



# Tausend und DEIN Angebot Geh auf Kurs

SUSANNE

schwärmt in  
höchsten Tönen  
vom Yellow  
Submarine Chor



PROGRAMM  
HERBST | WINTER 2024-25  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN



Ich bin  
**aktiv**

FÜR MEINE GESUNDHEIT

Wir unterstützen Sie gerne dabei, Ihre Gesundheit zu fördern und Krankheiten vorzubeugen – mit unseren kostenfreien Seminaren und Vorträgen zum Wohlfühlen.



Werden auch Sie aktiv!

[www.ikk-lifeaktiv.de](http://www.ikk-lifeaktiv.de)

**ikk**  
Südwest

**LIFEaktiv**  
Gesund leben

# Das vhs Programm Herbst | Winter 2024-25 ist da

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer, wenn Sie drei Wünsche frei hätten, was würden Sie sich wünschen? Mehr Zeit für sich selbst, neue Menschen kennenlernen oder eine Reise um die Welt? Wir können keine Wunder vollbringen, aber unsere Volkshochschule kann sie dabei unterstützen, ihren Wünschen näher zu kommen.

Ob Sie eine von über 20 Sprachen lernen, Ihre Kreativität entfalten oder sich mit einem von unseren vielfältigen Gesundheitsangeboten etwas

Gutes tun – unsere Volkshochschule hat für alle etwas zu bieten. Ein besonderes Highlight ist in diesem Semester unser Themenmonat Korea im November.

Was wir gerade in der heutigen Zeit besonders betonen möchten: Als Ort der Begegnung fördert die vhs den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Sie bringt Menschen unterschiedlicher Herkunft zusammen und ermöglicht den Austausch von Ideen und Erfahrungen. In einer Zeit zunehmender gesellschaftlicher Polarisierung bietet die vhs einen neutralen Boden für Dialog und Verständigung.

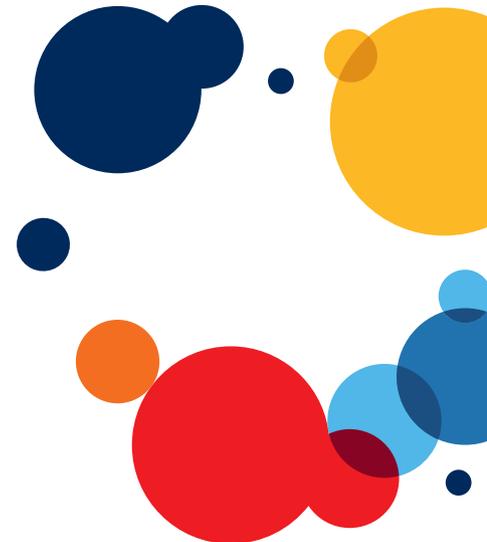
Wir laden Sie ein, beim Durchblättern und Lesen auf altbewährte, aber auch neue Kurse, Veranstaltungen, Vorträge, Exkursionen, Workshops und vieles mehr zu stoßen. Die ein oder andere Idee und Anregung mitzunehmen und mit vielen Gleichgesinnten und „bildungshungrigen“ Menschen auf Weiterbildungsreise zu gehen.

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



  
Peter Gillo  
Regionalverbandsdirektor

  
Dr. Carolin Lehberger  
vhs-Direktorin



## KUNST IM ÖFFENTLICHEN RAUM

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem Bildmotiv dieser Seite machen wir auch im Programm Herbst/Winter 2024/2025 auf die Kunst im öffentlichen Raum in der Region Saarbrücken aufmerksam, denn sie schärft bekanntermaßen die Sinne, lenkt den Blick auf Unbeachtetes und macht allzu oft sogar Verborgenes sichtbar.

Kunst ist Bildung, insbesondere wenn sie sich jedem, der sehen will, öffentlich offenbart. In diesem Sinne bewirken in unseren Städten und Gemeinden eine ganze Reihe von Kunstwerken namhafter Künstlerinnen und Künstler historische oder aktuelle Bezüge zu unterschiedlichsten Orten. Vielfach lenken sie die Aufmerksamkeit auf aktuelle Themen, die im öffentlichen Interesse stehen.

In Zusammenarbeit mit dem ehemaligen Kulturreferenten des Regionalverbandes Saarbrücken, Peter Michael Lupp, machen wir diese Kunstwerke in loser Reihenfolge zum Thema und richten unsere Frage an Sie: **Wer kennt das Werk, seinen Künstler oder seine Künstlerin und den Ort, an dem es heute im Regionalverband Saarbrücken zu bestaunen ist?**

**Wenn Sie die Antwort wissen, senden Sie eine Postkarte an:**

vhs Regionalverband Saarbrücken  
Drago-Paul Barth  
Altes Rathaus  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken

**Oder mailen Sie unter:**  
drago-paul.barth@rvsbr.de



Foto: Peter Michael Lupp

**Einsendeschluss ist der 06.12.2024.**

Den ersten drei Gewinnern winken wieder drei Sparbücher im Wert von 250, 150 und 100 Euro, die die Sparkasse Saarbrücken freundlicherweise zur Verfügung stellt.

**Die Lösung des Preisrätsels aus dem letzten Programm:**

Es handelt sich um eine sehr besondere Arbeit (Relief), die an einer der Fassa-

den der Realschule Heusweiler von dem Bildhauer Max Mertz (1912-1981) realisiert wurde.

Max Mertz gehörte schon zu Anfang der 1950er Jahre zu den Künstlern, die durch formale Innovationen Aufsehen erregten. Er war stets ein Gegner von Bequemlichkeiten, die aus dem Mitschwimmen im Strom der Konventionen resultieren konnten.

	<b>1</b>   Gesellschaft und Leben	14
	<b>2</b>   Kultur und Kunst	106
	<b>3</b>   Gesundheit und Ernährung	166
	<b>4</b>   Sprachen	222
	<b>5</b>   Arbeit und Beruf	270
	<b>6</b>   Grundbildung und Schulabschlüsse	316
	<b>7</b>   vhs vor Ort	326

## vhs-Testimonial des Semesters



**Susanne,**  
56 Jahre

» Schon als Kind habe ich bei jeder Gelegenheit zu Liedern im Radio mitgesungen – oft nicht zur Freude meiner Nachbarn.

Die Suche nach einem passenden Chor war damals schwierig, es gab viele Kirchenchöre, aber leider keine Chöre mit 'bunter, beschwingter' Musik.

Aus Gesang wurde Tanz und Reitsport als Hobby. Schule und später Berufsleben ließen keine Zeit für weitere Freizeitgestaltung.

Große Veränderungen im Leben und ein Umzug zurück in meine Heimat Saarbrücken machten den

Weg frei: zuerst der Besuch eines Weihnachtskonzertes des YELLOW SUBMARINE CHORES und im nächsten Semester schon als Sängerin im Chor. Das weite Repertoire des Chores von FlowerPower über Musical, Gospel und Musik, die Stadt feste feiern lässt, hat mich überzeugt und auch bei den Chormitgliedern fühle ich mich angenommen. Unsere Chorleiterin bringt natürlich neue Ideen mit und so bleibt der Chor immer in Bewegung. In diesem Jahr bin ich schon 20 Jahre lang dabei! Vielleicht sehen auch wir uns beim nächsten Konzert des YELLOW SUBMARINE CHORES am 7. März 2025 im vhs-Zentrum? Ich würde mich sehr freuen! <<

### Infoseiten

- vhs-Geschäftsführung 8
- Zentraler Service und Allgemeine Hinweise 9
- Anmeldevordrucke 11, 477
- SEPA-Lastschrift Vordrucke 12, 478
- Themenregister 468
- Dozentinnen- und Dozentenregister 470
- Allgemeine Geschäftsbedingungen 474
- Datenschutzerklärung 476

## INHALT

<b>1</b>	<b>Gesellschaft und Leben</b>	<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deutsch-Französisches Programm, Geschichte, Geografie 15</li> <li>• Politische (Jugend-) Bildung 39</li> <li>• Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit 49</li> <li>• Pädagogik, Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung 59</li> <li>• Recht und Beratung/ Verbraucherschutz 67</li> <li>• Philosophie, Theologie, Soziologie 81</li> <li>• Akademie für Ältere 87</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Outdoor 192</li> <li>• Wintersport 192</li> <li>• Selbstverteidigung/ Gewaltprävention 195</li> <li>• Tanzen 196</li> <li>• Ernährung und Kochen 201</li> <li>• Wein- und Getränkemkultur 211</li> <li>• Exkursionen 219</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• EDV-Informatik zielgruppenübergreifend 291</li> <li>• Office-Anwendungen 296</li> <li>• Programmierung 303</li> <li>• Technische Informatik 304</li> <li>• Mediengestaltung 305</li> <li>• Webdesign und Content-Management 308</li> <li>• junge vhs 309</li> <li>• Agentur für Lernförderung 315</li> </ul>
<b>2</b>	<b>Kultur und Kunst</b>	<b>106</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Literatur 107</li> <li>• Musik, Theater 119</li> <li>• Film, Medien 129</li> <li>• Kunstgeschichte, Bildende Kunst 133</li> <li>• Fotografie 149</li> <li>• Skulptur, Plastik, Kunsthandwerk 159</li> </ul>	<b>4   Sprachen</b> <b>222</b> <b>Sprachen</b> <b>222</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Englisch 226</li> <li>• Französisch 234</li> <li>• Spanisch 242</li> <li>• Italienisch 246</li> </ul> <b>Weitere Sprachen</b> <b>252</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arabisch, Chinesisch, Griechisch, Altgriechisch, Japanisch, Koreanisch, Kurdisch, Niederländisch, Portugiesisch, Russisch, Bulgarisch, Latein, Hebräisch, Persisch, Ukrainisch</li> </ul>	<b>6   Grundbildung und Schulabschlüsse</b> <b>316</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lesen und Schreiben 318</li> <li>• Digitale Grundbildung 320</li> <li>• Grundbildung Mathematik 321</li> <li>• Grundbildung Finanzen 322</li> <li>• Grundbildung Englisch 322</li> <li>• Grundbildung Landeskunde 323</li> <li>• Schulabschlüsse 325</li> </ul>
<b>3</b>	<b>Gesundheit und Ernährung</b>	<b>166</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsbildung 168</li> <li>• Prävention 168</li> <li>• Entspannung und Stressbewältigung 173</li> <li>• Yoga 177</li> <li>• Tai Chi, Qi Gong 183</li> <li>• Gesundheitspflege 185</li> <li>• Bewegung und Fitness 185</li> </ul>	<b>Deutsch und Integration</b> <b>258</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prüfungen 260</li> <li>• Integration 264</li> <li>• Crash- und Abendkurse 266</li> <li>• Zusatzangebote 268</li> </ul>	<b>7   vhs vor Ort</b> <b>326</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dudweiler 327</li> <li>• Halberg 339</li> <li>• Klarenthal/Altenkessel/ Gersweiler 347</li> <li>• Friedrichsthal 355</li> <li>• Großrosseln 361</li> <li>• Heusweiler 389</li> <li>• Kleinblittersdorf 401</li> <li>• Püttlingen 411</li> <li>• Quierschied 427</li> <li>• Riegelsberg 443</li> </ul>
			<b>5   Arbeit und Beruf</b> <b>270</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlüsselkompetenzen 272</li> <li>• Kaufmännische Weiterbildung 281</li> <li>• EDV und Kommunikationstechnik für Ältere 289</li> </ul>		

## Leitung



**Dr. Carolin Lehberger**  
*vhs-Direktorin*  
Altes Rathaus, Zi. 39  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4300  
Fax 0681 506-4390  
carolin.lehberger@rvsbr.de

## Assistenz



**Drago-Paul Barth**  
*Assistenz vhs-Direktorin*  
*Allgemeine Verwaltungsaufgaben*  
Altes Rathaus, Zi. 40  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4301  
Fax 0681 506-4390  
drago-paul.barth@rvsbr.de

## Verwaltungsleitung



**Nicole Wendels**  
*Verwaltungsleiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 38  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4302  
Fax 0681 506-4391  
nicole.wendels@rvsbr.de

## vhs-Beirat

Die Mitglieder für die Amtsperiode 2024-2029 standen bei Drucklegung dieses vhs-Programmes noch nicht fest.

## Finanzbuchhaltung

**Anja Himbert**  
Fon 0681 506-4304  
anja.himbert@rvsbr.de

**Jasmine Sauer**  
Fon 0681 506-4307  
jasmine.sauer@rvsbr.de

## Interne Ablaufsicherung

**Ralf Baracz**  
Fon 0681 506-4308

**Volker Blum**  
Fon 0681 506-4309



## Zentraler Service im Alten Rathaus



Sabine Ickler  
Katrin Malek  
Nicole Naumann  
Marion Savelkouls  
Mechthild Speicher  
Julia Decker

Altes Rathaus, Zi. 1  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4343  
info@vhs-saarbruecken.de

Der Zentrale Service ist  
montags bis mittwochs von  
08:00 bis 17:00 Uhr,  
donnerstags von 8:00 bis 18:00 Uhr und  
freitags von 08:00 bis 15:00 Uhr geöffnet.

Während der Anmeldephase zum neuen  
Programm sowie in den ersten Wochen  
des neuen Semesters (d. h. vom 26.08. –  
27.09.2024) ist unser Zentraler Service  
donnerstags bis 19:00 Uhr geöffnet.

Bitte Sprechzeiten für die Anmeldungen  
für Kurse „Deutsch als Fremdsprache“  
beachten (siehe S. 258).

## Anmeldung und Service

Zu allen Kursen und Veranstaltungen  
der vhs ist eine Anmeldung erforderlich.  
Diese sollte schriftlich erfolgen.  
Folgende Möglichkeiten stehen Ihnen  
dabei offen:

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

**Anmeldung per Post | Fax**  
Vordrucke im Heft Seite 11 und 477

**Anmeldung per E-Mail**  
unter Angabe Ihrer vollständigen Adresse.  
**Die entsprechende E-Mail-Adresse mit  
AnsprechpartnerInnen finden Sie auf den  
Eingangsseiten der jeweiligen Programm-  
und Themenbereiche. Die farbige Kenn-  
zeichnung am Rande des Programmheftes  
erleichtert Ihnen hierbei die Suche.**

**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 kurz-  
fristige Änderungen des Kursortes oder  
Kursausfall, sofern Sie hierzu eine  
Einwilligung erteilen.

**Bankverbindung**  
Sparkasse Saarbrücken  
IBAN: DE08 5905 0101 0000 0006 53

Die vhs versendet keine Rechnungen  
über Kursgebühren.

## Geschenkgutscheine

Für unsere Kurse stellen Ihnen die  
Mitarbeiterinnen des Zentralen Service im  
Alten Rathaus gerne Geschenkgutscheine  
aus.

## Feiertage/Ferien

An gesetzlichen Feiertagen und während  
der Schulferien finden in der Regel keine  
Kurse statt.

## Parkmöglichkeiten

Parkmöglichkeiten bestehen hinter dem  
Alten Rathaus, vor der Schlosskirche, im  
Parkhaus Talstraße und ab 17 Uhr im  
Bereich des KBBZ/Friedrich-List-Schule  
(Stengel-/Keplerstraße).

## Öffentliche Verkehrsmittel

**Busverbindungen:**  
Buslinien der Saarbahn GmbH  
105, 108 und 121,  
Haltestelle „Schlossplatz“

Weitere Infos:  
Saarbahn Service Center  
Nassauer Str. 2-4  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 5003-355  
[www.saarbahn.de](http://www.saarbahn.de)

Tipps und Tricks  
zum Schutz vor  
Telefonbetrügern

[www.saarland.de/enkeltrick](http://www.saarland.de/enkeltrick)



**Liebe Saarländerinnen,  
liebe Saarländer,**

rund 1,7 Millionen Euro wurden 2023 im Saarland mit Betrug am Telefon erbeutet. Die Opfer der skrupellosen Enkeltrickbetrüger sind vor allem ältere Menschen. Der Schaden trifft aber natürlich auch deren Kinder und Enkelkinder. Es geht schließlich um ihr Erbe.

Bitte informieren Sie sich selbst und ihre Angehörigen über die Gefahren, die von Enkeltrick & Co. ausgehen. Es kann wirklich jeden treffen!

**Ihr Reinhold Jost**

Minister für Inneres, Bauen und Sport

- Polizei
- Ministerium für Inneres, Bauen und Sport

**SAARLAND**



## Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus | Schlossplatz 1  
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. Die Abmeldung zu Koch- bzw. Degustationskursen ist bis zwei Tage vor Kursbeginn möglich.

