



*Ich will's  
Wissen!*

Karin, 42 Jahre,  
besucht den Englischkurs  
„Reading Circle“.

**PROGRAMM  
HERBST | WINTER 2020**

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

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken  
Püttlingen

  
**REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN**

# Das vhs Programm Herbst | Winter 2020 Püttlingen ist da



Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

die letzten Wochen und Monate haben uns nachdrücklich gezeigt, wie wichtig uns ein soziales und kulturelles Miteinander, ein gemeinsames Lernen, ist. Wir gehen zuversichtlich in das neue Kurshalbjahr und freuen uns, dass unsere Volkshochschule wieder zum gewohnten und geschätzten Ort der Begegnung werden wird. Dies selbstverständlich im Einklang mit den geltenden Hygiene- und Sicherheitsregelungen.

Wie in jedem Semester hat das Team der Volkshochschule ein umfangreiches Programm für Sie erarbeitet. Nach wochenlang sehr stark eingeschränktem Kursbetrieb, freuen wir uns umso mehr über unsere bunten und vielfältigen Angebote.

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](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



**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

- Gemeinschaftsschule Peter Wust  
Pickardstr. 33, 66346 Püttlingen
- Grundschule Pater Eberschweiler  
Goethestr. 11, 66346 Püttlingen
- Gymnastikhalle  
Kindergarten „Am Schlösschen“  
Völklinger Str. 19, 66346 Püttlingen
- Kulturbahnhof Püttlingen  
Bahnhofstr. 74-76, 66346 Püttlingen
- Pilgersaal  
im Kloster Heilig Kreuz Püttlingen  
Völklinger Str. 197, 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
- Werkstatt  
Völklinger Str. 9, 66346 Püttlingen

## 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. 26.10.2020 | 17 Uhr



## Semestereröffnung der vhs Regionalverband Saarbrücken

- › Kurze Begrüßung durch Peter Gillo, Regionalverbandsdirektor und Dr. Carolin Lehberger, vhs-Direktorin
- › Bildvortrag: „Meer Nachhaltigkeit“ von Dr. Frauke Bagusche, Meeresbiologin und Autorin
- › Musikalische Umrahmung: Musikschule Christine Chun mit Wenning Du, Lukas Rohrer, Benjamin und Florian Mersch
- › Ehrung des langjährigen Leiters der Volkshochschule Dudweiler Michael Wagner

Anmeldung erforderlich unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de) oder [vhsinfo@rvsbr.de](mailto:vhsinfo@rvsbr.de)

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



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



## NATUR UND UMWELT

### Vortrag mit Diskussion

#### Kann die Energiewende in Deutschland und im Saarland funktionieren und bleibt sie bezahlbar?

Die Energiewende ist in Deutschland seit Jahren in aller Munde. Ausstieg aus der Kernenergie, Ausstieg aus der Kohleverstromung und Erhöhung des Anteils Erneuerbarer Energien. Gleichzeitig ehrgeizige Klimaschutzziele. Kann das in Deutschland und im Saarland funktionieren? Was bedeutet es für die Bürgerinnen und Bürger? Bleibt die Energiewende bezahlbar? Auf diese Fragen versucht Dr. Michael Brand, Kaufmännischer Geschäftsführer des Instituts für Zukunfts-Energie- und Stoffstromsysteme (IZES gGmbH) Antworten zu geben. Im Anschluss an den Vortrag ist eine Diskussion möglich.

● Kurs 9501

**Dr. Michael Brand, Geschäftsführer IZES gGmbH**

Mo. 02.11.2020, 19:30 – 21:00 Uhr  
Kulturbahnhof Püttlingen,  
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen  
gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Kulturbahnhof  
Püttlingen, Tel. 06898 63756.*

### Vortrag mit Diskussion

#### Batteriespeicher-Solarstrom speichern und Eigenverbrauch erhöhen!

Dr. Bodo Groß von der IZES gGmbH führt in die Thematik ein. Anschließend informieren Jörg Müller und Michael Langenberger von der sonalis GmbH über die Kombination einer Photovoltaik-Anlage mit einem modernen Batteriespeicher. Durch diese Kombination lässt sich der Eigenverbrauch deutlich steigern. Anhand von Praxisbeispielen erhalten die Teilnehmer Einblick in die Technologie und die Wirtschaftlichkeit eines solchen Systems. Im Anschluss an den Vortrag stehen sie für Fragen zur Verfügung.

