringen sind, erhalten Sie nach der Anmeldung zum Kurs.

Bitte Geschirrtücher und Kuchen-/Tortenbehälter zum Transport mitbringen!

● **Kurs 9662A**

Petra Maria Scheid

Fr. 14.02.2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche
EUR 15,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Interessierte Teilnehmer können Kinder im Alter von 6-12 Jahren mitbringen.
Es wird ein Zeichenkurs für Anfänger parallel angeboten.*

Abendkurs

Herz-Pizza

Herzhaftes für die Zeit nach Fasching: Wir backen eine Herz-Pizza aus Hefeteig, belegt mit Tomaten, Käse und Basilikum. Die Liste der Zutaten, die mitzubringen sind, erhalten Sie nach der Anmeldung zum Kurs.

Bitte Geschirrtücher und Kuchen-/Tortenbehälter zum Transport mitbringen!

● **Kurs 9662B**

Petra Maria Scheid

Fr. 28.02.2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche
EUR 15,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Interessierte Teilnehmer können Kinder im Alter von 6-12 Jahren mitbringen.
Es wird ein Zeichenkurs für Anfänger parallel angeboten.*

Abendkurs

Rüblikuchen mit Marzipan-Rübli

In der Osterzeit darf er nicht fehlen: Der Rüblikuchen – gebacken mit Marzipan-Rübli. Die Liste der Zutaten, die mitzubringen sind, erhalten Sie nach der Anmeldung zum Kurs.

Bitte Geschirrtücher und Kuchen-/Tortenbehälter zum Transport mitbringen!

● **Kurs 9662C**

Petra Maria Scheid

Fr. 03.04.2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche
EUR 15,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Interessierte Teilnehmer können Kinder im Alter von 6-12 Jahren mitbringen.
Es wird ein Zeichenkurs für Anfänger parallel angeboten.*

Abendkurs

Ostertorte

Passend vor dem Feiertag backen wir gemeinsam eine Ostertorte aus Biskuitteig, nach Belieben zu Füllen und mit Schokolade verziert. Die Liste der Zutaten, die mitzubringen sind, erhalten Sie nach der Anmeldung zum Kurs.

Bitte Geschirrtücher und Kuchen-/Tortenbehälter zum Transport mitbringen!

● **Kurs 9662D**

Petra Maria Scheid

Do. 09.04.2020, 18:00 - 20:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche
EUR 15,00 (zzgl. Kosten f. Lebensmittel – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de
Interessierte Teilnehmer können Kinder im Alter von 6-12 Jahren mitbringen.*

Es wird ein Zeichenkurs für Anfänger parallel angeboten.

Tagesseminar

Brotbacken im Backhaus Rittenhofen

Vor Ort sind an die Dozentin die Kosten für Material und Benutzung in Höhe von EUR 18,00 in bar zu entrichten. Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Tasche für Brot mitbringen.

● **Kurs 9663**

Elisabeth Himbert

Sa. 29.02.2020, 09:30 – 13:30 Uhr
Backhaus Rittenhofen,
Rittenhofer Straße 43, 66346 Püttlingen
gebührenfrei

● **Kurs 9664**

Elisabeth Himbert

Sa. 16.05.2020, 09:30 – 13:30 Uhr
Backhaus Rittenhofen,
Rittenhofer Straße 43, 66346 Püttlingen
gebührenfrei
Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Wir zeichnen ein spannendes Abenteuer die Natur. Ihr braucht dazu nur einen Zeichenblock, einen Bleistift, Buntstifte und einen Spitzer.

Junge vhs

Anfänger-Zeichenkurs für Kinder von 6-12 Jahren

Die Kurse sind so gelegt, dass parallel dazu an gleicher Stelle (in der Gemeinschaftsschule Peter Wust) die Mütter/Väter einen Backkurs besuchen können.

● **Kurs 9671**

Torsten Staudt

Fr. 14.02.2020, 18:00 – 20:00 Uhr, 4 Termine
14.02., 28.02., 03.04. und 09.04.2020
Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche

10 UST, gebührenfrei
Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de

Floristik-Workshop

Abendkurs

Türkranz mit Bandschmuck

Ein Strohkranz dient als Basis. Dieser wird mit Heu und Grünzeug ummantelt. Lange Bänder und Kordeln werden eingearbeitet und das Ganze wird mit Zweigen und Zwiebeln ausgeschmückt.

Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!

● Kurs 9680

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 09.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Abendkurs

Floraler Webteppich als Wandschmuck

Zwei gleichlange Aststücke werden mit Naturbartsträngen miteinander verbunden. Danach verweben wir verschiedene Materialien, Floralien, Wolle, Zweige, Blätter zu einem Wandgeflecht.

Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!

● Kurs 9681

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 06.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

*Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Abendkurs

Windspiel als Fensterdekoration

Aus kleinen Flaschen, Frühlingsblumen, Grünzeug und Ästen fertigen wir ein Windspiel der besonderen Art.

Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!

● Kurs 9681A

Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 04.05.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

SCHMUCKDESIGN

Workshop

Schmuck selbst entwerfen und herstellen

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen, seien es Ohringe, Ketten, Engel, Ringe oder Armbänder. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung wie Glas- und Metallperlen, Polaris, versilberte Elemente u.v.m. Werkzeug wird gestellt.

Bitte eine kleine Stoffunterlage mitbringen!

● Kurs 9685

Eva Hentges

Mi. 01.04.2020, 18:00 – 19:30 Uhr
Kulturbahnhof Püttlingen,
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück)

Anmeldung erbeten im Service-Büro,

*Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

ZEICHNEN UND MALEN

Abendkurs

Zeichenwerkstatt: Portrait

Leichte und effektive Vorgehensweise – dieser Kurs kann auch als Vorbereitung zum Studium an einer Kunstschule genutzt werden.

● Kurs 9690

Olaf Reeck

Do. 18:45 – 20:45 Uhr
ab 06.02.2020, 16 Termine
Völklinger Straße 9, 66346 Püttlingen
43 UST, EUR 65,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

KERAMIK

Nachmittagskurs

Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene

Individuelles Arbeiten mit Ton, z. B. für Skulpturen, Stelen, Reliefs, Gefäße in Aufbautechnik; Glasieren der Werkstücke. Experimentelles Arbeiten, indem Tonobjekte z. B. mit Fundstücken, Metallschrott oder Naturmaterialien kombiniert werden. *In der Kursgebühr ist der Brand von Werkstücken von insgesamt 10 kg enthalten. Weitere Mengen werden gesondert abgerechnet. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt bis zur Vorbesprechung anmelden!*
Vorbesprechung: Di. 11.02.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.

● Kurs 9691

Christine Bender, Dipl.-Designerin

Di. 16:00 – 18:15 Uhr

ab 03.03.2020, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler (Werkraum)

30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten f. Material vor Ort zu bezahlen, s.o.)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***Nachmittagskurs****Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene**

Individuelles Arbeiten mit Ton, z.B. für Skulpturen, Stelen, Reliefs, Gefäße in Aufbautechnik; Glasieren der Werkstücke. Experimentelles Arbeiten, indem Tonobjekte z.B. mit Fundstücken, Metallschrott oder Naturmaterialien kombiniert werden. *In der Kursgebühr ist der Brand von Werkstücken von insgesamt 10 kg enthalten. Weitere Mengen werden gesondert abgerechnet. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt bis zur Vorbesprechung anmelden! Vorbesprechung: Di. 13.02.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● Kurs 9692

Christine Bender, Dipl.-Designerin

Do. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 27.02.2020, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler (Werkraum)

30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten f. Material vor Ort zu bezahlen, s.o.)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***Nachmittagskurs****Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene**

Individuelles Arbeiten mit Ton, z.B. für Skulpturen, Stelen, Reliefs, Gefäße in Aufbautechnik; Glasieren der Werkstücke. Experimentelles Arbeiten, indem Tonobjekte z.B. mit Fundstücken, Metallschrott oder Naturmaterialien kombiniert werden. *In der Kursgebühr ist der Brand von Werkstücken von insgesamt 10 kg enthalten. Weitere Mengen werden gesondert abgerechnet. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt bis zur Vorbesprechung anmelden! Vorbesprechung: Di. 13.02.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● Kurs 9693

Christine Bender, Dipl.-Designerin

Do. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 27.02.2020, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler (Werkraum)

30 UST, EUR 75,00 (zzgl. Kosten f. Material vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186 oder unter carmen.wamme@rvsbr.de***Aquarell****Nachmittagskurs****Aquarelltechnik (Anfänger/Fortgeschrittene)**

Individuelle Aufgabenstellung zum Erlernen der Grundtechniken und ihrer kreativen Weiterentwicklung durch verschiedene Mischtechniken.