- per Barzahlung/EC-Zahlung**  
möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung im Zentralen Service der vhs
- per Überweisung**  
innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- per Lastschrift**  
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben und per Post/per Fax/per Mail 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: SAKSDE55XXX

### 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: \_\_\_\_\_
- StudentIn Uni oder Fachhochschule (kein Senioren- oder Fernstudium und keine berufsbegleitenden Studiengänge)
- Bürgergeld
- Ehrenamtskarte
- Arbeitslosengeld I (nur bei Sprachkursen, Kursen der beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- Grundsicherung
- SozialCard
- Bundesfreiwilligendienst/FSJ/FÖJ

*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







# SEMESTERERÖFFNUNG

der vhs Regionalverband Saarbrücken



Foto: privat/Sven Meurs

## VORTRAG

„Deutschlands Paradiese –  
Wildnis im Wandel“

Referent:  
Sven Meurs, Tierfotograf

»»» Mo. 16.09.2024 | 17 Uhr

### PROGRAMM

- Begrüßung durch Peter Gillo, Regionalverbandsdirektor, Dr. Carolin Lehberger, vhs-Direktorin, und Christoph Hassel, Vorstandsvorsitzender BUND Saar
- Vortrag Tierfotograf Sven Meurs
- Ehrung langjähriger Dozentinnen und Dozenten
- Musikalische Umrahmung und Unterhaltung

### Veranstaltungsort

Rosseltalhalle  
Emmersweilerstraße 7  
66352 Großrosseln

Eine Anmeldung zur Veranstaltung ist erforderlich unter:  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

Eintritt frei

Mit freundlicher Unterstützung durch:



## Verantwortlich für den Programmbereich



**Dr. Elisabeth Schmitt**  
*Programmbereichsleiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 35  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4335  
Fax 0681 506-4390  
elisabeth.schmitt@rvsbr.de

## Inhalt

- Deutsch-französisches Programm,  
Geschichte, Geografie 15
- Politische (Jugend-) Bildung 39
- Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit 49
- Pädagogik, Psychologie,  
Persönlichkeitsentwicklung 59
- Recht und Beratung/  
Verbraucherschutz 67
- Philosophie, Theologie, Soziologie 81
- Akademie für Ältere 87

## Gesellschaft und Leben



**Beratung und Information****Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin

Altes Rathaus, Zi. 35

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4335

Fax 0681 506-4390

elisabeth.schmitt@rvsbr.de

**Anmeldung und Service****Martina Müller**

Sachbearbeiterin

Rathaus-Carré

Gerberstr. 2

66111 Saarbrücken

Fon 0681 506-4318

Fax 0681 506-4399

martina.mueller@rvsbr.de

**Deutsch-französisches Programm,  
Geschichte, Geografie**

*Das deutsch-französische Programm bietet wieder Exkursionen in unsere Nachbarregionen. Hervorzuheben ist die in Kooperation mit der Universität des Saarlandes stattfindende Tagesfahrt zur „Cité internationale de la langue française“ nach Villers-Cotterêts.*

*Die Reihe in französischer Sprache mit der Université Populaire Sarreguemines Confluences wartet auch in diesem Semester mit abwechslungsreichen Angeboten auf.*

*Unsere Exkursionen mit Delf Slotta führen Sie auch in diesem Semester zu Schätzen der Industriekultur und Denkmälern der Technikgeschichte im Regionalverband.*

*Ein besonderes Highlight ist der Korea-Monat im November mit einem bunten Programm zu unterschiedlichsten Facetten dieses faszinierenden Landes. Die in Zusammenarbeit mit dem Deutsch-Amerikanischen Institut Saarland e. V. gezeigte Multivisionsshow von Roland Marske entführt Sie nach Alaska und Kanada. Auch die Multivisionsvorträge der Freunde des Abenteuer museums e. V. gehen weiter. Anlässlich des 20. Todestages von Heinz Rox Schulz, dem Gründer des Abenteuer museums in Saarbrücken, erinnern vhs und Freunde des Abenteuer museums mit einer eigenen Filmveranstaltung im Schlosskeller an den „König der Globetrotter“.*

*Ein wichtiger Schwerpunkt sind die Stadt- und Stadtteilrundgänge in Kooperation mit Geographie ohne Grenzen. Lernen Sie Neues und Bekanntes aus einem anderen Blickwinkel kennen. Neu im Programm ist auch eine zweiteilige Reihe zu Korsika.*



## DEUTSCH-FRANZÖSISCHES PROGRAMM

In Kooperation mit der Buchhandlung Raueiser, Saarbrücken

### Lesung

**Léa Linster:**

#### Deutschland küsst Frankreich

Die charmant-kluge, überaus schlagfertige und mit einem wunderbaren Humor gesegnete Luxemburger Spitzenköchin Léa Linster verrät ihre Lieblingsrezepte der beiden Nachbarnationen, deren hungrige Autofahrer oft bei Linsters Familie in Luxemburg Halt machten: um das Auto zu betanken und den Magen zu füllen. C'est le début d'un grand amour! Léa Linster, die Grande Dame der europäischen Spitzenköchinnen, macht's möglich. Lassen Sie sich entführen von Léa Linster in die kulinarische Welt der deutschfranzösischen Freundschaft ohne Grenzen, mit großartigen kulinarischen Hochgenüssen!

#### ● Kurs 2102

**Léa Linster/Brigitte Gode, Gollenstein**  
**Buchhandlung (Moderation)**

Fr. 13.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 4 OG  
EUR 12,00

Anmeldung und Tickets bei der Buchhandlung Raueiser unter [www.raueiser.de](http://www.raueiser.de),  
Fon 0681 37918-0 oder [info@raueiser.de](mailto:info@raueiser.de).

### Exkursion

#### Stadtführung Metz Impérial am Tag des offenen Denkmals

Die Metzzer Bauwerke aus Kaisers Zeiten sind heute eine Touristenattraktion. So wurde der nach Vorgaben von Wilhelm II. errichtete neoromanische Bahnhof mehrfach zum schönsten Bahnhof Frankreichs gewählt. Weitere Beispiele sind die Post im Stil einer Burg des Deutschritter-

dens, die bunte Vielfalt bürgerlicher Prachtbauten an der Avenue Foch, der Triumphbogen Porte Serpenoise, der märchenschlossähnliche Gouverneurspalast, der Jugendstilbrunnen an der Esplanade, die evangelische Kirche auf der Moselinsel und das Hauptportal der Kathedrale in der Altstadt. Die Führung basiert auf der vom Kursleiter erstellten Broschüre „Metz Impérial“ (<https://metzimpérial.com>).

#### ● Kurs 1003

**Stefan Schneider**

Sa. 21.09.2024, 10:00 – 14:00 Uhr  
Treffpunkt: Hauptbahnhof Metz,  
Uhrenturm

Eigene Anreise, Weglänge ca. 5 km,  
Dauer ca. 4 Std.  
gebührenfrei

### Exkursion

#### Die Stadterweiterung von Thionville von 1902 bis 1914

Der Kölner Stadtbaumeister Josef Stübben plante 1902 die Stadterweiterung von

Thionville. Durch die Beseitigung der Befestigungsanlagen wurde die Stadtfläche versechsfacht, ausgelegt für eine Bevölkerungszunahme von 10.000 auf 40.000. Bei einem Stadtrundgang besichtigen wir die bis 1914 errichteten Gebäude wie Gymnasium, Post und zahlreiche, reich verzierte Privatgebäude unterschiedlichster Stilrichtungen. Der Rundkurs führt auch durch damals angelegte Parkanlagen und über die 2021 nach Stübben benannte Uferpromenade entlang der Mosel. Die Führung ist eine Gelegenheit, die zweitgrößte Stadt im Département Moselle kennenzulernen.

#### ● Kurs 1004

**Stefan Schneider**

So. 22.09.2024, 10:00 – 12:30 Uhr  
Treffpunkt: vor dem Flohurm/Tour aux Puces im Zentrum von Thionville  
Eigene Anreise, Weglänge ca. 4 km,  
Dauer ca. 2,5 Std.  
gebührenfrei



Foto: Bahnhof Metz – ©Stefan Schneider

**Ausstellungsführung****Sonderausstellung „voir/le temps/en couleurs“ im Centre Pompidou, Metz**

Die Ausstellung „voir/le temps/en couleurs“ (sehen/die Zeit/in Farben) beschäftigt sich mit den Herausforderungen für das Medium der Fotografie. Sie skizziert einen Blick auf die Geschichte der Fotografie und hinterfragt die Natur dieses Mediums angesichts der Digitalisierung. Sam Stourdézé, der Ausstellungskurator, geht bei seiner Betrachtung von der „Herausforderung der Künste“ durch die Reproduktionsmöglichkeiten der analogen Fotografie aus und zeichnet die künstlerischen Entwicklungen im fotografischen Medium als Reaktionen auf die technologischen Revolutionen bis zur KI nach.

● **Kurs 2511**

**Thomas Roessler, Diplom-Designer, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs**

Sa. 26.10.2024, 10:00 – 11:00 Uhr

Centre Pompidou, Metz

EUR 12,00 (inkl. Führung zzgl. Eintritt u. evtl. Gastronomie)

*Wir bekommen eine Führung durch eine/n Mitarbeiter/in des Centre Pompidou in deutscher Sprache. Eigene Anreise.*

*Anmeldung erforderlich bis 01.10.2024.*

**In Kooperation mit der Universität des Saarlandes im Rahmen des Projektes „Französisch und mehr: Sprachenlernen im Saarland“ und mit freundlicher Unterstützung der Staatskanzlei**

**Exkursion****Tagesfahrt zur Cité internationale de la langue française**

Angesiedelt im Schloss von Villers-Cotterêts widmet sich die Cité internationale de la langue française seit der Eröffnung

im letzten Jahr der französischen Sprache und den frankophonen Kulturen. Ein interaktiver und spielerischer Besichtigungsparcours ermöglicht das Eintauchen in die französische Sprache und führt durch deren Vergangenheit und Gegenwart. Entdecken Sie bspw. das Französische als Weltsprache oder erforschen Sie den Ursprung von Wörtern. Der interaktive Rundgang bietet einen umfassenden Einblick in die Sprache und Kulturen unserer NachbarInnen. Die Tagesfahrt umfasst die Hin- und Rückfahrt sowie den Eintritt in die Dauerausstellung.

● **Kurs 1008**

Do. 21.11.2024, ganztägig

Abfahrt: 07:00 Uhr, Saarbrücken

Rückkehr: gegen 23:00 Uhr in Saarbrücken

EUR 25,00

*Anmeldung erforderlich bis 21.10.2024.*

**Tagesfahrt****Henri-Matisse-Retrospektive in der Fondation Beyeler, Basel**

Matisse, der die Befreiung der Farbe vom Motiv vorangebracht hat, zählt zu den bedeutendsten KünstlerInnen der Moderne. Die Fondation Beyeler zeigt über 70 seiner Hauptwerke aus großen europäischen und US-amerikanischen Museen. Basierend auf Charles Baudelaires Gedicht „Einladung zur Reise“, ist die Ausstellung als Reise durch das Leben von Matisse gestaltet, das ebenfalls durch zahlreiche Reisen geprägt war. Die Begegnung mit den Kulturen und der Natur fremder Länder inspirierte Matisse immer wieder. Seine Leichtigkeit wiederum sollte nachfolgende Künstlergenerationen inspirieren.

● **Kurs 2306A**

**Fred Weber, Kunstpädagog, Künstler/Thomas Roessler, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs**

**Dozentinnen und Dozenten**

**LÉA LINSTER**  
**Spitzenköchin**

» Geboren und aufgewachsen zwischen Deutschland und Frankreich im luxemburgischen Frisange, kennt sie die Küchen beider Länder, die Unterschiede und Stärken, die besten Produkte und Gerichte. Schon immer lebt und kocht sie im Spannungsfeld beider Länder und in diesem Buch lässt sie uns daran teilhaben – die verlockendsten Köstlichkeiten aus beiden Welten serviert mit großem Koch-Knowhow und vielen Geschichten und Anekdoten aus ihrem außergewöhnlichen Leben. <<



Sa. 07.12.2024, 07:00 – 21:00 Uhr  
 Abfahrt: 07:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken  
 Rückkehr: 21:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken  
 EUR 65,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)  
*Anmeldung erforderlich bis 30.10.2024.*

### Vortrag

#### Notre-Dame de Paris

Nach dem Brand der Pariser Kathedrale Notre-Dame und den Bemühungen um eine rasche Wiederherstellung will dieser Vortrag so überschaubar wie möglich die Besonderheiten des Gebäudes herausarbeiten. Dazu werfen wir einen Blick auf die Bauphasen seit Baubeginn 1163, die Turmfassade kommt ab 1200 hinzu, gefolgt von den Umbauten des 13. und 14. Jahrhunderts, einer Barockisierung und schließlich von der Restaurierung unter Viollet-le-Duc 1845-67, die erst einen „Spitzturm“ aufsetzte. Wie ist demgegenüber die Wirkung dieser Architektur zu beschreiben, und was erklärt ihre symbolische Strahlkraft?

*Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 23.01.2025 erforderlich.*

#### ● Kurs 2326

#### Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker

Mi. 29.01.2025, 19:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00

#### Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e.V./ StattReisen Saar

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Bitte Informieren Sie sich diesbezüglich bei GoG. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder [www.geographie-ohne-grenzen.de](http://www.geographie-ohne-grenzen.de).

#### Tagesfahrt

#### Eine Menge großartiger Kleinigkeiten – Nordostlothringen abseits der Durchgangsstraßen

Diese Tour durch den lothringischen Teil des Dreiländerecks führt durch eine wunderschöne, ruhige Landschaft mit teils kaum bekannten oder eher hintergründigen Sehenswürdigkeiten, wie z.B. die Besonderheiten eines Lothringer Bauernhauses. Besucht wird zunächst Bouzonville mit seiner monumentalen Abteikirche. Weiter geht es auf engen Straßen durch kleine Dörfer, zu Spuren der Maginotlinie und des Gipsabbaus bis Thionville. Eine Stadtführung dort stellt dar, warum die Stadt „gefangen und gefesselt“ war. Nach einer Mittagspause zur freien Verfügung geht es zu weiteren architektonischen, kunstgeschichtlichen und landschaftlichen Spezialitäten abseits der Durchgangsstraßen, vorbei an der Festung über Sierck-lès-Bains, dem Schloss Malbrouck, bis zu den Steinen an der Grenze. Aber alles wollen wir noch nicht verraten, denn diese Landschaft birgt die eine oder andere Überraschung, auf die man bei der individuellen Durchfahrt nie gestoßen wäre.

#### ● Kurs 1005

#### Markus Philipp, Dipl.-Geogr.

So. 07.09.2024, 08:00 Uhr,  
 Dauer: ca. 10,5 Std.  
 Treffpunkt: SB, Europaallee (vor dem Parkhaus Eurobahnhof), weitere Zustiegsmöglichkeiten in Püttlingen und SLS-Picard „Neue Welt“  
 EUR 69,00 (59,00 GoG-Mitglieder)  
*Anmeldung erforderlich bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder [www.geographie-ohne-grenzen.de](http://www.geographie-ohne-grenzen.de).*

#### Rundgang

#### Vom Kummersteg zur Freundschaftsbrücke – Grenzorte Kleinblittersdorf und Grosbliederstroff

Einst waren sie zwei Teile eines Ganzen, nur getrennt durch den Fluss. Heute sind es zwei Orte in zwei Nationen mit zwei Sprachen und zwei Charakteren: das lothringische Grosbliederstroff und das saarländische Kleinblittersdorf. Aber ist das wirklich so? Hier gab es die erste Städtepartnerschaft nach dem 2. Weltkrieg und eine erste provisorische Brückenverbindung. Die Orte liegen nicht nur an der Saar, sondern auch an der Saarbahn zwischen Saarbrücken und Sarreguemines. Und sie verbindet ein Roman. Die Geschichte dieser Grenzregion lässt sich am Beispiel des ehemaligen „Bliederstroff“ auf besondere Weise erzählen. In Kooperation mit dem Ministerium für Umwelt, Klima, Mobilität, Agrar und Verbraucherschutz.

#### ● Kurs 1006

#### Helga Diener, Journalistin

Sa. 26.10.2024, 14:30 Uhr,  
 Dauer: ca. 2,5 Std.  
 Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Saarbahnhofstehle  
 EUR 10,00 (7,00)

**Rundgang****Ein vorweihnachtlicher Rundgang durch Saargemünd – Geschichten von Ton, Erde und Scherben, von Treidelschiffen und vom Heiligen Nikolaus**

Bei unserem Rundgang durch das weihnachtlich geschmückte Saargemünd mit seinem hübschen Weihnachtsmarkt beschäftigen wir uns zunächst mit der wechselvollen Geschichte der Stadt. Reste der mittelalterlichen Burganlage und ein Stadttor weisen auf ihre frühere strategische Bedeutung hin. Wir begeben uns auf die Spuren der Industrialisierung, die im 19. Jahrhundert zum wirtschaftlichen Aufschwung der gesamten Region führte. Repräsentative Gebäude entstanden in dieser Zeit, darunter auch das Wohnhaus des Direktors der Steingutmanufaktur Paul de Geiger mit dem berühmten Wintergarten. Ein Besuch im Fayence Museum rundet unseren Stadtpaziergang ab.

● **Kurs 1007****Gabriele Sauer, Gästeführerin der Großregion**

So. 01.12.2024, 14:30 Uhr, Dauer: 4 Std.  
Treffpunkt: Saargemünd, vor dem Bahnhof  
EUR 12,00 (9,00)

**Veranstaltungen in französischer Sprache/Activités en langue française****Conférence****Le Photoklatsch de Thionville**

« Photoklatsch » est un néologisme formé à partir de « Kaffeeklatsch » et de photographie. C'est ainsi que se nomme un collectif de photographes hébergé par le Centre Social Le Lierre à Thionville. Il est donc ouvert à toutes et tous, âges, genres et conditions sociales confondu-

es, dans cet esprit de transmission d'un savoir et d'une culture photographique. Le Photoklatsch est ainsi un espace de parole et de pratique consacrées à la photo contemporaine. Très ancré dans le territoire transfrontalier, le Photoklatsch organise ainsi des ateliers, des formations, des expositions et publie des ouvrages photographiques. Je vous propose dans cette conférence de présenter le caractère expérimental des projets du Photoklatsch ainsi que sa mission sociale.

*La conférence sera donnée en français avec une traduction consécutive en allemand.*

● **Kurs 2523A****Arnaud Pagnier, Fotograf und Historiker**

Mo. 21.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

**In Kooperation mit der Université Populaire Sarreguemines Confluences/en coopération avec L'Université Populaire Sarreguemines Confluences**

Das Programm richtet sich an TeilnehmerInnen unserer Partnerorganisation aus Sarreguemines und darüber hinaus an alle, die an französischsprachigen Veranstaltungen interessiert sind./Le programme s'adresse aux participants de l'Université Populaire Sarreguemines Confluences et à tous ceux qui sont intéressés par des événements en langue française.

*Visite guidée en français.*

**Sarrebruck, ville baroque**

Friedrich Joachim Stengel, maître bâtisseur de la cour de Nassau-Sarrebruck, a donné à la ville son visage baroque au XVIIIe siècle. Avec ses bâtiments, il a mis des accents artistiques décisifs dans le

paysage urbain. Suivez les traces de Stengel, visitez la Ludwigskirche et partez à la conquête des trois plus belles places de Sarrebruck – Schlossplatz, Ludwigsplatz et St. Johanner Markt – les points clés du plan d'urbanisme de Stengel.

● **Kurs 1010****Gerhard Rouget**

Fr. 27.09.2024, 17:00 – 19:30 Uhr  
Lieu de rencontre : 17h00, Schlossplatz  
EUR 5,00

**Excursion œnologique bilingue: Trèves et les vins de Moselle**

Les vins blancs allemands sont parmi les meilleurs vins du monde. La viticulture sur les rives de la Moselle et de la Sarre a connu un essor qualitatif important au cours des deux dernières décennies. On y produit des vins blancs uniques au monde par leur nature très aromatique et minérale. Nous visitons la ville de Trèves et les caves épiscopales impressionnantes du domaine « Bischoefliche Weingüter » suivie d'une dégustation de vins de Moselle de grande qualité.

*Services: frais de déplacement, visite guidée et tour de la ville de Trèves en français et allemand, dégustation, visite de la cave, commentaires des vins en français et allemand. En option après la visite des caves expérience œnologique et gastronomique dans un restaurant à Trèves (non inclus dans les frais).*

● **Kurs 1012****Gerhard Rouget**

Fr. 15.11.2024  
Lieu de rencontre : 12h00, Gare centrale de Sarrebruck  
En train depuis Sarrebruck, départ : 12h19, arrivée Trèves: 13h27, Retour depuis Trèves, Gare : 18h33, arrivée Sarrebruck Gare Centrale : 19h41  
En option après la visite des caves expéri-

ence œnologique et gastronomique dans un restaurant à Trèves. Dans ce cas : Voyage retour : 20h33 à partir de Trèves, arrivée à Sarrebruck : 21h41.