● Kurs 9502

**Dr. Bodo Groß, Leiter des Arbeitsfeldes Technische Innovationen der IZES gGmbH/  
Jörg Müller, Vertriebsleiter sonalis GmbH/  
Michael Langenberger, Technischer Leiter sonalis GmbH**

Mo. 07.12.2020, 19:30 – 21:00 Uhr  
Kulturbahnhof Püttlingen,  
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen  
gebührenfrei

*Anmeldung erbeten im Kulturbahnhof  
Püttlingen, Tel. 06898 63756.*

### Wanderung

#### Grenzsteinwanderung Ritterstraße und Umgebung

Wir fahren vom Treffpunkt mit wenigen Autos zum Parkplatz Ecke Von-der-Heydt-Straße/In der Rösselwies. Von dort wandern wir links über den Waldweg in Richtung Schocksberg/Riegelsberg, sodann an der Riegelsberger und Engelfanger Banngrenze entlang wieder zurück zum Ausgangspunkt am Parkplatz Espenwald.

Die Strecke ist ca. 2,2 km lang.  
*Bitte festes Schuhwerk anziehen.*

● Kurs 9503

**Thomas Besse, (Denkmalbeauftragter), Riegelsberg**

Sa. 07.11.2020, 14:00 – 16:15 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz bei der Sportanlage  
Espenwald (Vorne beim DJK Püttlingen)  
gebührenfrei

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

## WALDPÄDAGOGIK

### Wochenendkurs

#### Märchen-Schatzsuche

Wenn im Herbst die Tage kürzer werden, beginnt die Zeit der Märchen, und heute sind an verschiedenen Stellen im Wald Tier- und Waldmärchen versteckt: auf einer Märchenschatzkarte sind die Fundstellen eingezeichnet und zur Not haben wir auch ein modernes GPS-Gerät dabei. Wenn wir das Märchen gefunden haben, wird es sogleich erzählt. Nachdem sich die Teilnehmer gestärkt haben geht es gleich weiter zum nächsten Märchen. Die waldpädagogische Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Bitte wetterangepasste Kleidung anziehen.

● Kurs 9510

**Arnulf F. Staap, Dipl.-Forstwirt, Waldpädagoge**

Sa. 31.10.2020, 15:00 – 17:00 Uhr  
„Jungenwald“ Elm, Waldparkplatz an der  
F 423 (neuer Laufftreff) oberhalb Kölln-  
Rittenhofen  
EUR 5,00 (Kinder unter 3 Jahren gebührenfrei)

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

**Vortrag****Waldpädagogik**

Der Diplom-Forstwirt und Waldpädagoge Arnulf F. Staap arrangiert seit vielen Jahren Waldprojekte mit Kindertageseinrichtungen, organisiert Familienveranstaltungen im Wald und hält Fortbildungen für pädagogische Mitarbeiter. Er hat auch an der Gründungsvorbereitung von Waldkindergärten mitgewirkt.

In dem Multi-Media-Erlebnisvortrag erläutert er die Grundlagen der Waldpädagogik und zeigt Beispiele von Kindergärten „ohne Dach und Wände“ auf.

Praktische Einblicke in die Arbeit der Waldkitas können die Teilnehmer am Folgetag im Rahmen einer Waldexkursion (Kursnummer 9512) erfahren: Im Wald am Fuße der Bergehalde Viktoria erleben die Teilnehmer, wie sich ein Tag im Waldkindergarten gestaltet.

Die Veranstaltung richtet sich an alle interessierten Personen, an Eltern und an MitarbeiterInnen in Einrichtungen für Kinder.

● **Kurs 9511****Arnulf F. Staap, Dipl.-Forstwirt, Waldpädagoge**

Fr. 06.11.2020, 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*

**Exkursion****Waldpädagogik – Waldkindergarten**

Praktische Einblicke in die Arbeit der Waldkitas erfahren Sie im Rahmen einer Waldexkursion, basierend auf dem Vortrag vom 06.11.2020 (Kursnummer 9511). Hierfür ist wetterfeste, warme und trockene Kleidung und festes Schuhwerk

empfehlenswert.

● **Kurs 9512****Arnulf F. Staap, Dipl.-Forstwirt, Waldpädagoge**

Sa. 07.11.2020, 10:00 – 13:00 Uhr  
„Jungenwald“ Elm, Waldparkplatz an der F 423 (neuer Laufftreff) oberhalb Kölln-Rittenhofen  
EUR 5,00 (Kinder unter 3 Jahren gebührenfrei)

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

**Wochenendkurs****Traditioneller Winterspaziergang**

Auch im Winter lädt uns der Wald herzlich ein: Wir machen einen Winterspaziergang mit Tieren. Je nach Situation begleiten uns die Lamas Sancho und Diego mit der Ziege Paula, wenn sogar Schnee liegt, kommt auch Esel Anton mit seinem Eselschlitten. Schnell lernen wir den Umgang mit den Tieren kennen und machen uns auf den Weg. Unterwegs erfahren wir einiges über unsere tierischen Begleiter, erkunden den Wald und machen ein kleines Picknick.