● Kurs 9694

Maria Wolf

Do. 15:45 – 17:45 Uhr

ab 06.02.2020, 8 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,

Dozentinnen und Dozenten**SUSANNE HÜBSCHEN**

Floristin mit Herz

» Seit fast vierzig Jahren bin ich als Floristin tätig und habe an vielen Weiterbildungen und Workshops teilgenommen. Meine Kreativität und mein handwerkliches Können wollte ich für mich nutzen und eröffnete im Jahr 2005 meine eigene florale Werkstatt in Kleinblittersdorf. Für alle Blumenliebhaber und kreativen Menschen, die sich gerne als Floristin bzw. als Florist versuchen möchten, biete ich unter fachkundiger Anleitung das Gestalten floraler Kunstwerke an. Es macht mir große Freude, wenn am Ende meiner vhs-Kurse die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit wunderschönen Unikaten zufrieden nach Hause gehen. «

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
21 UST, EUR 54,00
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Abendkurs

Aquarelltechnik (Anfänger/Fortgeschrittene)

Beschreibung siehe Kurs 9694.

● Kurs 9695

Maria Wolf

Do. 17:45 – 19:45 Uhr

ab 06.02.2020, 8 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

21 UST, EUR 54,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

HOLZSCHNITZEN

Abendkurs

Holzschnitzen (für Anfänger und Fortgeschrittene)

In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Holzschnitzens sowie Kenntnisse über Holz, Werkzeuge, Pflege und das Schärfen der Schnitzwerkzeuge vermittelt. Es wird an Rohlingen – entweder nach Vorlagen oder eigenen Entwürfen – gearbeitet. Auch die Anfertigung von modernen Skulpturen wird vermittelt. Angesprochen sind Leute, die in unserem Alltagsstress einen Ausgleich suchen, indem sie sich künstlerisch und handwerklich betätigen. *Interessierte Neulinge bekommen auf Wunsch Werkzeuge gestellt. Bei Interesse ist ein informatives Telefonat mit dem Kursleiter unter Fon 06806 920550 möglich.*

● Kurs 9696

Randolph Wagner

Do. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 06.02.2020, 10 Termine
Gemeinschaftsschule Peter Wust (Werkraum)
30 UST, EUR 65,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

GESUNDHEITSBILDUNG

Vortrag

Gesunder Darm durch gesunde Ernährung

Auf Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) erläutert die Ernährungsberaterin, wie Verdauungsprobleme und dadurch hervorgerufene Beschwerden und Krankheiten mithilfe von Nahrungsmitteln beseitigt werden können, und wie Krankheiten nachhaltig vorzubeugen ist. Nahrungsmittel haben in der chinesischen Medizin eine besondere Bedeutung, werden wie eine Medizin betrachtet und daher gezielt zur Krankheitsvorbeugung oder zur Linderung von Beschwerden eingesetzt. Im Zentrum der Ernährungslehre nach TCM befindet sich der Darm als das wesentliche Organ für Wohlbefinden und Gesundheit.

● Kurs 9697

Jutta Bohlmann, Ernährungsberaterin

Fr. 28.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

Vortrag

Das Quartett des rheumatischen Formenkreises – Arthrose, Arthritis, Rheuma und Gicht im Vergleich

Die vier häufigsten Gelenkerkrankungen sind Arthrose, Arthritis, Rheuma sowie Gicht, denen allen gemeinsam die entzündlichen Prozesse sind, die schlussendlich zu Bewegungseinschränkungen und starken Schmerzen in den betroffenen Gelenken führen. Dieses Quartett gehört zu den Krankheiten des rheumatischen Formenkreises. Mit zunehmendem Alter kommt es bei jedem Menschen zum Gelenkverschleiß. Die Beschwerden lassen sich durch geeignete Maßnahmen erheblich lindern. Ursachen, Symptome und Prävention sowie Ernährungstipps und vieles mehr wird Ihnen in diesem Vortrag einfach und verständlich erklärt.

● Kurs 9698

Annette Georg, Heilpraktikerin

Fr. 06.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen
gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Service-Büro,
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898-691-186
oder unter carmen.wamme@rvsbr.de*

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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

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 berufs begleitende 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

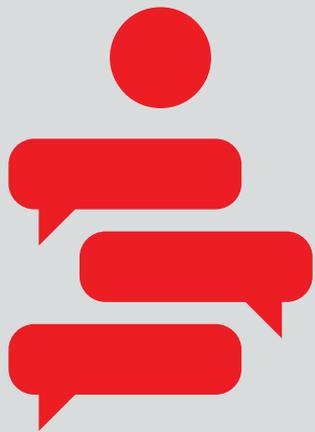
In den Gebäuden sowie auf dazugehörigem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Wir bitten, die Räume sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

11. Schlussbestimmung

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



Über Geld
sprechen
ist einfach.



sparkasse-saarbruecken.de

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

Wenn's um Geld geht



Sparkasse
Saarbrücken