EUR 60,00

### Klassiker der französischen Literatur – neu gelesen

#### Balzac, Le Père Goriot (Vater Goriot)

In dieser neuen bilingualen Reihe lesen und besprechen wir große Werke der französischen Literatur: Was bewegt uns heute noch an diesen Klassikern? Welche Impulse vermögen sie im 21. Jahrhundert zu setzen? Balzacs „Le Père Goriot“ (Vater Goriot) entstand in der Restaurationszeit in den Jahren 1834/1835. Eine Geschichte von selbsterzörender Vaterliebe einerseits und der Gier nach Aufstieg und Anerkennung eines jungen Menschen andererseits – dies alles vor dem Hintergrund eines vielschichtigen Panoramas der Pariser Gesellschaft jener Zeit, in der das Geld zunehmend alle Lebensbereiche durchdringt und das bürgerliche Individuum sich anschickt, die Welt zu erobern. Die Lesung folgt der französischen Ausgabe, die Besprechung ist in deutscher Sprache. Die Textauschnitte werden auch in deutscher Übersetzung zur Verfügung gestellt.

#### ● Kurs 2117

**Dr. Matthieu Choblet, Ökonom/Gerhard Rouget, Romanist**

Fr. 22.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 8,00

Degustationskurse zu Frankreich als Weinland finden Sie auf S. 213 f. im Programmbereich Gesundheit und Ernährung unter den Kursnummern 2951 – 2954.

**Veranstaltungen in Kooperation mit der Vereinigung zur Förderung der Zweisprachigkeit – Association pour la Promotion du Bilinguisme e.V.**

#### Abendkurs

#### Gesprächskreis zur Förderung der Zweisprachigkeit: Das Vereinsleben in Siersthal, einem kleinen Dorf im Bitcherland, nahe der deutschen Grenze

Wie gestaltet man das Vereinsleben in einer kleinen Gemeinde: treibende Kräfte, materielle und finanzielle Mittel ...? Wie kann man die verschiedenen Vereine um ein gemeinsames Projekt vereinen? Inwiefern kann die sprachliche, geographische und geschichtliche Nähe des deutschen Nachbarn ein Motivationsfaktor sein? Diese und weitere Fragen werden diskutiert.

#### ● Kurs 1040

**Bernard Petit, Principal des regionalen Collège i.R.**

Mi. 09.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

gebührenfrei

#### Abendkurs

#### Gesprächskreis zur Förderung der Zweisprachigkeit: Über Wasser: Wissenswertes – Bemerkenswertes – Kurioses/A propos de l'eau : Bon à savoir – Remarquable – Curieux

Hochwasser, Starkregen aber auch Dürre und Wasserknappheit im Süden Europas verdeutlichen, wie wichtig das Thema Wasser für unser Leben ist. Trinkwasser kommt aus dem Wasserhahn. Klar! Aber wo kommt es her und wohin gelangt das Abwasser? Gibt es Unterschiede bei der Trinkwasserversorgung in Deutschland und Frankreich? Was sind die aktuellen Probleme? Blei, PFAS, persistente Stoffe im Abwasser ... – Dazu gibt es auch kurio-

se Dinge zu berichten./Les inondations, les fortes pluies mais aussi la sécheresse et la pénurie d'eau dans le sud de l'Europe illustrent l'importance fondamentale de l'eau pour notre vie. L'eau potable sort du robinet. Bien sûr ! Mais d'où provient-elle et où vont les eaux usées ? Y a-t-il des différences dans l'approvisionnement en eau potable en France et en Allemagne ? Quels sont les problèmes actuels ? Plomb, PFAS, substances persistantes dans les eaux usées ... – Il y a aussi des choses curieuses à raconter à ce sujet.

#### ● Kurs 1041

**Dr. Norbert Klein**

Mi. 11.12.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

gebührenfrei

#### Bildung für Alle

Inklusion ist uns bei der Volkshochschule ein Anliegen, das wir sehr ernst nehmen. Das bedeutet konkret, dass wir jedem Menschen, egal ob er irgendwelche Einschränkungen hat oder nicht, grundsätzlich die Teilnahme an allen Veranstaltungen ermöglichen wollen. Falls es Hindernisse gibt, z.B. durch die bauliche Situation, sprechen Sie uns bitte an. Wir werden uns um eine inklusive Lösung bemühen. Manche Menschen mit Mobilitätseinschränkungen planen ihre Freizeitaktivitäten gerne in der Gemeinschaft. Für sie gibt es bei der vhs eine eigene Gruppe, die Sie auch willkommen heißt, wenn Sie gut zu Fuß sind. Selbstverständlich können Sie als NutzerIn eines Rollstuhls oder einer Gehhilfe unsere Veranstaltungen alleine oder mit PartnerIn, Familie oder FreundInnen besuchen. Wir freuen uns auf Sie.

**Veranstaltungen in Kooperation mit der Université Populaire Sarreguemines Confluences für Menschen mit und ohne eingeschränkte Mobilität**

### Reisen ohne Barriere (D/F)

Aus der Erfahrungswelt von Reisenden mit eingeschränkter Mobilität, per Bahn, Flugzeug und Bus, wird hier berichtet. Der Erfahrungsaustausch zwischen Personen mit und ohne Rollstuhl wird gefördert. Eine Bilderschau über frühere Inklusionsreisen der vhs zeigt auf, worauf geachtet werden muss. Vorschläge und Informationen zu möglichen Inklusionsreisen runden die Veranstaltung ab.

#### ● Kurs 1020

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

So. 22.09.2024, 14:30 – 16:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
gebührenfrei

### Präsentation von Angeboten zu „Reisen ohne Barriere“ (D/F)

#### ● Kurs 1020A

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

Mi. 25.09.2024, 16:00 – 17:30 Uhr  
UP Sarreguemines, Place Jeanne d'Arc  
gebührenfrei

### Tagesfahrt nach Trier mit Besuch des Rheinischen Landesmuseums (D/F)

„Mediales Raumtheater im Rheinischen Landesmuseum“ – Ein kompletter Museumsraum mit modernster Technik wird zur Filmkulisse und bietet in spannenden 45 Minuten ein einzigartiges, filmisches 360°-Rundum-Erlebnis (Sprachen: Deutsch sowie in synchronisierter Fassung in Englisch, Französisch und Niederländisch per Kopfhörer); anschließend Besuch der Dauerausstellung. Gemeinsames Mittagessen am Museum ist möglich.

#### ● Kurs 1021

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

Sa. 05.10.2024, 11:00 – 19:30 Uhr  
Treffpunkt: Hbf. Saarbrücken, Abfahrt: 11:19 Uhr/ Vorführungsbeginn: 15:30 Uhr  
Ermäßigung Eintritt

#### Exkursion

### Museumsbesuch Sarreguemines (D/F)

Besuch der prämierten Ausstellung „L'Art Déco s' invite à table. Für Rollstuhlfahrerinnen Zugang über Hotel de Ville, Sarreguemines. Gemeinsames Essen nach dem Museumsbesuch möglich.“

#### ● Kurs 1023

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

Mi. 16.10.2024, 15:15 Uhr  
Musée de la Faïence, Rue Poincaré 15-17, Sarreguemines  
Abfahrt: Saarbahn 14:03 Uhr, SB-Pariser Platz, 14:11 Uhr, SB-Hauptbahnhof  
Ermäßigter Eintritt

#### Konzert

### Europäische Tage der jüdischen Kultur, Sarreguemines – Babanu Quartet

In Saargemünd gibt das Babanu Quartet ein Konzert mit Klezmer und Balkanmusik. „In diesem Rahmen zu spielen, ist für uns eine große Ehre. Wir sind stolz darauf, mit unserer Musik die Farben der jüdischen Musikkultur zu tragen ...“, sagt Guillaume Husser (Kontrabass, Violine, Gesang). Die Gruppe tritt seit 20 Jahren auf. „Klezmer wurde für uns schnell zu einem sehr belebenden Repertoire, das von Heiterkeit und Melancholie geprägt ist.“ Zuletzt hat das Quartett, dem Husser seit den Anfängen angehört, das Album „Zvonija, zvonija“ veröffentlicht.

#### ● Kurs 1022

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

So. 20.10.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Abfahrt: Saarbahn 14:33 Uhr (ab Pariser Platz und nachfolgende Stationen)  
Auditorium, Casino des Faïenceries, Sarreguemines  
gebührenfrei

### Festival PRIMEURS (SR Kulturradio und Saarl. Staatstheater) Besuch des „Life“-Hörspiels in der AFW (Alte Feuerwache)

Im Rahmen des Festivals vom 20.11. – 23.11.2024 wird französisch-kanadisches dramatisches Theater, in deutscher Sprache, mit einer Uraufführung präsentiert. Genauer Titel wird noch veröffentlicht. Barrierefreier Zugang.

#### ● Kurs 1024

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

Do. 21.11.2024, 20:00 Uhr (pünktlicher Beginn)  
Treffen ab 18:30 Uhr in Hauck's Bistro in der AFW  
Ermäßigter Eintritt

#### Exkursion

### Besuch in Sarreguemines: Eröffnungsveranstaltung des „marché de Noël“, Sarreguemines (D/F)

Fahrt mit der Saarbahn (rollstuhlgerecht, reduzierter Gruppentarif möglich) nach Sarreguemines und gemeinsames Erleben des Weihnachtsmarktes. Treffen mit der Kooperationsgruppe der Université Populaire Sarreguemines Confluences.

#### ● Kurs 1025

*Erich Keßler/Hildegard Keßler*

Sa. 30.11.2024, 16:00 – 20:30 Uhr  
Sarreguemines  
Abfahrt: Saarbahn, 14:33 Uhr, SB-Pariser Platz, 14:41 Uhr, SB-Hauptbahnhof  
gebührenfrei

## GESCHICHTE UND GEOGRAFIE

### *Geschichte vor Ort*

#### **Geschichtswerkstatt Saarbrücken**

Die Geschichtswerkstatt Saarbrücken e.V. gibt seit 1989 den „Eckstein“ heraus, eine Zeitschrift mit dem Schwerpunkt Alltags- und Regionalgeschichte. Im „Eckstein“ erscheinen Beiträge zu bisher wenig oder nicht beachteten Themen. Außerdem begleiten wir kritisch den Umgang mit der Geschichte in Saarbrücken und anderswo. Interessenten sind eingeladen, eigene Arbeitsergebnisse in der Zeitschrift „Eckstein“ zu veröffentlichen und sich an der redaktionellen Arbeit zu beteiligen. Bei den Treffen der Geschichtswerkstatt werden Ideen für die neueste Ausgabe gesammelt, Beiträge, Bebilderung und Layout besprochen. Die Treffen finden an der vhs Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, statt. Informationen und Termine: Dr. Antje Fuchs: Fon 06825 9235400, Harald Glaser: Fon 0681 32306.

#### ● **Kurs 1100**

#### **Dr. Antje Fuchs/Harald Glaser**

Info-Abend: Mo. 16.09.2024,  
18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 11  
gebührenfrei

### *Abendkurs*

#### **Schöne deutsche Schrift – schreibend und lesend ein 500 Jahre altes Kulturgut erhalten**

Schön sehen sie aus, die deutschen Schriften wie Kurrent, Sütterlin oder Fraktur, aber lesen können – oder gar schreiben? Über 500 Jahre wurde im deutschen Sprachraum überwiegend in deutscher Schrift geschrieben. 1941 aber wurde diese durch einen Erlass Hitlers verboten, hatte aus Büchern und Schulheften zu verschwinden. Dabei blieb es

auch nach dem Kriege. Doch fast in jeder Familie gibt es Dokumente in deutscher Schrift wie das Poesiealbum der Urgroßmutter, das Tagebuch des Urgroßvaters, das Kochbuch von Oma, aber auch alte Bauzeichnungen, Stadtpläne und Grundbuchkarten.

#### ● **Kurs 1103**

#### **Stephan Weidauer**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 6 Termine  
Günter-Wöhe-Schulen, Raum 25  
EUR 50,00

**In Kooperation mit der Evangelischen Akademie im Saarland und der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim**

### *Architekturführung*

#### **Die Bischmisheimer Kirche von Karl Friedrich Schinkel**

2024 wird das Bischmisheimer Wahrzeichen, die berühmte evangelische Schinkelkirche, 200 Jahre alt. „Keine Maskerade – das Nothwendige der Construction schön gestalten“, so formulierte Karl Friedrich Schinkel den Grundsatz seiner Baukunst. Schinkel, geboren 1781 in Neuruppin und gestorben 1841 in Berlin, war Architekt in preußischen Diensten und stieg bis zum Baumeister des preußischen Königs auf. Seiner von ihm entworfenen und 1822-1824 erbauten Kirche in Bischmisheim hat er eine spektakuläre Achteckform mit einer umlaufenden Empore im Innern gegeben. Altar, Kanzel und Orgel bilden eine Achse, um die sich die Gemeinde in dichter, aber keineswegs enger Form versammelt. Noch heute verkörpert die Kirche die Vorstellungen, welche der größte preußische Baumeister des 19. Jahrhunderts von einer evangelischen Dorfkirche hatte. Die Schinkelkirche gilt heute als ein Meisterwerk des

Klassizismus und als „der“ Idealbau einer evangelischen Dorfkirche.

#### ● **Kurs 2304**

#### **Delf Slotta, Vorsitzender des Stiftungsrates der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim**

Di. 01.10.2024, 17:30 Uhr  
Evangelische Kirche, Kirchstr. 1a, 66132 Bischmisheim  
Der Eintritt ist frei. Eine Spende zur Förderung der Stiftungsarbeit wird erbeten.  
*Voranmeldung ist nicht erforderlich.*

### *Stadtrundgang*

#### **Als Preußen an der Saar begann**

1815 wurden Saarbrücken und sein Umland auf Bitten der Bewohner hin Teil des Königreichs Preußen. Mehr als 100 Jahre lang regierten die Hohenzollern an der Saar und hinterließen ein erstaunlich vielfältiges und bis heute nachwirkendes, dabei jedoch kaum bekanntes Erbe, das die Region noch immer prägt. Die als Dialogrundgang konzipierte Entdeckungstour „Als Preußen an der Saar begann“ vermittelt dieses markante Kapitel der Saar(brücker)-Geschichte entlang ausgewählter Stationen zwischen Landtag und Ludwigsplatz und erschließt unter anderem die engen verwandtschaftlichen Bezüge der Hohenzollern zu Saarbrücken, wo die Verfahren etlicher preußischer Könige und dreier späterer deutscher Kaiser begraben sind. Darüber hinaus erinnern hier viele weitere Orte, Gebäude und zahlreiche Straßennamen an die „Preußenzeit“.

#### ● **Kurs 1106**

#### **Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte, Arbeitsgemeinschaft Barockstraße Saarpfalz**

So. 13.10.2024, 14:00 – 16:30 Uhr  
Treffpunkt: Vor der Ludwigskirche (Am Ludwigsplatz 18) in Alt-Saarbrücken  
EUR 10,00

**Seminar****Geologie und Landschaftskunde des Saarlandes**

Das Saarland verdankt seine wirtschaftliche und naturräumliche Entwicklung wesentlich der sehr vielfältigen geologischen Struktur. Der Kurs befasst sich zunächst mit allgemeinen Grundlagen der Geologie wie Minerale, Gesteine und Stratigraphie. Danach geht es um die geologische Entwicklung des Saarlandes und Besonderheiten wie die Gaulandschaften, den Vulkanbauten und die Kohle. Dass sich die Geologie auf Geschichte, Kultur und Landschaftsbild des Saarlandes massiv auswirkt, wird dabei auch anhand praktischer Beispiele deutlich.

● **Kurs 1105**

**Markus Philipp, Dipl.-Geogr.**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 05.11.2024, 4 Termine

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 20,00

**Veranstaltungen im Rahmen des Goethe-Jahres 2024 mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken**

**Führung**

**„Saarbrück ... ein lichter Punkt“ – ein Spaziergang mit Goethe durch das (nicht nur) barocke Saarbrücken**

Ein gerne zitiertes literarisches Denkmal hatte Goethe der barocken Residenzstadt Saarbrücken gesetzt, die er 1770 besuchte und an die er sich in seinen Memoiren „Dichtung und Wahrheit“ gerne erinnerte. Die Führung bietet die Gelegenheit, mit Goethe das (nicht nur) barocke Saarbrücken aus eher ungewohnten Blickwinkeln zu entdecken. Dabei lernt man die saarländische Landeshauptstadt auf den Spuren des „Dichterfürsten“ und weiterer prominenter Reisender kennen, erfährt

viel Interessantes über das Wirken der Fürsten von Nassau-Saarbrücken und ihres grandiosen Baumeisters Stengel.

● **Kurs 2121**

**Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte, Arbeitsgemeinschaft BarockStraße SaarPfalz**

So. 27.10.2024, 10:00 – 12:30 Uhr

Treffpunkt: An der „Goethe-Tafel“ am Ludwigsplatz (Kreuzungspunkt Eisenbahnstraße/Wilhelm-Heinrich-Straße/Am Ludwigsplatz)

EUR 10,00

**In Kooperation mit der vhs Sulzbach und der Kreis-vhs Neunkirchen**

**Tagesfahrt**

**Frankfurter Goethehaus und Deutsches Romantikmuseum**

Im Haus am Großen Hirschgraben wurde Goethe am 28. August 1749 geboren. Er verbrachte hier den größten Teil seiner Jugend, bis er 1775 nach Weimar umzog. Im Elternhaus entstand das Frühwerk, z. B. der „Goetz von Berlichingen“ und „Die Leiden des jungen Werther“. Wir besuchen die original erhaltenen, komplett eingerichteten Räume und spüren der Atmosphäre nach, in der Goethe schrieb.

● **Kurs 2122**

**Klaus Friedrich, Arbeitsgemeinschaft BarockStraße SaarPfalz**

Sa. 09.11.2024

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

EUR 55,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung erforderlich bis 01.10.2024.

**Dozentinnen und Dozenten****MARKUS PHILIPP**

**Geograph, Verkehrsplaner und Gästeführer**

» Das Saarland hat seiner naturräumlichen Vielfalt unendlich viel zu verdanken. Die geologischen und naturräumlichen Grundlagen sind es, die unsere Landschaft und damit auch unsere Kultur formen. Vom Kohlenbergbau über die regionalen Köstlichkeiten des Blies- und Saargaus bis zu Premiumwanderwegen – irgendwie ist die Geologie im wahrsten Wortsinne Grundlage für alles. Ich sehe es als großen Fehler an, dass die geographische und geologische Lehre an den saarländischen Hochschulen nicht mehr existent ist. Mit meinen Kursen und Führungen versuche ich diese Lücke etwas zu schließen und meinen Teilnehmern mit viel Spaß am Thema die Augen zu öffnen. «

**Exkursionsreihe**

**Schätze der Industriekultur und Denkmäler der Technikgeschichte im Regionalverband Saarbrücken**

Die Industrien haben im Saarland eindrucksvolle Industrielandschaften entstehen lassen. Heute ist das Saarland ein Schwerpunkttraum der Industriekultur in Europa. Es verfügt über ein etabliertes Image und einen hohen Bekanntheitsgrad als Industrieregion. Darüber hinaus zeichnet sich vor allem der Regionalverband Saarbrücken durch eine Vielzahl produktbezogener, technologischer, architektonischer, infrastruktureller und geographischer Charakteristika aus. Ihre Wirkung verstärkt sich durch die Dichte und Kombination industriekulturell bedeutender Orte – ein herausragendes Alleinstellungsmerkmal. Im Rahmen unserer vier Exkursionen besuchen wir wichtige und qualitätsvolle Orte der hiesigen Industriekultur. Dabei werden auch die Chancen, die das Thema Industriekultur dem Saarland eröffnet bzw. eröffnen kann, diskutiert und hinterfragt. Sie werden überrascht werden.