*Bitte heiße Getränke für Groß und Klein mitbringen, und – wenn Schnee liegt – vielleicht auch einen Schlitten!*

● **Kurs 9513****Arnulf F. Staap, Dipl.-Forstwirt, Waldpädagoge**

Sa. 30.01.2021, 15:00 – 17:00 Uhr  
„Jungenwald“ Elm, Waldparkplatz an der F 423 (neuer Laufftreff) oberhalb Kölln-Rittenhofen  
EUR 5,00 (Kinder unter 3 Jahren gebührenfrei)

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

**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 9517****Steffen Hällmayr, Dirigent und Pianist**

Sa. 07.11.2020, 11:00 – 12:30 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*

**Lichtbildervortrag****Marokko – Kasbash, Kobras und Sahara**

Die Reise des Autors führte über die Königsstädte Rabat, Meknes und Fes bis in den tiefen Süden dieses faszinierenden Landes und an den Rand der Sahara. Aber auch die Küstenstädte Casablanca, Agadir und Essaouira wurden besucht und natürlich Marrakesch, die „Perle“ Marokkos. Ein Videofilm in Großprojektion, der Reiseträume weckt!

## ● Kurs 9518

**Norbert Lohmann**

Fr. 04.12.2020, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Kulturbahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 74, 66346 Püttlingen  
 gebührenfrei  
*Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
 Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
 oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto: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 Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen, die sich er der lokalen und regionalen Geschichte widmen, auf dem Programm. 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 9520

**Monika Jungfleisch, Journalistin**

Di. 11:00 – 12:30 Uhr, 4 Termine  
 03.11., 01.12., 15.12.2020 und 19.01.2021  
 Kulturbahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 74, 66346 Püttlingen  
 8 UST, gebührenfrei

**Abendkurs****Sütterlinschrift**

*Abendkurs zum Lesen und Verstehen alter Dokumente, Briefe und Postkarten in Sütterlin- und Kurrentschrift.*

Oft finden sich im Nachlass von Urgroßeltern, Großeltern, Onkeln, Tanten oder sonstigen Verwandten wertvolle Familiendokumente 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 gültigen „Sütterlinschrift“ verfasst sind. Dem will dieser Kurs abhelfen.

## ● Kurs 9521

**Helmut Grein**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 29.10.2020, 5 Termine  
 Kulturbahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)*

**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.

**Dozentinnen und Dozenten****ARNULF F. STAAP ALIAS****„DER WILDE JÄGER MALTIZ“***Waldpädagoge aus Leidenschaft*

» Vor mehr als fünfzehn Jahren hat der Förster und Waldpädagoge Arnulf F. Staap zusammen mit der Volkshochschule Saarbrücken-Dudweiler die Reihe „Waldspielplätze“ ins Leben gerufen: Einmal im Monat treffen sich Familien mit Kindern im Wald, um gemeinsam einen unterhaltsamen und informativen Nachmittag zu verbringen. Diese Kurse zielen darauf ab, Eltern und Kindern zu jeder Jahreszeit und bei jedem Wetter Möglichkeiten naturnaher Freizeitgestaltung im heimatlichen Wald aufzuzeigen.

So stehen regelmäßig Waldolympiaden, Fußzapfenwaldmeisterschaften, Weihnachtsfeiern, Theater- und Märchentage, Spielesonntage und sogar Feste mit Waldgeistern auf dem Programm. Auch finden regelmäßig Aktionen mit Eseln, Lamas und auch Schafen statt. <<

**Vortrag****50 Jahre Stadt Püttlingen**

## ● Kurs 9525

**Rudolf Müller, Bürgermeister a. D.**

Mi. 18.11.2020, 16:00 – 17:30 Uhr  
 Saarl. Uhrenmuseum, Engelfanger Str. 3,  
 66346 Püttlingen-Köllerbach  
 gebührenfrei

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

**Vortrag****Die Entwicklung des Uhrenpendels**

## ● Kurs 9526

**Dr. Dietmar Schuler**

Mi. 20.01.2021, 16:00 – 17:30 Uhr  
 Saarl. Uhrenmuseum, Engelfanger Str. 3,  
 66346 Püttlingen-Köllerbach  
 gebührenfrei

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

**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 und einfach Zusammen sein? Ich bin für Dich da? braucht: Inseln der Ruhe und Stres-freiheit, der Achtsamkeit, des Dialoges und der gemeinsamen Gestaltung. Wir schauen mit vielen praktischen Übungen nach konstruktiven Möglichkeiten der gemeinsamen Entwicklung.

## ● Kurs 9530

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

Di. 24.11.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 74, 66346 Püttlingen  
 gebührenfrei

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

**Vortrag****Motivierende (Eltern-)Gespräche**

Reden ist Silber – sich ausdrücken ist Gold.

Wie kann ich meine Kommunikations- und Gesprächsführungskompetenzen verbessern – im Alltag und am Arbeitsplatz und insbesondere in Gesprächen mit den Lehrkräften und ErzieherInnen meines Kindes oder auch mit meinem Kind? Was kann ich tun, wenn`s schwierig scheint und Widerstände auftreten? Mit Bausteinen aus der systemischen Beratung und „motivierenden Gesprächsführung“ arbeiten wir an einer wertschätzenden und ressourcenorientierten Haltung – auch bei Problemen.

Sie erhalten viele konkrete Tipps und methodisches „Handwerkzeug im Werkzeugkoffer“, das Sie in allen Kontexten anwenden können.

## ● Kurs 9531

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

Do. 04.02.2021, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Kulturnahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 74, 66346 Püttlingen  
 gebührenfrei  
*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 26.10.2020, 10 Termine  
 Kulturnahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 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 Englisch-Unterricht.

## ● Kurs 9561

**Peter Meyer**

Di. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 27.10.2020, 15 Termine  
 Kulturnahnhof Püttlingen,  
 Bahnhofstraße 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 27.10.2020, 15 Termine

Kulturnahnhof 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Vormittagskurs****Englisch B1**● **Kurs 9563**

**Gert Biehl**

Di. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 27.10.2020, 15 Termine

Kulturnahnhof 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Französisch****Vormittagskurs****Französisch – leichte Konversation A2**● **Kurs 9571**

**Gert Biehl**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 28.10.2020, 15 Termine

Kulturnahnhof 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Spanisch****Abendkurs****Spanisch A2 Stufe 4**● **Kurs 9580**

**Elpidia Calderon-Bolanos**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 27.10.2020, 15 Termine

Kulturnahnhof 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Frauen-, Mütter- und Elternkurse  
(Mama lernt Deutsch)**

Sie möchten gern Deutsch lernen, hatten aber bisher noch keine Gelegenheit.

Vielleicht haben Sie schon einen Integrationskurs besucht, aber schon viel vergessen.

Sie möchten Ihre Deutschkenntnisse vertiefen oder sich einfach im Alltag zurechtfinden und mit anderen austauschen?

Unsere Kurse richten sich an Mütter, Frauen und Familien mit Kindern, die neu zugewandert sind oder schon länger in Deutschland leben.

In einer kleinen Gruppe beschäftigen Sie sich mit Themen aus Ihrem Alltag:

- Vorsorgeuntersuchungen für Kleinstkinder, was steht im Impfpass?
- Post von Ämtern und Behörden
- Kita und Schule, was ist wichtig?
- Einen Mietvertrag abschließen
- Meine Stromrechnung, was bedeutet sie?

Sie könnten auch gern selbst Vorschläge machen und in den Unterricht mitbringen. Sie lernen Deutsch, das Sie direkt in der Praxis anwenden können.

Der Unterricht ist kostenfrei. Sie können auch nach Kursbeginn noch dazukommen.

Mo., 10.00 – 11.30 Uhr

Ab 02.11.2020

Kulturnahnhof Püttlingen

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Nadja Bernardini, Koordinatorin Mamakurse/Deutsch ab 3

E-Mail: [nadja.bernardini@rvsbr.de](mailto:nadja.bernardini@rvsbr.de)

Tel. 0681 506-4361

## PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

### Workshop

#### Mit Achtsamkeit und alltagstauglichen Übungen zu mehr Lebensqualität – Anregungen zu fundierter täglicher Stress- und Burnout-Prophylaxe

Dieser Basis-Workshop wendet sich an Menschen, die sich selbst und ihr persönliches Stresserleben bereits in den Blick genommen haben:

Denn Erkennen kommt vor Veränderung! Wir werden uns sowohl mit wissenschaftlich fundierten Konzepten beschäftigen als auch praktische Übungen umsetzen, die im täglichen Leben direkt wirkungsvoll nutzbar sind. Neben dem konkreten Üben von Achtsamkeit wird Thema sein:

- Was bedeutet Achtsamkeit und wie wirkt sie auf unser Gehirn?
- Wie wirkt sich Achtsamkeit auf Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit aus?

*Bringen Sie bitte unbedingt eine Matte und eine Decke mit!*

Ein Aufbau-Workshop mit fortgeschrittenen Übungen und Themen ist geplant!