Hinweis: Zu allen Rundgängen wird festes Schuhwerk empfohlen. Um Anmeldung wird gebeten.

**Exkursion**

**Die Tagesanlagen der Grube Göttelborn (mit Turmfahrt auf Fördergerüst Göttelborn IV)**

Stollenmundlöcher, Fördergerüste und andere Bergbauarchitekturen lassen ein Jahrhundert Montangeschichte Revue passieren.

● **Kurs 1109**

*Delf Slotta, Dipl.-Geograph*

So. 29.09.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Göttelborn, Straße „Zum Schacht“, großer Parkplatz am Göttelborner Sportplatz  
gebührenfrei, Hutsammlung

**Exkursion**

**Burbach – Das frühere Eisenbahnausbesserungswerk und die begleitende Eisenbahnersiedlung auf dem Pfaffenkopf (heute die „AW-Hallen“)**

● **Kurs 1109A**

*Delf Slotta, Dipl.-Geograph*

So. 06.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Burbach, AW-Hallen, ehem. Pfortnerhaus des Werkes, Vollweidstr. 9, 66115 Saarbrücken  
gebührenfrei, Hutsammlung

**Exkursion**

**Von der Heydt – Eine untergegangene Grube im Burbachtal und eine denkmalgeschützte Bergarbeitersiedlung der Superlative**

● **Kurs 1109B**

*Delf Slotta, Dipl.-Geograph*

So. 27.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Von der Heydt, Parkplatz vor Schlafhaus 1 (Casino), heute: Landesamt

für Vermessung, Geoinformation und Landentwicklung  
gebührenfrei, Hutsammlung

**Exkursion**

**Der „Brennende Berg“ in Dudweiler bzw. Sulzbach – Unterwegs auf den Spuren des Johann Wolfgang von Goethe**

● **Kurs 1109C**

*Delf Slotta, Dipl.-Geograph*

So. 17.11.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Dudweiler, Parkplatz Tennisplätze, am Ende der Straße „Am Gegenortschacht“  
gebührenfrei, Hutsammlung

Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e. V./ StattReisen Saar

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Bitte informieren Sie sich diesbezüglich bei GoG. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder [www.geographie-ohne-grenzen.de](http://www.geographie-ohne-grenzen.de).

In Kooperation mit Geographie ohne Grenzen e.V. und der Landeshauptstadt Saarbrücken in Rahmen der Reihe „50 Jahre – 20 Teile – 1 Stadt: Saarbrücken“ anlässlich des 50. Jubiläums der Gebietsreform

**Stadtteilrundgang**

**360° ums Saarbrücker Rathaus und den Rathausplatz**

Die Gebietsreform von 1974 war nicht die erste für Saarbrücken. Schon 1909 verei-

nigten sich (Alt-)Saarbrücken, St. Johann und Malstatt-Burbach zur Großstadt. 1974 wuchs Saarbrücken abermals um stattliche 14 Stadtteile und die Bevölkerung auf damals rund 220.000 Menschen. Auf einer Runde um und durch das Rathaus erläutern wir die jüngere Geschichte der Stadt und ihres Rathauses. Seinen im wahrsten Sinne des Wortes krönenden Abschluss findet der Rundgang mit einer Besteigung des Rathaus-Turmes mit einer tollen Aussicht über die Stadt und einige ihrer Stadtteile.

● **Kurs 1110**

**Yogi Scholt, Saarland-Gästeführer**

Fr. 30.08.2024, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.  
Treffpunkt: SB, Rathaus St. Johann, Rathausplatz  
gebührenfrei

**Stadtteilrundgang**

**Altenkessel – der Stadtteil im grünen Saarbrücker Westen**

Die einst selbständige Gemeinde mit 9.000 EinwohnerInnen wurde 1974 ein Stadtteil Saarbrückens mit heute rund 5.500 Menschen. Der Rundgang führt uns von der Altenkesseler Mitte hinunter in den Ortsteil Rockershausen. Begeben Sie sich mit uns auf eine Spurensuche der älteren und neueren Geschichte. Dabei wird der Weg der ehemaligen Bergarbeiterkolonie „Altenkessel“ mit dem Handwerker- und Schifferdorf Rockershausen zu einem Stadtteil mit hohem Wohn- und Freizeitwert aufgezeigt.

● **Kurs 1110A**

**Wolfgang Kiefer, Bürgerinitiative „Unser Altenkessel – sauberer, sicherer, schöner“**

So. 01.09.2024, 10:00 Uhr,  
Dauer: ca. 2,5 Std.  
Treffpunkt: SB-Altenkessel, Rathaus, Gerhardstr. 7  
gebührenfrei

**Stadtteilrundgang**

**Ensheim – grün und ruhig und ganz im Osten**

Lernen Sie Ensheim kennen – das frühere Bauerndorf, das zum Kloster Wadgassen gehörte, später rheinbayerisch und schließlich ein Stadtteil Saarbrückens wurde; wie sich das Dorf dank der Gebrüder Adt und ihrer Papierdosenfabrik zur Industriegemeinde entwickelte und wie der Flughafen ein internationales Flair vermittelt. Und wie sich Ensheim trotzdem als Dorf in der Stadt behauptet.

● **Kurs 1110B**

**Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer**

So. 29.09.2024, 14:30 Uhr,  
Dauer: ca. 2,5 Std.  
Treffpunkt: SB-Ensheim, Altes Rathaus, Hauptstraße 49  
gebührenfrei

**Stadtteilrundgang**

**Dudweiler – Vom Dorf zur Stadt zum Stadtteil**

Einst galt es als „größtes Dorf Europas“, 1962 wurde es selbständige Stadt, um dann 1974 ein Stadtteil Saarbrückens mit Teilautonomie zu werden – unter dem erbitterten Widerstand großer Teile seiner Bevölkerung. Noch heute ist der Ort durch seine über 1000-jährige Geschichte geprägt: durch den Bergbau, durch Goethe am Brennenden Berg und den „Monn mit der long Stong“, um nur ein paar Stichworte zu nennen. Der Rundgang spannt den Bogen vom alten zum neuen Dudweiler.

● **Kurs 1110C**

**Markus Philipp, Dipl.-Geogr.**

So. 01.09.2024, 14:30 Uhr, Dauer: 2 Std.  
Treffpunkt: SB-Dudweiler, Dudoplatz, Ecke Trierer Str.  
gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



Foto: Werner Richter

**DELFL SLOTTA**

**Geograf, Landeskundler, Industriekultur- und Saarland-Fan**

» Ich bezeichne mich gerne als „bekennenden Wahl-Saarländer“ mit langjähriger „Vor-Ort-Erfahrung“. Immer wieder gehe ich bei uns gezielt auf die Suche nach Dingen, die es lohnen, den Gästen unserer Region, aber auch den Einheimischen gezeigt zu werden. Schon vor vielen Jahren bin ich Rahmen meiner Industriekultur-Arbeiten auf die hiesigen Industriearchitekturen und technischen Denkmäler gestoßen. Ich war direkt begeistert und ich bin es bis heute! Was für grandiose Orte! Wer's nicht glaubt, ist herzlich eingeladen zum Selbstversuch unter Anleitung. Ich freue mich auf Sie! «

**Wanderung****Durch Wald und Wiese zum Saarpolygon – Auf der imposantesten Bergehalde des Saarlandes**

Am Ensdorfer Schwimmbad startet die 8,5 km lange Wanderung durch einen im Saarland einzigartigen Erlen- und Pappelbruchwald. Schmale Pfade führen auf dem Weg zum Polygon an Waldteichen vorbei, zu einer Mariengrotte, die mit ihrer Geschichte, eingerahmt von zwei uralten Eichen, ein Kraftort der Stille und Besinnung darstellt. Der Aufstieg zur Halde Duhamel ist durch den angelegten Serpentinweg nicht unbedingt mit einer großen Anstrengung verbunden. Auf der Halde und dem Polygon (130 Stufen) wird man mit Aussichten bis weit ins Saartal, dem Saarlouiser Becken, bis hoch zum Saargau, Schaumberg und in den Hochwald belohnt.

● **Kurs 1112****Christoph Heck, zertifizierter Natur- und Landschaftsführer**

So. 08.09.2024, 14:00 Uhr,

Dauer: ca. 3,5 Std.

Treffpunkt: Ensdorf, Prälat-Anheier-Str. 55,

Parkplatz Schwimmbad/Schützenhaus

EUR 12,00 (9,00)

**Stadtteilrundgang****Saarbrücken quer – Stadtgeschichte nicht nur für Anfänger**

Bei einem Spaziergang durch die Innenstadt erkunden wir eine Auswahl der wichtigsten Gebäude, Straßen und Plätze. Das Rathaus, der St. Johanner Markt und das Saarbrücker Schloss sind nur einige Stationen unseres Rundgangs. Von der Kreuzung römischer Handelsstraßen über die Entstehung einer Festung auf einem Felsen bis hin zur Blütezeit der Stadt mit der Erbauung einer Barockresidenz wird die Stadtgeschichte bis zur heutigen

Landeshauptstadt liebevoll anhand vieler kleiner Details erklärt und dabei das Bild des Großen und Ganzen nicht aus den Augen verloren.

● **Kurs 1113****Astrid Lambrecht, Gästeführerin**

Fr. 13.09.2024, 17:00 Uhr,

Dauer: ca. 1,5 Std.

Treffpunkt: SB, Rathaus St. Johann,

Haupteingang

EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang****Das Untere Malstatt im Wandel der Zeit – Ein Rundgang mit historischen Hintergründen**

Auf der Josefsbrücke blicken wir auf eine Eisenbahnschlucht. Von hier aus sehen wir die Wilhelm-Meyer-Brücke und erfahren, wie dieses imposante Bauwerk entstanden ist. Auf dem Kirchberggelände kommen wir den Kelten auf die Spur. An der Pfarrer-Köllner-Anlage soll die Kartoffel Menschen zusammenbringen. Am Malstatter Markt treffen wir auf „Mutter Saar und ihre Kinder“. Wir flanieren durch die Breite Straße und können hier und da den Duft orientalischer Gewürze vernehmen. Dann tauchen wir in das Malstatt zu Zeiten der Industrialisierung ein.

● **Kurs 1114****Eva Lichtenberger, Stadtteilbüro Malstatt, Diakonie Saar/Hana Jelassi, Quartiersmanagement Malstatt, Diakonie Saar**

Sa. 14.09.2024, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.

Treffpunkt: SB-Malstatt, Josefsbrücke (Nähe Saarbahn-Haltestelle „Cottbuser Platz“)

EUR 10,00 (7,00)

**Wanderung****Archäologische Wanderung im St. Wendler Land – Wandern auf antiken Spuren**

Die Wanderung führt über abwechslungsreiche Pfade und durch schattige Wälder im St. Wendler Land. Entlang der alten Römerstraße öffnet sich immer wieder der Blick auf den Schaumberg. Auf einem Abstecher besuchen wir die Ausgrabungsstätte „Wareswald“, einen römischen Vicus. *Für die Wanderung sind festes Schuhwerk und Regenschutz erforderlich. Rucksackverpflegung wird empfohlen. Es können Fahrgemeinschaften organisiert werden. FahrerInnen, die Plätze anbieten wollen, und MitfahrerInnen, die Plätze suchen, wenden sich bitte per E-Mail an Bartlin Schöpflin (servusbart@yahoo.com).*

● **Kurs 1115****Bartlin Schöpflin, M.A. klassische Archäologie, zertifizierter Gästeführer**

So. 15.09.2024, 10:00 Uhr, Dauer: ca. 6 Std. (4 Std. Gehzeit), Strecke: ca. 14 km, 240 Höhenmeter

Treffpunkt: Sankt Wendel-Winterbach,

Wanderparkplatz in der Seiterstraße

EUR 12,00 (9,00)

**Stadtteilrundgang****Prunk, Protz und Pleite – Barockes Erbe, Verschwendungssucht und ihre Folgen**

Die neuen Herrscher über Saarbrücken-Nassau treffen 1735 auf eine heruntergekommene Residenzstadt, bringen aber anspruchsvolle Vorstellungen von Repräsentation (Bautätigkeit, Stadtgestaltung, Hofhaltung, Luxusunternehmen) mit, die ihre ökonomischen Möglichkeiten bei weitem übersteigen. So hinterlassen sie ein zwar sehenswertes barockes Erbe, aber auch enorme Schulden. Der Rundgang zeigt Teile dieses Erbes und beleuchtet

die z.T. kriminellen Machenschaften bei der Anhäufung des Schuldenberges.

● **Kurs 1116**

**Yogi Scholt, Saarland-Gästeführer**

Sa. 21.09.2024, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.  
Treffpunkt: SB, Schlossplatz, am Brunnen  
EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang**

**Die Geschichte der Kneipenlandschaft im Nauwieser Viertel – Rotlicht, studentische Duftmarken und Gentrifizierung**

Bei unserem Rundgang erschließen wir die Geschichte des Viertels und entdecken zahlreiche noch sichtbare Relikte der Vergangenheit. Wir begeben uns auf die Spuren rotlichtiger Etablissements der 70er-Jahre und der ersten zaghaften studentischen Duftmarken in einem ehemals kleinbürgerlichen Kneipenszenario und verfolgen die Entwicklung zum neuen Kiez der sich in den 90er-Jahren entwickelnden grün-alternativen Szene. Das heutige Viertel ist von sozialen Initiativen und coolen Lokalen geprägt, das aber gleichzeitig gefährdet ist durch Gentrifizierung und die Magnetwirkung des „Bermudadreiecks“ als wichtigstem Saarbrücker Ausgehviertel neben dem St. Johanner Markt.

● **Kurs 1117**

**Ekkehart Schmidt, Wirtschaftsgeograph**

Fr. 27.09.2024, 17:00 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.  
Treffpunkt: SB, vor der Johanneskirche  
EUR 10,00 (7,00)

**Rundgang**

**Auf dem Neunkircher Hüttenweg: Karl-Ferdinand Stumm – Visionär, Patriarch und unbeugsamer Politiker**

Seit ca. 1600 wird in Neunkirchen Eisen produziert. 150 Jahre lang war das Neunkircher Eisenwerk das Zentrum der

Stadt und Arbeitgeber für viele tausend Beschäftigte und ihre Familien. Nur noch wenige, aber ausdrucksstarke Relikte des Eisenwerkes lassen die frühere Geschäftigkeit erahnen. Erfahren Sie Interessantes über die hiesige Eisen- und Stahlproduktion, eng verbunden mit dem Namen Karl-Ferdinand Stumm, besuchen Sie mit uns die Gichtbühne des Hochofens, die Gasgebläsehalle und den Spitzbunker.

● **Kurs 1118**

**Norbert Morawietz, Saarland-Gästeführer**

Sa. 28.09.2024, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 3 Std.  
Treffpunkt: Neunkirchen, Vorplatz der Stummschen Reithalle, Saarbrücker Str. 21  
EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang**

**Das Nauwieser Viertel – Buntes Treiben abseits des Mainstreams**

Das Nauwieser Viertel ist ein lebendiges Stadtquartier zum Wohnen, Arbeiten oder einfach nur zum Verweilen. Gründerzeitfassaden bieten einen stilvollen Rahmen für Cafés, Kneipen, Kino und kleine individuelle Geschäfte sowie atmosphärische Hinterhöfe. Der Rundgang spannt den Bogen von der Entstehung des Viertels um 1900 über die Sanierungsmaßnahmen in den 1980ern und 1990ern bis hin zum heutigen Gesicht des Viertels – viel mehr als nur ein Kneipenviertel!

● **Kurs 1119**

**Dipl.-Geogr. Vanessa Drumm-Merziger**

Fr. 04.10.2024, 17:00 Uhr,  
Dauer: ca. 1,5 Std.  
Treffpunkt: SB, Max-Ophüls-Platz  
EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang**

**Glas und Ton für Kunst und Lohn – Ein Industrierundgang durch Gersweiler**

Bergbau, Glasindustrie und keramische

Industrie prägten das Ortsbild des Dorfes Gersweiler vom 18. – 20. Jhd., wie etwa die Gersweiler Steingutfabrik, die sowohl einfaches Gebrauchsgeschirr als auch hochwertiges Tafelgeschirr und eine Reihe von Schmuckgegenständen herstellte. Wir unternehmen einen Streifzug durch die Industriegeschichte dieses historischen Ortes. Zahlreiche Zeugnisse und Erzeugnisse werden uns auf unserem Weg begegnen.

● **Kurs 1120**

**Karl-Ernst Kugler, zertifizierter Gästeführer**

Sa. 05.10.2024, 14:30 Uhr,  
Dauer: ca. 2,5 Std.  
Treffpunkt: SB-Gersweiler, Bushaltestelle „Willerbach“  
EUR 10,00 (7,00)

**Rundgang**

**Krieg und Versöhnung, Erinnern und Vergessen – Spicherer Höhen, Neue Bremm und Ehrental**

Die Spicherer Höhen und ihre Umgebung sind Grenz- und Erinnerungsraum. Hier liegen Zeugnisse von kriegerischen Konfrontationen und Gewaltherrschaft sowie Aussöhnung und freundschaftlichem Miteinander dicht beieinander. Vom Krieg 1870/71 über den 2. Weltkrieg bis zu den Anfängen der europäischen Einigung wollen wir uns mit den Möglichkeiten der Wahrnehmung und Erinnerung sowie den Brüchen und Chancen der Geschichte beschäftigen.

*Teilnahmevoraussetzung: Gutes Schuhwerk und Trittsicherheit.*

● **Kurs 1121**

**Jörg Jacoby, Kulturwissenschaftler**

So. 06.10.2024, 14:00 Uhr,  
Dauer: ca. 4 Std.  
Treffpunkt: SB, Untertürkheimer Straße, Haltestelle „Spicherer Weg“  
EUR 12,00 (9,00)

**Stadtteilrundgang  
Rundgang über den Rodenhof –  
Vergessen zwischen Eurobahnhof  
und Ludwigspark?**

Zwischen Saarlandhalle, Ludwigsparkstadion und Hauptbahnhof liegt der Rodenhof, lange Jahre abgestempelt als Wohnstadt der Eisenbahner. Doch mit dem Quartier Eurobahnhof rückt der Rodenhof näher an die Stadt. Neben der

im Jahr 2021 abgeschlossenen Modernisierung des Ludwigsparkstadions wird der Rundgang auch die Entstehungsgeschichte des Rodenhofs nachzeichnen. Auch hier gibt es weniger Bekanntes zu entdecken, so z. B. die denkmalgeschützte Kirche St. Albert.

● **Kurs 1122**  
**Jürgen Meyer, Dipl.-Geogr.**  
Sa. 12.10.2024, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 2,5 Std.  
Treffpunkt: SB, Hauptbahnhof, Eingang Nord (Europaallee)  
EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang  
Rotenbühl – Villenidylle zwischen  
Bahn und Bäumen**

Der alte St. Johanner Friedhof ist eine wunderschöne Parkanlage mit monu-

GEOGRAPHIE OHNE GRENZEN e.V.



**Exkursionen  
Stadtrundgänge  
Wanderungen  
Tagesfahrten  
Gruppentouren**

**Lernen Sie mit Geographie ohne Grenzen  
die Stadt kennen. Schauen Sie mit uns  
hinter die Kulissen. Erfahren Sie auf  
unseren Touren warum es so ist wie es ist  
und wie es dazu kam...**

Unser Jahresprogramm finden Sie unter  
[www.geographie-ohne-grenzen.de](http://www.geographie-ohne-grenzen.de)



mentalen Gräbern. Wenige Meter weiter verstecken sich zwischen Bäumen und Straßen sichtbare und „unsichtbare“ Villen, Relikte eines prominenten Großbürgertums. Zwei architektonisch wegweisende Kirchen der Nachkriegszeit und ein dominantes Schulgebäude ergänzen den historischen Kontext. All das macht den Rotenbühl zu dem, was er ist: Ein schönes und hochwertiges Wohnviertel im Grünen und ein Eldorado für Flaneure und Entdecker.

● **Kurs 1123**

**Markus Philipp, Dipl.-Geogr.**

So. 13.10.2024, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 3 Std.

Treffpunkt: SB, Friedhof St. Johann,

unterer Eingang „Am Bruchhübel“

EUR 10,00 (7,00)

**Wanderung**

**Weite Fernsichten rund um Böckweiler – Eine abwechslungsreiche Wanderung im Westrich**

Start und Ziel dieser wenig begangenen Wanderung ist an der Stephanuskirche in Böckweiler, einer Gemeinde im Bliesgau. Die Kirche ist einer der ältesten Kirchenbauten des Saarlandes und geht auf mittelalterliche Vorgängerbauten zurück. Mit herrlichen Fernblicken wandern wir durch den Bliesgau vorbei an der Pinninger Hütte zum Kirchheimer Hof und zur Ottilienquelle, wo wir im Schatten von Feldahornbäumen rasten. Gestärkt geht es durch dichten Wald zu den Hügelgräbern am Alexanderturm und zurück zum Ausgangspunkt.

● **Kurs 1124**

**Bartlin Schöpflin, M.A. klassische Archäologie, zertifizierter Gästeführer**

So. 20.10.2024, 10:00 Uhr,

Dauer: ca. 5 Std.

Treffpunkt: Blieskastel-Böckweiler, Parkplatz Stephanuskirche, Fritz-Schunck-Str. 23  
EUR 12,00 (9,00)

**Stadtteilrundgang**

**Stadtpolitik aus erster Hand: Der St. Johanner Markt – Das Gesamtkunstwerk und seine geplante Erweiterung**

Im vergangenen Jahr wurde die Fußgängerzone, die gute Stube Saarbrückens, in der Fass-, Obertor-, Türken- und Fürstenstraße um ein großes Stück erweitert. Dort befinden sich zahlreiche Kunstwerke im öffentlichen Raum, die in der urbanen Hektik leicht übersehen werden. Wussten Sie zum Beispiel, dass das Pflaster des St. Johanner Marktes auf einem Entwurf des Saarländischen Künstlers Prof. Paul Schneider beruht? Kennen Sie den „Wunschstein“ von Thomas Wojciechowski? Sagen Ihnen die „Vier Steine“ von Dieter Lothschütz etwas? Oder „Der Schwarze Granit“ von Janes Lenassi? Oder die Brunnenanlage von Jolande Lischke-Pfister? Lernen Sie auf unserem Rundgang diese und weitere Kunstwerke in der näheren Umgebung kennen. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Landeshauptstadt Saarbrücken statt.

● **Kurs 1125**

**Sylvia Kammer-Emden, Leiterin des Kulturamtes Saarbrücken**

Fr. 25.10.2024, 17:00 Uhr,

Dauer: ca. 1,5 Std.

Treffpunkt: SB, St. Johanner Markt 24,

vor Kulturinfo

gebührenfrei

**Tagesfahrt**

**Antike pur! Trier und seine historischen Bauwerke – Stadtführung auf den Spuren der Römer**

Der römische Kaiser Augustus gründete Trier im Jahr 16 v. Chr. Damit ist Trier nicht nur eine der ältesten Städte Deutschlands, sondern auch ein bedeutendes Zentrum der Antike. Zahlreiche erhaltene Baudenkmäler liefern ein außergewöhnliches Zeugnis der vierhundertjährigen römischen Epoche. Seit 1986 gehört das Ensemble der Römerbauten neben dem Dom St. Peter und der Liebfrauenkirche zum UNESCO-Welterbe. Bei unserer Stadtbegehung kommen wir an der imposanten Konstantin-Basilika vorbei und folgen dem Verlauf der römischen Stadtmauer. Im Amphitheater sehen wir die unterirdischen Bereiche der Gladiatoren sowie die Räume für die Tierkäfige. Die Kaisertherme gewähren uns einen Einblick in das römische Badewesen. Wir verlassen die Stadt durch die eindrucksvolle Porta Nigra und kommen zurück zum Bahnhof.

*Diese Stadttour erfordert eine gute Kondition. Bitte an ausreichend Getränke denken für unterwegs.*

● **Kurs 1126**

**Gabriele Sauer, Gästeführerin der Großregion**

Sa. 26.10.2024, 08:00 Uhr,

Dauer: ca. 11 Std.

Treffpunkt: SB, Hauptbahnhof, Infopunkt

EUR 57,00 (47,00 GoG-Mitglieder)

Preise inkl. Eintrittskosten. Bei Eigenanreise, z. B. wegen Besitz eines Deutschlandtickets, reduziert sich der Preis für die Tagesfahrt um pauschal 10,00 Euro pro Person.

*Anmeldung erforderlich bis 09.10.2024 bei Geographie ohne Grenzen e. V.*

**Stadtteilrundgang****Deutsche Patrioten und ein Tanztee in den wilden 20ern – Die Hohe Wacht, der Winter- und der Petersberg**

Vom Winterberg hatte man den „Erbfeind“ Frankreich im Blick. Viele Erinnerungen sind von Kriegen geprägt und hinterlassen bis heute Spuren, nicht nur in Geschichtsbüchern, sondern auch in der Landschaft. Aber es gibt noch mehr: Die einzigartige Notkirche, schöne Bürgerhäuser des frühen 20. Jahrhunderts, Ausichten auf die Großstadt und die alles überragende Klinik. Viele Themen und Informationen machen diese Führung zu einem interessanten Erlebnis – bitte mit gutem Schuhwerk und etwas Kondition.

● **Kurs 1127**

**Markus Philipp, Dipl.-Geogr.**

So. 03.11.2024, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 3 Std.

Treffpunkt: SB, Spichererbergstraße 81 an der „Notkirche“

EUR 10,00 (7,00)

**Stadtrundgang****Metropole des Westens – Saarbrücken in den 20er Jahren**

Für einige war es der Versuch einer politischen Utopie, für andere dunkle Besatzungszeit. Die Geschichte des Saargebietes in den 20er Jahren gehört mit zu den interessantesten Epochen europäischer Geschichte des 20. Jhd. Schrittweise nähern wir uns dem Lebensgefühl in der Metropole des Westens in den 20ern und den frühen 30ern.

● **Kurs 1128**

**Bartlin Schöpflin, M.A. klassische Archäologie, zertifizierter Gästeführer**

Fr. 08.11.2024, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.

Treffpunkt: SB, vor dem Hauptzugang des Hauptbahnhofs  
EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang****Sagenhaftes Saarbrücken – Von adeligen Herren und manch sonderbarer Figuren**

Saarbrücken – eine sagenumwobene Stadt. Bei einem gemütlichen Spaziergang durch die Saarbrücker Altstadt werden an geeigneten Punkten oder Plätzen die alten Sagen um die Stadt zum Leben erweckt. Da gibt es sicherlich einige sonderbare Geschichten zu hören.

● **Kurs 1129**

**Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagoge**

Sa. 09.11.2024, 14:30 Uhr, Dauer: ca. 2 Std.

Treffpunkt: SB, Altes Rathaus Saarbrücken am Schloss

EUR 10,00 (7,00)

**Stadtteilrundgang****Vom „Place Royal“ zum „Buckingham-Palace“ – Aus der Stadt zur Orgel des englischen Königshauses**

Die historische Orgel von 1760 aus der Kapelle des Buckingham-Palastes in London steht seit 2007 in der Deutschherrnkapelle. Bedeutende Persönlichkeiten wie Mozart, Johann Christian Bach und Mendelssohn haben die „Königin der Königin“ bereits erklingen lassen. Von der Innenstadt aus erschließt diese Führung den Weg zur abseits gelegenen Kapelle. Vorbei am Ludwigsplatz, dem Alt-Saarbrücker Friedhof und der Pfählersiedlung geht es zum alten Sitz des Deutschordens, wo diese Exkursion mit der Orgel im wahrsten Sinne des Wortes ausklingt.

● **Kurs 1130**

**Thomas Hippchen, GoG/  
Bernhard Leonardy, Organist**

So. 10.11.2024, 14:30 Uhr,

Dauer: ca. 3 Std.

Treffpunkt: SB, Am Schlossberg, Eingang Schlosskirche

EUR 12,00 (9,00)

**Film- und Lichtbildervorträge der Freunde des Abenteuer museums**

Alle Vorträge finden im Schlosskeller Saarbrücken statt und sind gebührenfrei. Über eventuelle Termin- oder Themenänderungen werden Sie über die Tagespresse oder unter [www.abenteuermuseum.de](http://www.abenteuermuseum.de) informiert. Falls Sie per Mail über Termine und Veranstaltungen des Abenteuer museums informiert werden wollen, wenden Sie sich bitte an: Heinz Zimmer, Vorsitzender der Freunde des Abenteuer museums:  
E-Mail: [heinz-zimmer@web.de](mailto:heinz-zimmer@web.de)

**Bildvortrag****Guatemala, Belize, Mexiko – Unterwegs im Reich der Maya**

Armin und Karin Fell nehmen die BesucherInnen mit in einen Mix aus ursprünglicher Kultur und exotischer Natur. Zum Auftakt besuchten sie die alte Kolonialstadt Antigua und erlebten hautnah die Urkraft der Natur bei der Besteigung des Acatenango und Fuego. Tief in die alte Maya-Kultur tauchten sie bei einer mehrtägigen Trekkingtour zum Atitlan-See ein. Weiterhin besuchten die beiden die sagenhaften Ruinenstädte Tikal und Chichen Itza, schnorchelten in Belize unter Haien und entdeckten in Yucatan geheimnisvolle Cenoten.

● **Kurs 1135****Armin Fell**

Fr. 27.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Bildvortrag****Mit dem Rad nach Griechenland**

Denise Hollmann und Luzia Pesch sind vom Bliesgau zu einer längeren Radreise aufgebrochen. Ihr erklärtes Ziel: aus eigener Kraft zur Olivenernte in Griechenland radeln, um dort anzupacken. Nachdem es erst entspannt an Kanälen und Flüssen entlang geht, fordert sie die Alpenüberquerung in den Schweizer Bergen mit Gepäck heraus. In Italien warten vielfältige Landschaften auf die beiden, bis sie über die Adria nach Griechenland übersetzen.

● **Kurs 1136****Luzia Pesch/Denise Hollmann**

Fr. 25.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Bildvortrag****Im südlichen Äthiopien**

In großartigen Bildern, untermalt mit stimmungsvoller Musik berichtet das Biologenpaar aus dem Süden von Äthiopien: In den faszinierenden christlichen Felsenkirchen in Lalibela feiern tausende Pilger das orthodoxe Weihnachtsfest. In Harar, der Hochburg der äthiopischen Muslime, prägen farbenfrohe Märkte und in bunte Tücher gehüllte Frauen das Straßenbild. Entlang der Seenkette des Rift Valleys präsentiert sich eine vielfältige Tier- und Pflanzenwelt. Im Omo-Tal erleben die beiden ein faszinierendes Mosaik verschiedenster Völker, die nahezu unberührt von den modernen Einflüssen der Welt leben.

● **Kurs 1137****Herbert Zick**

Fr. 29.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Hommage an Heinz Rox Schulz, den König der Globetrotter**

Aus Anlass des Todes von Heinz Rox Schulz, Globetrotter und Gründer des Abenteuermuseums, vor 20 Jahren möchten die „Freunde des Abenteuermuseums e. V.“ und die vhs Regionalverband Saarbrücken wieder an diesen einzigartigen Menschen erinnern. In einem rund 90-minütigen Filmbeitrag werden Ausschnitte aus seinen Filmen wie „Allein unter Waldmenschen“ oder „Hello Burunni“ zu sehen sein, aber auch von seinem Leben mit seinen Tieren auf dem Ponsheimer Hof, seiner Zeit im Abenteuermuseum oder seinen Fernsehauftritten im SR mit vielen Anekdoten und Interviews.

● **Kurs 1138****Heinz Zimmer**

Fr. 13.12.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei  
*Um Anmeldung bis zum 11.12.2024 unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de) oder [vhsinfo@rvsbr.de](mailto:vhsinfo@rvsbr.de) wird gebeten.*

**Bildvortrag****Vietnam und Kambodscha**

Vietnam, Land der Gegensätze, und Kambodscha, mystischer Tempel von Ankor: Armin Fell erzählt unter anderem von einer mehrtägigen Trekking-Tour im Bergland von Sapa und einer 3-tägigen Kanutour zusammen mit seiner Frau Karin durch die Halong-Bucht. Er berichtet über die krassen Gegensätze zwischen dem traditionellen und dem modernen Vietnam in Hanoi und Saigon. Er nimmt Sie

**Dozentinnen und Dozenten**

**HEINZ ROX SCHULZ**  
*Globetrotter, Gründer des Abenteuermuseums*

» „König der Globetrotter“ oder „Der letzte Weltwanderer“ wurde Heinz Rox Schulz anerkennend und bewundernd genannt. Seit den 1950er Jahren bereiste er die Welt. Seine Leidenschaft für das Fotografieren und Filmen machte er zum Beruf. Seine Filme liefen erst im Saarländischen Fernsehen, dann in der ARD. Rox war ab 1962 freier Mitarbeiter des Saarländischen Rundfunks.

Von seinen Reisen brachte er jede Menge Fundstücke und Souvenirs mit, die dann Ende der 1970er Jahre ein neues Zuhause in dem legendären Abenteuermuseum im Saarbrücker Alten Rathaus fanden.

2004 starb der König der Globetrotter in seiner Wahlheimat Saarbrücken. «

mit zu den Menschen und den exotischen Märkten im Mekong-Delta. Der krönende Abschluss ist ein Besuch in den Tempelanlagen von Ankor, die sie mit dem Mountain-Bike erkundet haben.

● **Kurs 1139**

**Armin Fell**

Fr. 10.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Bildvortrag**

**Die Lofoten – Im Norden Norwegens**

Insgesamt 80 kleine und große Inseln bilden die Lofoten und verleihen ihnen einen einzigartigen Charme. Auch wenn man eine über 3.000 km lange Anfahrt in den Norden Norwegens hat, wird man belohnt durch die Begegnung mit einer Wunderwelt: Hoch aus dem Meer aufragende Felsen, manche bis 1.000 Meter hoch, dazwischen Buchten mit saphirblauem Wasser, gewaltige Geröllfelder mit rundgeschliffenen Steinen, gesäumt von schneeweißen Stränden. In diese Landschaft sind immer wieder kleine Dörfer mit roten, gelben und weißen Holzhäusern eingebettet, oft auf Stelzen ins Wasser gebaut. Blühende Wiesen sorgen für grüne Farbtupfer. Selbst bei trübem Wetter erscheint die Landschaft mystisch und schön. Am schönsten ist es jedoch zur Zeit der Mitternachtssonne. Jürgen Mai berichtet über diese Inselgruppe, die er mehrmals mit dem Wohnmobil oder der legendären Hurtigruten besuchte, und präsentiert dieses Land mit farbenfrohen, faszinierenden Bildern, gepaart mit viel Hintergrundwissen.

● **Kurs 1140**

**Jürgen Mai**

Fr. 07.02.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Mediathek**

 **Online-Kurs**

**Daniel Dakuna –  
Anekdoten eines Beifahrers**

Steig ein und begleite mich auf eine Reise per Anhalter, die mich durch insgesamt 42 Länder geführt hat. Eine Fahrt voller Abenteuer, unbekannter Straßen, emotionaler Begegnungen und unbegreiflicher Zufälle. Geschichten über das Scheitern, die Liebe, über inspirierende Bekanntschaften und Einsichten, zu denen ich durch meine Reise kam. Übernachte mit mir an Halloween, eingesperrt in einem norwegischen Kriegsbunker, spaziere mit mir und einem Lachsfisch durch Riga und folge mir zu einem bekannten Rockstar nach Bosnien und Herzegowina. Lass uns gemeinsam zu den Klängen der Spice Girls durch Sibirien fahren und auf verlassenen Inseln Borneos tropischen Stürmen trotzen. Lass mich dir meine Geschichten erzählen: Geschichten zum Lachen, zum Weinen und zum Nachdenken. Geschichten von Menschen und der Menschlichkeit. 53.000 Kilometer, 432 Mitfahrgelegenheiten und 135 Einladungen zum Übernachten. Der Vortrag fand im Rahmen der Semestereröffnung am 06.03.2023 im vhs-Zentrum in Saarbrücken statt.

● **Kurs 1142**

**Daniel Klesen**

ab Mo. 16.09.2024

online

gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

**Vortragsreihe**

**Korsika Kallisté**

Besonders in den Monaten Mai und Juni entfaltet die Macchia Korsikas, so nennt man das undurchdringliche, überall gegenwärtige Gestrüpp, eine unnachahmliche Wolke von verschiedensten Düften: Steineiche, Thymian, Majoran, Rosmarin, Myrthe, Heidekraut und Lavendel. Vor allem aber der Duft der Immortelle ist es, der in Napoleon Bonaparte die Erinnerung an die Insel Korsika erweckte. Die Reihe „Korsika Kallisté“ (die Schönste) wird Sie in zwei Vorträgen auf verschiedenen Wegen auf die viertgrößte Insel des Mittelmeers entführen.

Am Ende sind wir rundum vorbereitet für einen Besuch der schönsten Insel des Mittelmeers.

**Multi-Media-Vortrag**

**Korsika – Touristisches, Land und Leute, Fauna, Flora, Kulinarik**

Wir lernen Geografie, Klima und Wetter kennen, genauso wie Flora und Fauna, Land und Leute. Kulinarisches und Kulturelles, Literatur und vor allem die von der pastoralen Lebensweise geprägte Musik erweitern unsere Kenntnisse.