#### ● Kurs 9590

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

Fr. 29.01.2021, 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*

### Workshop

#### Sich für die Freude entscheiden: Ein Leitfaden zu einem glücklicheren Leben in kleinen Schritten

Sich für ein zufriedeneres Leben entscheiden: geht das überhaupt?

Spätestens Ende Januar sind die guten

Vorsätze zum Neuen Jahr verfliegen! Dabei gibt es eine sehr effektive und nachhaltige Methode und Geisteshaltung, um erfolgreich zu werden und zu bleiben!

Was Erfolg für jeden Einzelnen bedeutet, ist sehr individuell: können wir also auch ein freudvolles Leben planbar erreichen? Und in welchen Schritten geht das?

Kleine Schritte sind das Kernelement von Kaizen, einem alten philosophischen Weg: Freuen Sie sich auf eine neue und humorvolle Sichtweise auf althergebrachte Denkgewohnheiten!

Weitere Themen:

- Wirkung von Kaizen auf das Gehirn
- Zusammenhang von Kaizen und Stresserleben

#### ● Kurs 9591

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

Fr. 26.02.2021, 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*

### Wochenend-Workshop

#### Besser kontern – schlagfertiger werden (Schlagfertigkeitstraining)

Schlagfertigkeit macht unter 5 % unserer gesamten Kommunikation aus. Trotzdem beschäftigen uns manche Situationen noch Monate – ja sogar Jahre später – weil wir nicht schlagfertig waren. Generell haben wir drei Sekunden Zeit, um schlagfertig zu sein. Die passende Antwort fällt uns meistens durchaus ein – allerdings erst eine halbe Stunde später. Im Training lernen Sie, in den verschiedensten Momenten garantiert schlagfertig zu reagieren – und warum Sie sich nicht jeden Schuh anziehen müssen, der Ihnen

manchmal hingestellt wird. Das Ziel: in Zukunft nie mehr sprachlos zurückbleiben. Lieber eine Antwort als keine Antwort. Meistens.

#### ● Kurs 9593

**Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer**

Sa. 13.02.2021, 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*

### Wochenend-Workshop

#### Körpersprache

Auch wenn wir nichts sagen, sprechen wir – mit unserem Körper. D. h., wir kommunizieren immer – ob es uns passt oder nicht.

Lernen Sie in diesem Seminar, welche Körpersprache wirkt – und wie Sie die anderen über deren Körpersprache besser einschätzen können.

Welche Mimik und Gestik wirken positiv? Wie können wir die Macht unserer Augenbrauen gezielt nutzen? Welchen räumlichen Abstand sollten andere Menschen von uns halten – und wir von Ihnen? Kommunikationstrainer Uwe Loll führt durch das Seminar mit vielen praktischen Tipps und Hinweisen. Garantiert keine graue Theorie!

#### ● Kurs 9594

**Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer**

Sa. 21.11.2020, 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****Kompaktkurs Smartphone und Tablet mit Android-System**

Die wohl am meisten genutzten Funktionen an Smartphone und Tablet sind Fotografieren, Suchen im Internet und die Kommunikation mit WhatsApp.

Nach dem Erlernen der Grundfunktionen und Bedienungen des Gerätes werden die Möglichkeiten der Kamera gelernt und ausprobiert. Die Bilder können mit einem Bildbearbeitungsprogramm optimiert werden, das kostenlos im Internet erhältlich ist. Diese werden automatisch in der Galerie gespeichert und stehen bereit zum Versenden mit dem Kommunikationsprogramm „WhatsApp“. Zuvor werden wichtige Einstellungen und Funktionen dieser Anwendung erklärt, bspw. Texte formatieren und verschicken, Videoanrufe und Konferenzen tätigen, Dokumente verschicken, etc. Weitere Themen können während des Kurses gemeinsam erörtert werden.

*Voraussetzung ist ein vollgeladenes Smartphone, bzw. Tablet mit Android-Betriebssystem und ein eingerichtetes Google-Konto.*

● **Kurs 9602****Lothar Strobel**

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 03.02.2021, 4 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen,

Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen

12 UST, EUR 48,00

*Anmeldung erbeten im Service-Büro, Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186 oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto: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 26.10.2020, 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](mailto: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 26.10.2020, 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)*

**Nachmittagskurs****Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

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

● **Kurs 9614****Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Di. 17:15 – 18:15 Uhr

ab 27.10.2020, 12 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)*

**Abendkurs****Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

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

● **Kurs 9615****Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Di. 18:30 – 19:30 Uhr

ab 27.10.2020, 12 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](mailto: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 04.01.2021, 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**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 04.01.2021, 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Nachmittagskurs****Yoga für Neu- und Wiedereinsteiger**

Vinyasa Power Yoga ist ein dynamischer Yogastil, bei dem einzelne Haltungen (Asanas) zu fließenden Sequenzen verbunden werden. Die Abläufe sind so aufgebaut, dass der Körper optimal vorbereitet wird für die jeweils nächste Sequenz. Dadurch entstehen sanfte bis kraftvolle Flows, die Dich auf eine Reise

zu Dir selbst führen. Fester Bestandteil der Yogastunden sind Pranayama (Atemübung), Asana (Körperübung) und Meditation.