● **Kurs 1143**

**Wolfgang Noack**

Mi. 13.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

**Multi-Media-Vortrag**

**Korsika – Entstehungsgeschichte, Historisch-Politisches, Persönlichkeiten, Wunschthemen**

Im Zentrum stehen die Entstehungsgeschichte und die sehr wechselhaften geschichtlich-politischen Zusammenhänge.

Diese waren lange Zeit vom Einfluss der Seerepublik Genua geprägt. Wir lernen die berühmtesten Persönlichkeiten der Kallisté kennen, u. a. den einzigen König Korsikas, Theodor I., mit westfälischen Wurzeln, und natürlich Napoleon Bonaparte und schlagen den Bogen zu aktuellen politischen Entwicklungen.

● **Kurs 1143A**

**Wolfgang Noack**

Mi. 05.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Kultur- und Lesetreff St. Arnual

**Bildvortrag**

**Unterwegs in der Achse des Bösen?  
Traumreiseland Iran**

Seit Jahrzehnten hören wir nur Schlechtes über den Iran. Wieso reist ihr dorthin? Schon zum 2. Mal haben Heike und Markus Walter dieses faszinierende Land im Mittleren Osten besucht. Insgesamt 4 Monate bereisen beide das Land mit ihrem Fernreisemobil auf eigene Faust. Gerne und oft nah bei den Menschen. Denn neben der faszinierenden Natur, der jahrtausendealten Kultur und dem orientalischen Treiben in den Basaren sind es doch die unfassbar freundlichen Menschen, die dieses Land ausmachen. *Anmeldung erbeten bei Gabi Reis-Barrois, Fon 0681 85909-52, kultur-und-lesetreff.sanktarnual@saarbruecken.de.*

● **Kurs 1144**

**Markus Walter**

Mo. 07.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kultur- und Lesetreff St. Arnual, PÄDSA, Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken  
gebührenfrei

**Bildvortrag**

**Mit dem Fahrrad unterwegs –  
zwischen Saar, Mosel und Rhein**

Der Referent, Hobbyradler und seit über 15 Jahren im Urlaub und in seiner Freizeit mit dem Fahrrad unterwegs, stellt in seinem Vortrag aus eigener Erfahrung empfehlenswerte Radtouren vor, die sich für Tagesausflüge oder für ein (verlängertes) Wochenende in der näheren Umgebung eignen. Er geht auf mögliche Organisationsformen ein, bewertet den Schwierigkeitsgrad sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges.

● **Kurs 1145**

**Werner Michaltzik**

Mi. 30.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 5,00

In Kooperation mit dem  
Deutsch-Amerikanischen Institut  
Saarland e.V. (dai)

**Bildvortrag**

**Multivisionsshow:  
Alaska & Kanadas Westen –  
der Ruf der Wildnis**

Alaska und der Westen Kanadas sind bis heute eine ungezähmte Wildnis. Der Mensch spielt hier höchstens eine kleine Nebenrolle. Es ist eine unberührte und erstaunlich vielfältige Naturlandschaft mit weiten Prärien, riesigen Wäldern, baumlosen Tundren und Eiswüsten, durchzogen von einem Labyrinth mächtiger Flüsse. Hier gibt es zehntausende von Inseln und noch mehr kristallklare Seen, in denen sich schneebedeckte Bergketten spiegeln. Gigantische Gletscher wälzen sich in die Täler, einsame Straßen führen in die Unendlichkeit. In atemberaubenden

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**WOLFGANG NOACK**  
Mathematiker und Informatiker

» Wolfgang Noack hat 30 Jahre in der Raumfahrt beim Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt in Oberpfaffenhofen gearbeitet. Danach entwickelte er in seinem Unternehmen Anwendungen und Systeme der Fernerkundung für namhafte Firmen sowie wissenschaftliche und staatliche Einrichtungen. Bei einem mehrjährigen Aufenthalt auf der Insel Korsika verband er Rad- und Wandertouren mit der Vermittlung mediterrane Geschichte, der Kultur und Besonderheiten von Land und Leute. Zurzeit studiert er an der Universität des Saarlandes Kulturwissenschaften. «

Bildern hat der Abenteurer, Reisende und vielfach ausgezeichnete Fotograf Roland Marske die unglaubliche Schönheit zu unterschiedlichen Jahreszeiten eingefangen. Die Hauptdarsteller der Dia-Show aber sind die Wildtiere. Um ihren Zug durch die großartige Weite zu begleiten, lies sich der Fotograf auch mit kleinen Buschflugzeugen noch tiefer in die Wildnis fliegen. So entstanden spektakuläre Aufnahmen aus allernächster Nähe von Grizzlys, Schwarzbären, Elchen, Moschusochsen, Bisons und Walen. Wer dem „Ruf der Wildnis“ folgt, wird von dieser einmaligen Multivisionsshow garantiert mit dem Kanada- und Alaska-Fieber infiziert.

● **Kurs 1146**

**Roland Marske**

Mo. 02.12.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Festsaal im Saarbrücker Schloss,  
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken  
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Historischen  
Museum Saar

**Öffentliche Museumsführungen**

Das Historische Museum Saar hat das Angebot an öffentlichen Führungen erweitert. Die BesucherInnen zahlen keine Führungsgebühr, sondern lediglich den Eintritt, der zur Besichtigung der Dauerausstellung zur Saargeschichte seit 1870, der Unterirdischen Burg und der Sonderausstellung berechtigt. Weitere Angebote finden sich unter [www.historisches-museum.org](http://www.historisches-museum.org). Informationen zu den öffentlichen Führungen beim Historischen Museum Saar unter Fon 0681 506-4506 (während der Öffnungszeiten).

**Führung**

**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – „Burg und Schloss Saarbrücken“**

Die Führung findet in Kooperation mit der Tourist Info des Regionalverbandes Saarbrücken statt.

● **Kurs 1150**

Samstags, 15:00 – 16:00 Uhr  
Sonn- und feiertags, 15:00 – 16:00 Uhr  
Historisches Museum Saar  
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

**Führung**

**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – Führung durch die Sonderausstellung (bzw. durch die Dauerausstellung, wenn keine Sonderausstellung gezeigt wird)**

Die Führung findet in Kooperation mit der Tourist Info des Regionalverbandes Saarbrücken statt.

● **Kurs 1151**

Sonn- und feiertags, 14:00 – 15:00 Uhr  
Historisches Museum Saar  
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

**Junge vhs**

**Führung**

**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – Kostümführung mit Ritter oder Burgherrin**

Die Führung findet in Kooperation mit der Tourist Info des Regionalverbandes Saarbrücken statt.

● **Kurs 1152**

Sonn- und feiertags, 16:00 – 17:00 Uhr  
Historisches Museum Saar  
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

**Führung**

**Geschichte erleben im Historischen Museum Saar – Führung auf Arabisch durch die Dauerausstellung**

Die Führung findet in Kooperation mit der Tourist Info des Regionalverbandes Saarbrücken statt.

● **Kurs 1153**

Auf Anfrage  
Historisches Museum Saar  
gebührenfrei (zuzüglich Eintritt)

In Kooperation mit dem Historischen  
Museum Saar im Rahmen der Ausstellung  
„ILLEGAL. Street Art Graffiti 1960 – 1995“

**Vortrag**

**Graffiti in Wien 1984-99**

● **Kurs 1154**

**Maike Hettinger/Steffen Wogrin**

Fr. 27.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Historisches Museum Saar  
gebührenfrei

*Um Anmeldung beim Historischen Museum Saar unter Fon 0681 506-4506 (während der Öffnungszeiten) wird gebeten. Weitere Informationen beim Historischen Museum Saar.*

**Ausstellungsführung**

**Illegal. Street Art Graffiti 1960 – 1995**

Das Historische Museum zeigt noch bis zum 23. Februar 2025 bahnbrechende Werke aus den Anfängen amerikanischer und europäischer Street Art- und Graffiti-Geschichte. Dabei wird ein Fokus auf frühe, illegale Werke gesetzt, welche ohne kommerzielle Absicht für ein Publikum auf der Straße geschaffen wurden. Die Schau beginnt mit dokumentarischen Graffiti-Aufnahmen des französischen Fotografen Brassäi, die erstmals 1960 ausgestellt wurden, und endet im Jahr 1995, als erste Werke Banksys in England auftauchten.

● **Kurs 2307B**

Mi. 22.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Historisches Museum Saar  
EUR 8,00

Veranstaltungen in Kooperation mit der  
Deutsch-Koreanischen Gesellschaft Saar  
im Rahmen des Korea-Monats 2024

**Vortrag****Korea – Teilung statt Befreiung**

Kaiserreich, japanische Kolonie, Koreakrieg –  
Wie es zur tragischen und eigentlich über-  
flüssigen Teilung des jahrtausendealten  
Landes kam.

● **Kurs 1155****Stephan Weidauer**

Fr. 08.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 5  
EUR 5,00

*Um Anmeldung wird bis zum 06.11.2024  
gebeten.*

**Vortrag****Verblüffend ähnlich – total  
verschieden: Ein gewagter Vergleich  
zwischen Korea und Griechenland**

Zwei Halbinseln in Südeuropa und  
Ostasien, die verschiedener nicht sein  
könnten – oder etwa nicht? Verblüffende  
Parallelen, gewaltige Unterschiede. Der  
Vortrag findet in Kooperation mit der  
Deutsch-Koreanischen Gesellschaft Saar  
und der Deutsch-Griechischen Gesellschaft  
Saar e.V. statt.

● **Kurs 1156****Stephan Weidauer**

Do. 07.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Deutsch-Griechische Gesellschaft Saar  
e.V., Neugrabenweg 94 (am Ilseplatz),  
66123 Saarbrücken  
EUR 5,00

**Vortragsreihe „Wissenschaftlicher Vortrag  
für Jedermann“****Vortrag****Die Geschichte der Zusammenarbeit  
zwischen Korea und Deutschland**

Der Vortrag beginnt mit den ersten und  
teilweise überraschenden Eindrücken  
beim Antritt eines Forschungsaufenthalts  
in Deutschland. Im zweiten Teil geht es  
um Korea und Deutschland im Vergleich.  
Es werden historische, geographische und  
wirtschaftlich/industrielle Aspekte be-  
leuchtet. Der dritte Teil des Vortrags wid-  
met sich der Zusammenarbeit zwischen  
den beiden Ländern: Entwicklung der  
formellen diplomatischen Beziehungen,  
Zusammenarbeit zwischen Unternehmen  
und Schulen und kulturelle Zusammen-  
arbeit auf privater Ebene. Diese Entwick-  
lungen machen viel Hoffnung für die  
Zukunft der beiden Länder.

● **Kurs 1157****Ilho Kim**

Do. 07.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 16  
EUR 5,00

**Vortrag****Grüner Stahl in Korea und  
Deutschland**

Im Laufe von 2 Jahrtausenden wurden  
1 m hohe Rennöfen zu 80 m hohen  
Hochöfen entwickelt. In Deutschland  
geschah das kontinuierlich, in Südkorea  
wurde abrupt in den 1960er Jahren mit  
der großindustriellen Hochofentechnik be-  
gonnen (Selbstversorgung mit Stahl). Das  
bedeutet immense CO<sub>2</sub>-Emissionen. Im  
Jahr 2020 verpflichtet sich die koreanische  
Firma POSCO zu „Netto-Null bis 2050“  
und beginnt mit der wasserstoffbasierten  
Direktreduktion von Eisenerzen und der  
Stahlschmelze im Lichtbogenofen. Etwa

**Dozentinnen und  
Dozenten****WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter  
Polizeibeamter, reist gerne und  
liest viel, mehrsprachig, sammelt  
unnützes, aber dennoch interes-  
santes Wissen, das er gerne in  
Vorträgen weitergibt. «



zeitgleich geschieht das bei Dillinger im Saarland und an anderen Standorten in Deutschland. Die zugrundeliegende Technologie wird im Vortrag erklärt.

● **Kurs 1158**

**Prof. Dr. Ralf Hempelmann**

Do. 14.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 16  
EUR 5,00

**Vortrag in englischer Sprache**

**Wissenschaftliche Kooperation zwischen Korea und Deutschland  
Vorstellung der KIST Europe  
Forschungsgesellschaft  
(Korea Institute of Science and Technology Europe)**

This presentation compares the energy policies of South Korea and Germany, focusing on their strategies for transitioning to renewable energy, enhancing efficiency, and reducing emissions. It examines Germany's Energiewende and South Korea's Green New Deal, highlighting their frameworks and initiatives. The study also explores the potential for bilateral cooperation in technology transfer, policy innovation, and joint sustainability projects. By analyzing their successes and challenges, the presentation aims to identify pathways for mutual benefit and global leadership in combating climate change.

● **Kurs 1159**

**Dr. Sangwon Kim, KIST Europe**

Do. 21.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 16  
gebührenfrei

**Veranstaltungen aus der Reihe  
vhs.wissen live**



**Online-Kurs**

**Deals mit Diktaturen: Eine andere  
Geschichte der Bundesrepublik**

Der Umgang mit Diktatoren hat die bundesdeutsche Demokratie von Anfang an herausgefordert. Frank Bösch zeigt auf der Grundlage umfassender Archivrecherchen, welche Interessen dabei aufeinandertrafen und was in den Hinterzimmern besprochen und angebahnt wurde. Mit den Regierungen wandelte sich der Austausch mit Autokratien in Südamerika, Ostasien oder im Ostblock. Durch gesellschaftlichen Protest gewannen Werte und Sanktionen allmählich an Bedeutung. Doch der wirtschaftsorientierte Pragmatismus blieb das vorherrschende Muster, das die Geschichte der Bundesrepublik zutiefst prägte.

● **Kurs 1180**

**Prof. Dr. Frank Bösch**

Mo. 23.09.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**In Kooperation mit dem Börsenverein des  
Deutschen Buchhandels**



**Online-Kurs**

**Tausend Aufbrüche: Die Deutschen  
und ihre Demokratie seit den  
1980er-Jahren**

Die Ost-West-Debatte der Deutschen ist oft von gegenseitigem Unverständnis und Zuspitzungen geprägt. Christina Morina vermeidet die übliche Frontenbildung und rückt die Demokratievorstellungen und das Selbstverständnis ganz normaler Bürgerinnen und Bürger in Ost und West seit den 1980er Jahren in den Fokus. Indem die sie die Demokratiegeschichte

der Bundesrepublik und die Demokratieanspruchsgeschichte der Deutschen Demokratischen Republik miteinander verzahnt, kann sie maßgebliche Unterschiede und wechselseitige Bezüge im Staats- und Politikverständnis herausarbeiten. Dabei entsteht ein differenziertes Bild: Viele Bewohner der DDR identifizierten sich mit ihrem Land und dessen „volksdemokratischen“ Idealen, blieben dem Staat und seinen Institutionen gegenüber jedoch skeptisch. Diese Staatsferne wirkt bis heute nach. Im Zusammenspiel mit einem wiedererstarkenden Nationalismus im Westen entstand so nicht zuletzt auch der Nährboden für den Aufstieg des Rechtspopulismus.

● **Kurs 1184**

**Prof. Dr. Christina Morina**

So. 29.09.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Der Aufstieg Chinas**

Beruhet Chinas unaufhörlicher globaler Aufstieg auf einer Wiederherstellung seiner früheren historischen Zentralstellung oder auf der Leistung der aktuellen politischen Führung des Landes? Im Vortrag wird Klaus Mühlhahn einen breiten Überblick über Chinas Aufstieg geben und die erstaunliche Widerstandsfähigkeit schildern, die das Land in den stürmischen Zeiten von Krieg, Rebellion, Krankheit und Hungersnot gezeigt hat. Darüber hinaus wird der Vortrag sich auf die Lehren aus der Geschichte konzentrieren, die Einblicke in die internationale Position Chinas geben und die Frage beantworten, wie Deutschland und Europa reagieren sollten.

● **Kurs 1181**

**Prof. Dr. Klaus Mühlhahn**

Mo. 28.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Die kurze Stunde der Frauen.  
Wie Frauen nach dem 2. Weltkrieg  
die Emanzipation wagten und alte  
Machtstrukturen bekamen**

In der Phase der Nachkriegszeit wurden Frauen nachträglich mehr bewundert als in jeder anderen Epoche. Bis heute hält sich hartnäckig die Legende der Trümmerfrauen. Wie die Frauen selbst aber die damalige Zeit erlebten, ist kaum bekannt. Welche Hoffnungen hegten sie? Wie erfuhren sie die belastenden Lebensumstände? Und was dachten sie, als die neu empfundene Freiheit bald wieder den alten Machtverhältnissen weichen musste?

● **Kurs 1182**

**Prof. Dr. Miriam Gebhardt**

Mi. 06.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Kolonisierung und imperiale  
Politik: Nordamerika und Russland  
im Vergleich**

Im 17. und 18. Jahrhundert wurden große Teile Nordamerikas und Russlands kolonisiert. In dieser Veranstaltung sollen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen der amerikanischen und russischen Kolonisierung diskutiert und herausgearbeitet werden.

● **Kurs 1183**

**Prof. Dr. Michael Hochgeschwender/**

**Prof. Dr. Jörg Baberowski**

Mi. 04.12.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**ROLAND MARSKE**

**Reisefotograf**

- » Roland Marske ist Fotograf und Journalist, aber vor allem Weltreisender. Seine beiden großen Leidenschaften Fotografie und Reisen machte er schließlich zum Beruf und ist nun schon seit Jahren unter anderem als Reisefotograf erfolgreich. Zwischen den Reisen zu Zielen auf der ganzen Welt tourt er durchs Land und präsentiert in aufwändigen Multi-Visionsshows Städte, Regionen oder Länder. Dabei nimmt er die Zuschauenden auf eine Reise mit, auf der man mehr als nur die üblichen Touristen-Attraktionen zu sehen bekommt. Stattdessen gibt es jede Menge Geheimtipps und Bilder von ganz normalen Menschen vor Ort. Mehr auf: <https://jules-verne-online.de>. «

Ministerium für  
Wirtschaft, Innovation,  
Digitales und Energie

SAARLAND



[WWW.SAARLAND.DE/](http://WWW.SAARLAND.DE/)

# MITTEL STAND



Entdecken Sie jetzt  
unsere geballte Power an  
**Unterstützungsangeboten**  
für den **Mittelstand!**

**Beratung und Information**

**Dr. Elisabeth Schmitt**  
 Programmbereichsleiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 35  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4335  
 Fax 0681 506-4390  
 elisabeth.schmitt@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**

**Marion Savelkouls**  
 Sachbearbeiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 32  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4312  
 Fax 0681 506-4399  
 marion.savelkouls@rvsbr.de

**Politische (Jugend-) Bildung**

*Seit mehr als 100 Jahren stehen die Volkshochschulen für soziales und politisches Lernen. Wir präsentieren Ihnen viele besondere Veranstaltungen, die Sie nicht verpassen sollten.*

*Auch in diesem Semester liegt der Schwerpunkt auf Europa nach den Wahlen. Ob online oder in Präsenz – es erwarten Sie zahlreiche Veranstaltungen zu aktuellen Entwicklungen in der EU, die Sie informieren und Ihnen wichtige Aspekte vermitteln.*

*Mit unserem Format vhs.wissen live haben Sie auch in diesem Semester wieder die Möglichkeit, spannende Vorträge von renommierten DozentInnen zu unterschiedlichen aktuellen Themen zu hören.*

*In Kooperation mit dem Adolf-Bender-Zentrum e.V. bieten wir wieder eine Veranstaltung zum Thema Umgang mit Vorurteilen und Stammtischparolen an.*

*Unsere Angebote erweitern Ihr Wissen und fördern Ihr Engagement. Wir laden Sie herzlich ein, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen!*



Schärfe dein  
politisches  
Bewusstsein.



Finde  
deinen Kurs

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



## POLITISCHE (JUGEND-)BILDUNG

### Exkursionen: Erinnern für die Zukunft

Wichtiger Hinweis: Die Exkursionen zur politischen Jugendbildung werden von der Stiftung Demokratie Saarland in Kooperation mit der vhs Regionalverband Saarbrücken angeboten. Die Organisation der Exkursionen liegt bei der Stiftung. Kursbeschreibungen und Anmeldeformulare finden sich auf deren Internetseite: [www.stiftung-demokratie-saarland.de](http://www.stiftung-demokratie-saarland.de)

#### Exkursion Stadtrundfahrt Nazi-Herrschaft am Beispiel der Stadt Saarbrücken und des Saarlandes

Die Fahrten werden Schulklassen und anderen Gruppen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Die Klassen werden an ihren Schulen abgeholt und dorthin zurückgebracht. Optimal 24 TeilnehmerInnen, maximal 30.

Kosten: 150 Euro pro Gruppe.  
Ansprechpartnerin: Monika Petry,  
Fon 0681 90626-13, [mp@sdsaar.de](mailto:mp@sdsaar.de)

● **Kurs 1201**  
Termine nach Vereinbarung

#### Exkursion Exkursion zum ehemaligen Konzentrationslager Natzweiler in den Vogesen

Die Fahrten werden Schulklassen und anderen Gruppen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Die Klassen werden an ihren Schulen abgeholt und dorthin zurückgebracht. Optimal 24 TeilnehmerInnen, maximal 30. Gebühr:

15 Euro pro Person, mindestens jedoch 250 Euro pro Gruppe.

## POLITISCHE (JUGEND-) BILDUNG

Ansprechpartnerin: Carmen Oschmann,  
Fon 0681 90626-21, [co@sdsaar.de](mailto:co@sdsaar.de)

● **Kurs 1202**  
Termine nach Vereinbarung

#### Exkursion Exkursion zum Schlachtfeld vor Verdun

Die Fahrten werden Schulklassen und anderen Gruppen angeboten. Die Termine werden frei vereinbart. Die Klassen werden an ihren Schulen abgeholt und dorthin zurückgebracht. Optimal 24 TeilnehmerInnen, maximal 30. Kosten: 15 Euro pro TeilnehmerIn, mindestens jedoch 250 Euro pro Gruppe plus die Eintrittspreise vor Ort.

Ansprechpartnerin: Saskia Guthörl,  
Fon 0681 90626-22, [sg@sdsaar.de](mailto:sg@sdsaar.de)

● **Kurs 1203**  
Termine nach Vereinbarung

## Mediathek

### **Online-Kurs** Sophie Scholl: Porträt einer Widerständigen. Zum 100. Geburtstag der NS-Widerstandskämpferin

Wie wird eine Frau zur Heldin? „Ich bin nach wie vor der Meinung, das Beste getan zu haben, was ich gerade jetzt für mein Volk tun konnte.“ Das sagte Sophie Scholl nach ihrer Verhaftung im Februar 1943, so steht es im Protokoll der Geheimen Staatspolizei. Doch wie gelangte die 21-Jährige zu dieser Überzeugung?

1942 schrieb Sophie: „Habe ich geträumt bisher? Manchmal vielleicht. Aber ich glaube, ich bin aufgewacht“. Was musste geschehen, damit aus einem begeisterten Hitlermädchen eine entschlossene Widerstandskämpferin wurde? Robert M. Zoske spürt dieser Frage in seinem empathischen Porträt nach. Auf der Basis

neuer Quellen und bisher unveröffentlichter Dokumente zeigt er Sophie Scholl, so wie man sie bislang noch nicht kannte. Robert Zoskes Biographie zu Sophie Scholl wurde mehrfach rezensiert, u. a. von Cord Aschenbrenner in der Süddeutschen Zeitung in der Rubrik Bücher des Monats. Der Vortrag fand am 14.06.2021 im Rahmen des Literaturfestivals erLESEN! in Saarbrücken statt.

● **Kurs 1206**

**Dr. Robert M. Zoske, Historiker und Pastor i.R.**

ab 16.09.2024

online

gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

🏠 **Online-Kurs**

**René Sydow – Bildung vs. Wissen**

Wie wollen wir lernen und was wollen wir behalten? Der Kabarettist und Autor René Sydow hinterfragt, ob unser klassisches Bildungsideal in Zeiten des Internets noch angemessen ist. Brauchen wir noch Gedichte, wenn wir Wikipedia haben? Brauchen wir Plato in Zeiten von Elon Musk? Und wo ist all das Wissen, das wir in der Informationsflut verlieren? Ein humoristischer Vortrag über das, was in unseren Köpfen ist oder sein sollte. Der Vortrag fand am 26.09.2022 im Rahmen der Eröffnungsveranstaltung zum neuen vhs-Semester statt.

● **Kurs 1209**

**René Sydow**

ab 16.09.2024

online

gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

🏠 **Online-Kurs**

**Zur Zukunft der Erwachsenenbildung an einer modernen Volkshochschule**

Immer spannend, immer in Bewegung und alles andere als verstaubt! Ein Beitrag zum Jubiläumsjahr „100 Jahre Volkshochschulen in Deutschland“. Der Vortrag fand am 02.09.2019 bei der Stiftung Demokratie Saarland statt.

● **Kurs 1210**

**Dr. Carolin Lehberger, Dipl.-Pädagogin, vhs-Direktorin**

ab 16.09.2024

online

gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

**Semesterschwerpunkt: Europa 2024**

**Online-Reihe des Bundesarbeitskreises Politik – Gesellschaft – Umwelt im Deutschen Volkshochschulverband (DVV)**

🏠 **Online-Kurs**

**Europas bestgehütetes Geheimnis: Erhalt von Minderheiten und Regionalsprachen in Europa**

In der Europäischen Union leben etwa 50 Millionen Menschen, die einer nationalen Minderheit oder Sprachminderheit angehören. Neben den 24 Amtssprachen gibt es hier über 60 Regional- oder Minderheitensprachen: Europas bestgehütetes Geheimnis! Diese Minderheiten leisten einen wertvollen Beitrag zur sprachlichen und kulturellen Vielfalt Europas. Gemeinsam mit anderen EuropäerInnen wollen sie die Zukunft der Europäischen Union mitgestalten. In Deutschland sind heute vier autochthone nationale Minderheiten und Volksgruppen anerkannt: die dänische Minderheit, die friesische Volksgruppe,

**Dozentinnen und Dozenten**



Foto: Frederika Hoffmann

**DR. ROBERT M. ZOSKE**  
**Historiker und Pastor i.R.**

» Dr. Robert M. Zoske, geboren 1952 in Schleswig-Holstein, ist evangelischer Theologe und Historiker der Widerstandsgruppe „Weiße Rose“. Bis 2017 arbeitete er als Pastor der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Norddeutschland. Zoskes Biographie zu Sophie Scholl wurde mehrfach rezensiert, u. a. von Cord Aschenbrenner in der Süddeutschen Zeitung in der Rubrik Bücher des Monats. Im Rahmen des Literaturfestivals erLESEN! 2021 am 14.06.2021 im vhs-Zentrum spürt er der Frage, wie Sophie Scholl zur Heldin geworden ist, in seinem empathischen Porträt nach. Auf der Basis neuer Quellen und bisher unveröffentlichter Dokumente zeigt er Sophie Scholl, so wie man sie bislang noch nicht kannte.

Sophie Scholl:  
Porträt einer  
Widerständigen <<



die Lausitzer Sorben und die deutschen Sinti und Roma. Niederdeutsch (Platt) wird darüber hinaus als Regionalsprache geschützt.

● **Kurs 1211**

**Nele Feuring/Christiane Ehlers**

Di. 17.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

online

gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Europäische Identitäten –**

**Wer oder was bin ich eigentlich?**

Wir leben gemeinsam mit vielen Kulturen und Menschen auf dem europäischen Kontinent, sind sehr unterschiedlich und doch gibt es viel Gemeinsames, das uns eint. Gehen Sie mit uns in den Diskurs: Was macht eine europäische Identität aus? Welche Charakteristiken hat eine europäische Identität? Wer sind wir eigentlich in Europa? Die Bevölkerung der Europäischen Union identifiziert sich immer weniger mit den Institutionen und den Prozessen der EU. Und mit den globalen Krisen breitet sich eine zunehmende Skepsis aus, nationale Interessen rücken in den Vordergrund und europafeindliche Parteien scheinen erfolgreicher zu werden. Diese Prozesse können den Zusammenhalt in Europa zunehmend gefährden. Europäische und nationale Identitäten sind abstrakt, spiegeln sich aber im Alltag, im Beruf und in der Freizeit wider. Doch was sind die Ursachen, die Formen und die Folgen europäischer Identität für Solidarisierungen und Entsolidarisierungen mit anderen – in Deutschland, in Europa und darüber hinaus? Diskutieren Sie mit!

● **Kurs 1212**

**Prof. Dr. Christopher Cohrs**

Di. 15.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

online

gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Kulturelle Aneignung –**

**Alles nur geklaut?**

Europa gilt in der westlichen Welt als Wiege der Hochkultur. Ob bildende Kunst, Lyrik, Prosa, Theater und Musik – jedes Land hat seine Lichtgestalten, deren Werke als nationale Errungenschaften ge-

pfligt und gehütet werden. Alle inspirierten sich selbstverständlich gegenseitig, eigneten sich die Errungenschaften der anderen an und spannen sie weiter. Und die Entwicklung geht noch immer weiter. Aber wie steht es mit den kulturellen Leistungen von Völkern aus, in deren Vergangenheit europäische Nationen ausbeuterisch und unterdrückerisch aufgetreten sind? Yoga z. B. war in Britisch-Indien verboten, um die indische Identität zu schwächen und die britische Herrschaft zu stärken. Heute ist es ein Milliarden-geschäft für die westliche Welt. Und wie ist die Musikindustrie z. B. mit der Musik schwarzer Menschen in den USA umgegangen, die ursprünglich als Sklaven aus ihrer Heimat verschleppt wurden? Im Hip-hop setzt sich inzwischen die Geschichte der Aneignung von Schwarzer Musik durch Weiße fort. Wo also ist der Unterschied zwischen gegenseitiger Inspiration und Kulturdiebstahl? Und welche Wege gibt es heute, fair damit umzugehen?

● **Kurs 1213**

**Tahir Della**

Mi. 06.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

online

gebührenfrei

*Veranstaltung aus der Reihe  
vhs.wissen live*

In Kooperation mit der Villa Vigoni, der Gerda-Henkel Stiftung und der Stiftung Genshagen



**Online-Kurs**

**Europäische Öffentlichkeit und demokratische Kommunikation**

Europa hat viele Öffentlichkeiten, aber keine gemeinsame. So eine der geläufigen Gegenwartsdiagnosen, wenn es um das aktuelle Befinden unseres Kontinents



Stiftung Demokratie Saarland  
Europaallee 18, 66113 Saarbrücken

**Seminare Internationales Gleichberechtigung Vorträge Soziales Rassismus Exkursionen Geschichte Social Media Ausstellungen Populismus Ökologie Publikationen Kommunikation Wirtschaft Diskussionen**

Mehr Infos unter: 

[www.sdsaar.de](http://www.sdsaar.de)

<https://www.facebook.com/StiftungDemokratieSaarland> 

<https://www.youtube.com/channel/UCRtomIH59BOMeub-d4zP4Vug> 

**Damit unsere Demokratie lebendig bleibt!**

geht. Woran aber liegt es, dass Europa auch nach mehr als 70 Jahren des institutionellen Zusammenwachsens keine gemeinsame Öffentlichkeit auf die Beine gestellt bekommt? Liegt es am Mangel an einer gemeinsamen Sprache, fehlt es an einer gemeinsamen Publizistik, an Medien, die das Nationale überwinden und gezielt gesamteuropäische Fragen thematisieren, braucht es eine gemeinschaftlich-öffentliche Sphäre jenseits der Institutionen der Union? Über das spannungsvolle Verhältnis von Europäischer Öffentlichkeit und demokratischer Kommunikation diskutieren Héléne Miard-Delacroix, Bartosz Wielinski und Julian Müller.

● **Kurs 1220**

**Prof. Dr. Héléne Miard-Delacroix/  
Bartosz Wielinski/Julian Müller**

Mi. 09.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Veranstaltungsreihe  
„Die Europäische Union nach den  
Europawahlen – was hat sich getan,  
was ist neu?“**

**Vortrag**

**Was ist die EU – und was ist seit Juni  
mit dem Europäischen Parlament  
passiert?**

Wir verschaffen uns einen allgemeinen Überblick über die EU und ihre Institutionen, blicken auf die Ergebnisse der Europawahlen und analysieren, was diese für das Europäische Parlament bedeuten.

● **Kurs 1214**

**Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.**

Mi. 16.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Die neue Europäische Kommission**

Seit dem Sommer wird in Brüssel an der Ernennung einer neuen Europäischen Kommission gearbeitet. Wer sind die beteiligten Akteure, und wie läuft das Verfahren ab? Welche Funktion und Bedeutung hat die Europäische Kommission?

● **Kurs 1215**

**Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.**

Mi. 30.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Europarat, Europäischer Rat,  
Rat der Europäischen Union –  
was hat es damit auf sich?**

Drei Räte spielen in Europa eine Rolle, aber nur zwei davon gehören zur EU. Wir lösen die verwirrende Terminologie auf und lernen, was es damit auf sich hat.

● **Kurs 1216**

**Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.**

Mi. 27.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Wie entstehen EU-Gesetze?**

Nachdem wir bereits die grundlegenden Einrichtungen der EU kennengelernt haben, schauen wir heute darauf, wie sie zusammenwirken, um auf Ebene der EU Gesetze zu erlassen.

● **Kurs 1217**

**Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.**

Mi. 11.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**SEBASTIAN RAMELLI**

*Diplom-Jurist, Master of Laws (LL.M.)*

» Sebastian Ramelli, LL.M., ist Jurist mit Spezialisierung auf dem Europarecht und internationalem Recht. Er ist Mitglied des Rednerpools „Team Europe Direct“ der Vertretung der Europäischen Kommission in Deutschland und Lehrbeauftragter an der Universität des Saarlandes für Europarecht und europäische Integration. «

**Vortrag****Was ist Populismus?**

„Wir sind das Volk!“, skandiert Pegida – „Ihr seid der Pöbell“, schallt es politisch korrekt zurück. Woher kommt die Popularität der Populisten? Und was unterscheidet „populus“ (lat. Volk) vom „demos“, dem Souverän der Demokratie? Während die Mehrzahl der Fachleute das Thema phänomenal betrachtet, geht der Referent das Thema demokratietheoretisch an.

● **Kurs 1224**

**Edgar Werner Müller,**  
**Geograph und Politikwissenschaftler**  
Do. 10.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

In Kooperation mit dem  
Adolf-Bender-Zentrum e.V.

**Vortrag****„Das wird man ja wohl noch sagen dürfen!“ Umgang mit Vorurteilen und Stammtischparolen**

Im Bekanntenkreis fallen rassistische Sprüche. Auf dem Sportplatz hetzt jemand gegen Homosexuelle. Im Kollegium wird über Muslime hergezogen. Solche und ähnliche Situationen sind leider nicht selten. Stammtischparolen und Vorurteile können uns im Beruf und im privaten Alltag begegnen. Meist treffen sie uns unerwartet, sorgen für Unsicherheit und Sprachlosigkeit. Doch wie können wir darauf reagieren? Um die Handlungssicherheit in solchen Situationen zu stärken, bietet das Adolf-Bender-Zentrum einen Vortrag zum Thema „Umgang mit Vorurteilen und Stammtischparolen“ an. Der Vortrag betrachtet die Funktions- und Wirkungsweisen von Vorurteilen und vermittelt Tipps für Diskussionen, in denen uns Stammtischparolen begegnen.

● **Kurs 1218****Adolf-Bender-Zentrum, Fachstelle gegen Rechtsextremismus**

Di. 26.11.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
gebührenfrei

**Veranstaltungen aus der Reihe  
vhs.wissen live**

**Online-Kurs****Antisemitismus:****Eine deutsche Geschichte**

Der Anschlag auf die Synagoge in Halle 2019 hat nicht nur gezeigt, wie gefährlich die Lage für Juden in Deutschland geworden ist – die Debatte hat auch offengelegt, dass antijüdische Einstellungen schon lange in der Mitte der Gesellschaft existieren. Peter Longerich zeigt in seinem Vortrag, dass wir den gegenwärtigen Antisemitismus in Deutschland nicht begreifen können, wenn wir ihn vor allem als Sündenbock-Phänomen verstehen, wie es hierzulande in Schule und Hochschule gelehrt wird. Denn der Blick in die Geschichte offenbart, dass das Verhältnis zum Judentum bis heute vor allem ein Spiegel des deutschen Selbstbildes und der Suche nach nationaler Identität geblieben ist.

● **Kurs 1219****Prof. Dr. Peter Longerich**

Mo. 16.09.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Online-Kurs****Israel ein Jahr nach dem Terrorangriff der Hamas**

Am 7. Oktober 2023 verübte die Hamas einen Terrorangriff auf Israel von ungeheuerlicher und beispielloser Brutalität. Israel mobilisierte daraufhin Truppen für

eine Offensive in Gaza. Doch konnte das militärische Ziel, die Hamas erheblich zu schwächen, erreicht werden? Und wie hat der Terrorangriff Politik und Gesellschaft in Israel verändert? Richard C. Schneider wird ein Jahr später diese Fragen diskutieren und die neuesten Entwicklungen analysieren und historisch einordnen.

● **Kurs 1221****Richard C. Schneider**

So. 13.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Online-Kurs****Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen**

„Wir befinden uns schon lange im Krieg!“ – diese Formulierung hört man immer wieder im Zusammenhang mit dem Cyberraum. Also dem virtuellen Raum, der durch weltweite Kommunikationsnetze aufgespannt wird und an dem wir alle über die unterschiedlichsten Systeme, von der Energieversorgung über Banken bis hin zu unserem Smartphone, hängen. Angriffe auf unsere (kritische) Infrastruktur sind an der Tagesordnung und betreffen die verschiedensten Systeme von der produzierenden Industrie über Krankenhäuser bis hin zu Bildungseinrichtungen. Der Vortrag wird vorrangig aus technischer Sicht darstellen, wo und warum wir verwundbar sind, welche Rolle große Konzerne spielen und welche Gegenmaßnahmen sowohl aus technischer wie gesetzgeberischer Sicht notwendig sind.