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die erste Erfahrungen im Yoga machen oder nach längerer Pause wieder einsteigen möchten. Es bedarf keiner besonderen Voraussetzungen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Handtuch, leichte Decke, Yogablöcke falls vorhanden.

## ● Kurs 9618

**Nina Klasen**

Mi. 17:45 – 19:15 Uhr

ab 28.10.2020, 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Abendkurs****Yoga für Neu- und Wiedereinsteiger**

Bitte mitbringen: Yogamatte, Handtuch, leichte Decke, Yogablöcke falls vorhanden.

## ● Kurs 9619

**Nina Klasen**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 28.10.2020, 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](mailto: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 28.10.2020, 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](mailto: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. 19:15 – 20:15 Uhr

ab 28.10.2020, 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](mailto: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. 20:30 – 21:30 Uhr  
ab 28.10.2020, 12 Termine  
Gymnastikhalle Kindergarten  
„Am Schösschen“

16 UST, EUR 45,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

### 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 28.10.2020, 14 Termine  
Kulturbahnhof 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

### Nachmittagskurs

#### Pilates

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung,  
Gymnastikmatte und warme Socken.

#### ● Kurs 9625

#### Sandra Thomé

Mo. 17:30 – 18:45 Uhr  
ab 02.11.2020, 13 Termine  
Kulturbahnhof Püttlingen,  
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen  
22 UST, EUR 68,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

### Fitness

#### Abendkurs

#### Haltung und Bewegung für mehr Gesundheit

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 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. 18:45 – 19:45 Uhr  
ab 29.10.2020, 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](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

### Nachmittagskurs

#### 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 einem Mix aus guter Laune und Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton werden Muskeln aufgebaut und gleichzeitig die Kondition verbessert.

#### ● Kurs 9629

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

Do. 17:30 – 18:30 Uhr  
ab 29.10.2020, 15 Termine  
Anbau der St. Barbarahalle Ritterstraße  
Theodolinde-Katzenmaier-Straße 1,  
66346 Püttlingen-Ritterstraße  
20 UST, EUR 47,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

### Abendkurs

#### Zumba

#### ● Kurs 9630

#### Giulia Maria Caspar, Official Zumba-Instructor

Do. 20:00 – 21:00 Uhr  
ab 29.10.2020, 15 Termine  
Anbau der St. Barbarahalle Ritterstraße  
Theodolinde-Katzenmaier-Straße 1,  
66346 Püttlingen-Ritterstraße  
20 UST, EUR 47,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Abendkurs****Zumba**

## ● Kurs 9631

**Melanie Koslowsky, zert. Zumba-Instruktorin für Zumba-Fitness und Zumba-Kids**

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 30.10.2020, 15 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten,

„Am Schlösschen“

20 UST, EUR 47,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Junge vhs****Yoga für Kinder im Grundschulalter**

Entspannungsübungen, um den Körper zu spüren, den Körper zu fordern, Stress abzubauen sind Ziele des Yoga. Alle Arten von Ritualen geben Kindern Sicherheit, Geborgenheit, schaffen Vertrauen und erleichtern ihnen, Schritt für Schritt den Weg in die Eigenständigkeit.

Bitte bequeme Kleidung, Kissen und Gymnastikmatte mitbringen!

## ● Kurs 9632

**Petra Weiland, DTB-Kursleiterin Pilates, DTB-Yogalehrerin**

Mi. 17:00 – 17:45 Uhr

ab 28.10.2020, 12 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten, „Am Schlösschen“

12 UST, EUR 40,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Fon 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto: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 29.10.2020, 12 Termine

Werkstatt,

Völklinger Straße 9, 66346 Püttlingen

36 UST, EUR 75,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto: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 28.10.2020, 12 Termine

Werkstatt,

Völklinger Straße 9, 66346 Püttlingen

36 UST, EUR 75,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**Nachmittagskurs**

Sie lernen einfache Näharbeiten wie kleine Kosmetiktaschen, Utensilos, „Verzierten“, Kissenhüllen u. ä. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte, wenn möglich, eigene Nähmaschine mitbringen.

## ● Kurs 9652

**Claudia Pytteik**

Mo. 16:45 – 19:00 Uhr

ab 26.10.2020, 8 Termine, 14-tägig

Werkstatt, Völklinger Straße 9,

66346 Püttlingen

24 UST, EUR 50,00

Anmeldung erbeten im Service-Büro,  
Rathaus Püttlingen, Tel. 06898 691-186  
oder unter [carmen.wamme@rvsbr.de](mailto:carmen.wamme@rvsbr.de)

**KOCHEN UND ERNÄHRUNG**

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

**Nachmittagskurs****Kochclub der Frauen****„Bruschelqueens“**

Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen.

## ● Kurs 9661

**Anette Ehre**

Do. 17:45 – 22:00 Uhr

ab 29.10.2020, 5 Termine

Gemeinschaftsschule Peter Wust, Küche

28 UST, EUR 44,00 (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](mailto: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 nachhaltig Krankheiten 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 9665

#### Jutta Bohlmann, Ernährungsberaterin

Fr. 13.11.2020, 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

#### Das bisschen Zucker macht doch nichts – Diabetes mit Messer und Gabel besiegen

12 % der deutschen Bevölkerung leiden an der Stoffwechselerkrankung Diabetes mellitus. Durch unsere steigende Lebenserwartung steigt auch leider das Risiko für bestimmte Erkrankungen. Mit gesunder Ernährung, einer gesunden Lebensweise und geeigneter Bewegung lässt sich eine Erkrankung an Diabetes mellitus Typ 2 gut vorbeugen oder sogar verhindern.

Der Vortrag beschränkt sich mit den individuellen Risikofaktoren für diese Erkrankung und was jeder tun kann, um diese zu reduzieren.

Eine Ernährungsumstellung und mehr Bewegung im Alltag können den Diabetes mellitus verhindern.

Wie kann ich vorbeugen? Nehmen Sie sich eine Stunde Zeit für Ihre Gesundheit!

#### ● Kurs 9666

#### Annette Georg, Heilpraktikerin

Fr. 20.11.2020, 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*

## FLORISTIK

### Abendkurs

#### Adventskranz

Alle Jahre wieder ... Weshalb nicht einmal einen professionellen und festlichen Adventskranz selber binden oder stecken? Mit der richtigen Technik, fachlicher Unterstützung und einer Auswahl verschiedener Materialien gelingt das bestimmt. Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!

#### ● Kurs 9680

#### Susanne Hübschen, Floristin

Mo. 23.11.2020, 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*

## 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. «

**Abendkurs****Winterreif fürs Fenster**

Zapfen, Grün und Glanz – das sind die Zutaten für eine schöne, winterliche Dekoration. Lichterketten erhellen die dunkle Zeit im Jahr. Eukalyptus und winterliches Grün sorgen für weihnachtlichen Duft.

*Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!*

● **Kurs 9681**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 30.11.2020, 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****Floristik-Grundtechniken**

Möchten Sie die diversen Techniken und Handgriffe der Floristik erlernen, um später selbst Sträuße zu binden oder Gestecke und Kränze zu kreieren?

Dieser Kurs bietet Ihnen Grundlagen, die Sie in weiteren Kursen vertiefen und verfeinern können. Praktische Anwendung: 1 Strauß, 1 Gesteck, 1 Kranz.

*Bitte Gartenschere, Messer und Drahtschere mitbringen!*

● **Kurs 9682**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 25.01.2021, 19:00 – 21:15 Uhr  
Kulturbahnhof Püttlingen,  
Bahnhofsstraße 74, 66346 Püttlingen  
9 UST, EUR 36,00 (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. 02.12.2020, 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 9687**

**Olaf Reeck**

Do. 18:45 – 20:45 Uhr  
ab 29.10.2020, 16 Termine  
Pilgersaal im Kloster Heilig Kreuz Püttlingen, Völklinger Str. 197, 66346 Püttlingen  
42 UST, EUR 65,00 (zzgl. Kosten für 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 9688**

**Maria Wolf**

Do. 15:45 – 17:45 Uhr  
ab 29.10.2020, 8 Termine  
Kulturbahnhof 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*

**Nachmittagskurs****Aquarelltechnik (Anfänger/Fortgeschrittene)**● **Kurs 9689**

**Maria Wolf**

Do. 18:00 – 20:00 Uhr  
ab 29.10.2020, 8 Termine  
Kulturbahnhof 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*

**KERAMIK****Nachmittagskurs****Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene**

Individuelles Arbeiten mit Ton – von der Idee über das kreative Erstellen bis hin zum Glasieren der Werkstücke (z. B. Skulpturen, Stelen, Reliefs, Gefäße). Wir arbeiten in Aufbautechnik. Durch Kombination der Werkstücke mit Fundstücken, Metallschrott, Naturmaterialien werden die Möglichkeiten, kreative Ideen umzusetzen, noch einmal erweitert. Bei der Einführungsveranstaltung werden Kursthema und allgemeine Fragen besprochen, damit am ersten Kurstag sofort kreativ gestartet werden kann. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden.

*Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt vor Kursbeginn anmelden!*  
*Vorbesprechung: Di. 27.10.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9691****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Di. 16:00 – 18:15 Uhr  
 ab 03.11.2020, 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*

**Nachmittagskurs****Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene**

*Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt vor Kursbeginn anmelden!*  
*Vorbesprechung: Do. 29.10.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9692****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 14:00 – 16:15 Uhr  
 ab 05.11.2020, 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*

**Nachmittagskurs****Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene**

*Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitte unbedingt vor Kursbeginn anmelden!*  
*Vorbesprechung: Do. 29.10.2020 um 16:00 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9693****Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 16:30 – 18:45 Uhr  
 ab 05.11.2020, 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*

**HOLZSCHNITZEN****Abendkurs****Holzschneiden (für Anfänger und Fortgeschrittene)**

In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Holzschneidens 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, in dem 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 29.10.2020, 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*



## Wissen verschenken – mit unserem vhs-Geschenkgutschein!

- Ein besonderes Geschenk – für viele Anlässe passend und individuell nutzbar
- Auswahl aus über 3.000 Kursen und Veranstaltungen pro Jahr: Sprachkurse, Kreativangebote, Yoga, Tabletkurse oder kulinarische Wanderungen u.v.m. in Form von Vorträgen, Einzelveranstaltungen, regelmäßig stattfindenden Kursen oder Wochenendworkshops
- Für neue Erfahrungen oder zur Vertiefung bestehender Interessen
- Für nachhaltiges Schenken mit Sinn

### Nähere Infos:

Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken  
ZENTRALER SERVICE

Altes Rathaus | Schlossplatz 1-2 | 66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4343 | [vhsinfo@rvsbr.de](mailto:vhsinfo@rvsbr.de)

Servicezeiten:

Mo–Mi 07.30 bis 17.00 Uhr

Do 07.30 bis 19.00 Uhr

Fr 07.30 bis 15.00 Uhr

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

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## 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 65 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.

Unbeschadet der Möglichkeit eines Rücktritts nach den grundsätzlichen Fristen verlängert sich für den Fall, dass eine Vertragspartei an der Erfüllung des Vertrages durch höhere Gewalt wie Krieg, Endemie, Pandemie, schwere Überschwemmung, Feuer, Taifun, Sturm und Erdbeben, gehindert ist, den Vertrag zu erfüllen, die Frist für die Erfüllung des Vertrages um den Zeitraum, in dem die höhere Gewalt vorliegt. „Höhere Gewalt“ bedeutet das Eintreten eines Ereignisses, das eine Partei zumindest vorübergehend daran hindert, eine oder mehrere ihrer vertraglichen Verpflichtungen aus dem Vertrag zu erfüllen, wenn und soweit die von dem Hindernis betroffene Partei nachweist, dass dieses Hindernis außerhalb ihrer zumutbaren Kontrolle liegt, dass das Ereignis zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses vernünftigerweise nicht vorhersehbar war, und dass die Auswirkungen des Hindernisses von der betroffenen Partei nicht vernünftigerweise hätten vermieden oder überwunden werden können. Die betroffene Partei benachrichtigt die andere Partei unverzüglich wenigstens in Textform über den Eintritt Höherer Gewalt sowie über die Aussetzung der Leistungspflicht. Entfallen die Voraussetzungen für die o.g. Annahme Höherer Gewalt, benachrichtigt die betroffene Partei die andere Partei unverzüglich wenigstens per E-Mail. Sollte die Wirkung höherer Gewalt länger als 60 (sechzig) Tage andauern, hat die andere

Partei das Recht, den Vertrag fristlos mit der Folge einer Vertragsrückabwicklung nach den gesetzlichen Vorschriften zu kündigen.

#### 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 und Haftungsausschluss

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. Sofern Kinder unter 14 Jahren nach Kursende nicht abgeholt werden und selbständig nach Hause gehen dürfen, ist dies bei Anmeldung bekannt zu geben.

#### 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.



# Online-Banking. Einfach & sicher von zu Hause.



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

Erledigen Sie Ihre Finanzgeschäfte  
im eigenen Wohnzimmer.  
Ganz bequem mit dem übersichtlichen  
Online-Banking der Sparkasse.

Wenn's um Geld geht

 Sparkasse  
Saarbrücken