● **Kurs 1222****Prof. Dr. Jochen Schiller**

Do. 17.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**
**Islamismus in Palästina:  
Die Muslimbrüder, Hamas und ihre  
Gegner**

In Gaza und der Westbank agieren islamistische Organisationen wie die aus der Muslimbruderschaft hervorgegangene Hamas und der Islamische Jihad, die zwar gewisse Anliegen teilen, zugleich aber ihre je eigenen Interessen verfolgen. Neben der Feindschaft zu Israel bestimmt die Konkurrenz zu ihren islamistischen und nationalistischen Konkurrenten wie der Fatah bzw. der PLO ihr Handeln. Wie andere politische Akteure auch passen sie ihre Strategien und Ziele zu einem gewissen Grad an ein sich wandelndes Umfeld an. Der Vortrag wird dieses Spannungsfeld mit Blick auf seine historische Dimension und aktuelle Dynamik beleuchten. Gudrun Krämer erhellt die ideengeschichtlichen Grundlagen, das soziale Umfeld und den politischen Kontext der Bewegung, porträtiert Mitstreiter und Gegner und erschließt anhand der Biographie Hasan al-Bannas eindrucksvoll ein Schlüsselkapitel in der Geschichte des modernen Islam.

**● Kurs 1225**
**Prof. Dr. Gudrun Krämer**

Do. 21.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**
**Wissenschaftsgläubigkeit:  
Politik und Anti-Politik heute**

Ob Klima-, Umwelt- oder Gesundheitskrise: Die Machtworte der Wissenschaft verheißen Abhilfe im Zeichen moderner Sachrationalität. Tatsächlich aber verbündet sich hier naive Wissenschaftsgläubigkeit mit einem tendenziell undemokratischen Machtanspruch. Im

Mehrheitsprinzip wird Freiheit gewährleistet. Demokratische Herrschaft verbindet sie mit politischen Rationalitätserwartungen. Aktivistische Wissenschaft oder scientistische Politik setzen hingegen einseitig auf das alternativlose Regime einer unbedingten Wahrheit. Das „Follow the Science!“ hat in modernen Wissenschaftsgesellschaften viel für sich. Öfter bedeutet es jedoch bloß ein „Schluss mit der Diskussion! Die Zeiten sind zu ernst.“ Wie dieser Vortrag anhand aktueller Beispiele zeigt, kann der Scientismus schnell autoritär werden – zum Schaden der liberalen Demokratie wie ihrer Fähigkeit, epochale Herausforderungen klug und wirksam zu bearbeiten.

**● Kurs 1223**
**Prof. Dr. Peter Strohschneider**

Fr. 17.01.2025, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Vortrag**
**Der amerikanische Isolationismus**

Wie das Kaninchen auf die Schlange starrt Europa auf den Trump-Wahlkampf und verzettelt sich in nationalen Eigenbrödeleien. Was wird aus uns, wenn der große Bruder sich zurückzieht mit seinen 877 Milliarden Militärbudget, das ist mehr als die nächsten zehn Militärmächte zusammen aufbringen.

**● Kurs 1230**
**Edgar Werner Müller,  
Geograph und Politikwissenschaftler**

Do. 21.11.2024, 18:15 – 19:45 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**


Foto: Marcus Bley

**PROF. DR. GUDRUN KRÄMER**  
Islamwissenschaftlerin

» Gudrun Krämer war bis zu ihrem Ruhestand Professorin für Islamwissenschaft an der Freien Universität Berlin und Direktorin der Berlin Graduate School Muslim Cultures and Societies. Sie ist Mitglied der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften, des Wissenschaftsrats und Mitherausgeberin der Encyclopaedia of Islam Three. 2010 wurde sie mit dem Gerda Henkel Preis ausgezeichnet. Bei C.H.Beck erschienen von ihr u.a. die Standardwerke „Geschichte Palästinas“ (2015) und „Geschichte des Islam“. «

# vhs wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm



## Herbst | Winter 2024-25

### 2024

---

- 16.09.** Antisemitismus:  
Eine deutsche Geschichte  
• Kurs 1219
- 23.09.** Deals mit Diktaturen:  
Eine andere Geschichte der  
Bundesrepublik  
• Kurs 1180
- 25.09.** Stonehenge: Archäologie,  
Geschichte, Mythos  
• Kurs 2330
- 29.09.** Tausend Aufbrüche: Die Deut-  
schen und ihre Demokratie seit  
den 1980er-Jahren  
• Kurs 1184
- 01.10.** Wie die Energiewende gelingen  
kann, ohne den Industriestand-  
ort Deutschland zu gefährden  
• Kurs 1325
- 08.10.** Medizinethik – Ethische Fragen  
im Krankenhaus, in der For-  
schung und in der Politik  
• Kurs 1530
- 09.10.** Europäische Öffentlichkeit und  
demokratische Kommunikation  
• Kurs 1220
- 13.10.** Israel ein Jahr nach dem  
Terrorangriff der Hamas  
• Kurs 1221

- 17.10.** Cyberkrieg, KI und kritische  
Infrastrukturen  
• Kurs 1222
- 28.10.** Der Aufstieg Chinas  
• Kurs 1181
- 03.11.** Der elektronische Spiegel:  
Menschliches Denken und  
Künstliche Intelligenz  
• Kurs 1531
- 06.11.** Die kurze Stunde der Frauen.  
Wie Frauen nach dem 2. Welt-  
krieg die Emanzipation wagten  
und alte Machtstrukturen  
bekamen  
• Kurs 1182
- 13.11.** Die Hirsche von Lascaux und  
die Wiedergeburtmythologie  
der Höhlenmalerei  
• Kurs 2331
- 14.11.** Kant:  
Die Revolution des Denkens  
• Kurs 1532
- 21.11.** Islamismus in Palästina:  
Die Muslimbrüder, Hamas und  
ihre Gegner  
• Kurs 1225
- 25.11.** Das Internet der Tiere  
• Kurs 1326

- 02.12.** Babygesänge:  
Wie aus Weinen Sprache wird  
• Kurs 1407
- 03.12.** KI im Unternehmen – wie  
gelingt ein vertrauenswürdiger  
Einsatz?  
• Kurs 1534
- 04.12.** Kolonisierung und imperiale  
Politik: Nordamerika und  
Russland im Vergleich  
• Kurs 1183
- 12.12.** Im Detail die ganze Welt:  
Werke von Jan Brueghel der  
Ältere in der Alten Pinakothek  
• Kurs 2332

### 2025

---

- 17.01.** Wissenschaftsgläubigkeit:  
Politik und Anti-Politik heute  
• Kurs 1223
- 22.01.** Klimahandel – Wie unsere  
Zukunft verkauft wird  
• Kurs 1327

Die Livestreams beginnen, wenn nicht  
anders angegeben, um 19:30 Uhr.  
Weitere Informationen und Anmeldung  
unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de).  
Nach der Anmeldung erhalten Sie die  
Zugangsdaten.

**Vortrag****Der Drache und der Bär – China und Russland im Zwangsbündnis?**

Der große antike Historiker Thukydides wurde 2017 in Harvard wiederentdeckt, weil er in seinem Werk „Der Peloponnesische Krieg“ beschrieben hat, wie der Aufstieg Athens scheinbar unausweichlich zum Krieg mit der etablierten Hegemonialmacht Sparta führte. Dieses Beispiel gilt heute als Muster für die Konkurrenz zwischen China und den USA. Sie werden vorwiegend in Amerika als unausweichliche Gegner in der „Thukydides-Falle“ gesehen. Und nun macht sich unversehens Russland als Atommacht bemerkbar. Amerika hat zwei Weltmächte zum Gegner, die – ohne es zu wollen – nun eine verfeindete Solidargemeinschaft bilden. Wohin soll das führen?

● **Kurs 1231**

**Edgar Werner Müller,  
Geograph und Politikwissenschaftler**

Do. 05.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

In Kooperation mit MIT Club of Germany gGmbH, der Universität des Saarlandes und dem Deutsch-Amerikanischen Institut Saarland e.V. (dai) im Rahmen der Schule MIT Wissenschaft – Bundeskonferenz 2024 in Saarbrücken (08.11. – 10.11.2024)

**11. Bundeskonferenz „Schule MIT Wissenschaft“ 2024**

Die Bundeskonferenz Schule MIT Wissenschaft ist die mittlerweile wohl bedeutendsten deutsche Fachfortbildung für MINT-Lehrkräfte. Sie findet in diesem Jahr vom 08.–10.11.2024 in Kooperation mit der Universität des Saarlandes in Saarbrücken statt. Unter dem Motto „Begeisterer begeistern“ geben hochkarätige Vortragende (z. B. vom MIT in Boston) gut 100 hoch interessierten MINT-Lehrkräften aus ganz Deutschland Einblick in ihre Forschung. Darüber hinaus werden die Vorträge live ins Internet gestreamt

(so können z. B. auch Lehrkräfte an deutschen Auslandsschulen teilnehmen). Präsenz-Workshops runden das Angebot ab.

Weitere Informationen und Anmeldung unter <https://schule-mit-wissenschaft.de/anmeldungen/bundeskonferenz-2024/>

**Festveranstaltung:  
Schule MIT Wissenschaft –  
Bundeskonferenz 2024**● **Kurs 1260**

Sa. 09.11.2024, 20:00 – 24:00 Uhr  
Festsaal, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei



Bundeskonferenz „Schule MIT Wissenschaft“ 2023, Kiel



# Europa 2024

## ONLINE-ANGEBOTE:

- **Europas bestgehütetes Geheimnis:  
Erhalt von Minderheiten und Regionalsprachen in Europa**  
17.09.2024, 19:00 Uhr (Kurs 1211)
- **Europäische Öffentlichkeit und demokratische  
Kommunikation**  
09.10.2024, 18:30 Uhr (Kurs 1220)
- **Europäische Identitäten – Wer oder was bin ich eigentlich?**  
15.10.2024, 19:00 Uhr (Kurs 1212)
- **Kulturelle Aneignung – Alles nur geklaut?**  
06.11.2024, 19:00 Uhr (Kurs 1213)

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

## VERANSTALTUNGSREIHE „DIE EUROPÄISCHE UNION NACH DEN EUROPAWAHLEN – WAS HAT SICH GETAN, WAS IST NEU?“

- **Was ist die EU – und was ist seit Juni mit dem  
Europäischen Parlament passiert?**  
16.10.2024, 18:00 Uhr (Kurs 1214)
- **Die neue Europäische Kommission**  
30.10.2024, 18:00 Uhr (Kurs 1215)
- **Europarat, Europäischer Rat, Rat der Europäischen  
Union – was hat es damit auf sich?**  
27.11.2024, 18:00 Uhr (Kurs 1216)
- **Wie entstehen EU-Gesetze?**  
11.12.2024, 18:00 Uhr (Kurs 1217)

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

**Beratung und Information**



**Dr. Elisabeth Schmitt**  
 Programmbereichsleiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 35  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4335  
 Fax 0681 506-4390  
 elisabeth.schmitt@rvsbr.de

**Eine Welt-Promotorin für  
 Junges Engagement im Saarland**



**Rose Vöhringer**  
 Rathaus-Carré  
 Gerberstraße 2, 66111 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4314  
 fachpromotorin@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**



**Sabine Ickler**  
 Sachbearbeiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 1  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4319  
 Fax 0681 506-4390  
 sabine.ickler@rvsbr.de

**Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit**

*Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Daher enthält unser Programm vielfältige Angebote zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln.*

*So führen wir unseren Schwerpunkt der kulturellen Bildung zu Fragen der Nachhaltigkeit fort. In Vorträgen oder geführten Wanderungen können Sie auf unterschiedliche Art und Weise Natur erleben und sich mit zentralen Zukunftsfragen befassen. Neu im Programm ist die mit einer Lesung kombinierte Führung „Der „versunkene [Paradies-]Garten“ in Kleinblittersdorf“.*

*Ein Highlight ist der Vortrag „Deutschlands Paradiese – Wildnis im Wandel“ des Tierfotografen Sven Meurs, der am 16.09.2024 im Rahmen der Semestereröffnung in Großrosseln stattfindet.*

*Ob „Energiewende“ oder „Internet der Tiere“ – die Reihe vhs.wissen live bietet wieder spannende Online-Vorträge renommierter ExpertInnen zu Natur und Nachhaltigkeit.*



In Kooperation mit



Netzwerk Entwicklungspolitik  
 im Saarland e.V.

Gefördert von Engagement Global  
 im Auftrag des und dem



**NATUR, UMWELT,  
NACHHALTIGKEIT**

**Semestereröffnung**

**Vortrag  
Deutschlands Paradiese –  
Wildnis im Wandel**

Schönheit, Einzigartigkeit und Fragilität prägen die Natur vor unserer Haustür. Von den Sandstränden der Nord- und Ostsee bis zu den Alpen im äußersten Süden unserer Heimat, von den Bergbaufolgelandschaften im Osten bis in die Kulturlandschaft im Westen ist unser Referent fünf Jahre lang durch unsere heimische, unbekannte Wildnis gereist. Hirsche, Eisvögel und Wisente haben ihn staunen lassen. Spielende Wolfswelpen im Wendland machten ihn sprachlos und auf Helgoland war er ganz nah dran, an Basstölpel und Kegelrobben. Am Kaiserstuhl, in den Alpen und in anderen, unbekannten Landschaften durfte er die Artenvielfalt vor unserer eigenen Haustür erleben. In seiner Live-Show teilt er seine Leidenschaft mit einer gesunden Portion Humor, Selbstkritik und großer Freude mit seinem Publikum. Der Vortrag im Rahmen der Semestereröffnung findet in Kooperation mit dem BUND statt.

● **Kurs 1300**

**Sven Meurs, Tierfotograf**

Mo. 16.09.2024, 17:00 Uhr  
Rosseltalhalle, Emmersweilerstr. 7,  
66352 Großrosseln  
gebührenfrei

**Mediathek**

 **Online-Kurs**

**Unverpackt Einkaufen –  
Utopie oder Wirklichkeit**

Gregor Witt ist Gründer und Vorstand von unverpackt e.V., dem Berufsverband deutscher Unverpackt-Läden. 2016 hat er gemeinsam mit seiner Frau den ersten Unverpackt-Laden in Köln eröffnet. Als Vater von vier Kindern liegt ihm unsere Erde „noch mehr am Herzen“ und er kämpft für ein Leben ohne Müll und Verschwendung, den ökologischen Landbau, die Energiewende und für mehr Frieden und Achtsamkeit auf dieser Welt. Witt ist überzeugt, dass jeder noch so kleine Schritt zählt, wenn wir uns gemeinsam dafür einsetzen, dass die Lebensgrundlage für Menschen, Tiere und Pflanzen erhalten bleibt. Er spricht über seine eigenen Erfahrungen und seine Visionen für eine Zukunft mit möglichst wenig Verpackungsmüll. Der Vortrag fand im Rahmen der Semestereröffnung am 07.03.2022 im vhs-Zentrum in Saarbrücken statt.

● **Kurs 1301**

**Gregor Witt, Vorstand Unverpackt e. V.**

ab 16.09.2024  
online  
gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

**Ortsgespräche**

**KulturOrt Wintringer Kapelle/  
Wintringer Hof: Kunststation und  
Modellwerkstatt im Biosphärenreservat  
Bliesgau**

Flankiert von orts- und themenspezifischen künstlerischen Reflexionen beschäftigt man sich auf dem Wintringer Hof am KulturOrt Wintringer Kapelle bereits

seit einigen Jahren mit dem, was unserer Erde und ihren Lebewesen eine lebenswerte Perspektive eröffnet. Die jährlichen Kunstprojekte werden durch Ortsgespräche begleitet. Im Dialog mit dem Publikum spürt Peter Michael Lupp der „Kunst des guten Lebens“ nach. Dabei spannt er den Bogen von der wechselvollen Geschichte der ehemaligen Prioratskirche bis zum programmatischen Ansatz der gegenwartsbezogenen Kunstprojekte. Dabei werden auch die aktuellen Kunstprojekte vorgestellt (www.kulturort-wintringer-kapelle.de).

● **Kurs 1303**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger  
Kulturreferent Regionalverband  
Saarbrücken**

Fr. 20.09.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Kleinblittersdorf, KulturOrt Wintringer Kapelle  
EUR 5,00 (Akademiestatistiker: EUR 3,00)

● **Kurs 1303A**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger  
Kulturreferent Regionalverband  
Saarbrücken**

Fr. 29.11.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Kleinblittersdorf, KulturOrt Wintringer Kapelle  
EUR 5,00 (Akademiestatistiker: EUR 3,00)

**Führung mit Lesung**

**Der „Versunkene [Paradies-]Garten“  
in Kleinblittersdorf**

In den letzten Jahren wurde in Kleinblittersdorf ein besonderes Waldgrundstück behutsam in Wert gesetzt, das viele Spuren von ehemaligen Landgütern mit einer paradiesischen Gartenanlage samt Weinbergen zeigt. Unter dem poetischen Titel „Der versunkene [Paradies-]Garten“ lädt das parkähnliche Waldgelände heute zum Verweilen, Innehalten und Träumen

ein. Menschen sind hier zu einem geheimnisvoll anmutenden Parcours durch das Refugium eingeladen, um dabei der ureigenen Kraft der Natur und ihrer harmonisierenden Wirkung nachzuspüren. Impulsgeber sind verwunschene Reste der historischen Bauwerke, Bäume, Pflanzen, poetische Texte, Installationen und Klänge. Mit dieser Intention möchte der „versunkene [Paradies-]Garten“ als beispielgebendes Kulturmodell bereitstehen – als offener Experimentierraum, um über das Verhältnis von Mensch und Natur und über den fragilen Zeitenlauf der Welt nachzudenken und eine sinnliche Inspirationsquelle für nachhaltige Lebensformen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau zu bieten. Der Ideengeber und Leiter des Projektes lädt zu einer Führung durch das Refugium ein und liest an ausgewählten Stellen poetische Texte zum Innehalten.

● **Kurs 1304**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Di. 17.09.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)  
EUR 5,00

● **Kurs 1304A**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Di. 15.10.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)  
EUR 5,00

● **Kurs 1304B**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

So. 16.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr  
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)  
EUR 5,00

● **Kurs 1304C**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

So. 09.03.2025, 15:00 – 16:30 Uhr  
Treffpunkt: Kleinblittersdorf, Rebenstraße (linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)  
EUR 5,00

**Wanderung**

**Meditative Pilgerwanderungen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau: Vom Wintringer Hof nach Auersmacher und zurück**

Die meditativen Pilgerwanderungen auf einem Teilstück der europäischen Wege der Jakobspilger im Biosphärenreservat Bliesgau sind in die besondere Stimmung der Jahreszeiten eingebunden und verstehen sich als Erkundungen zur Nachhaltigkeit. Der Auftrag eines UNESCO-Biosphärenreservates und die Fragen nach den Quellen der inneren Kraft und des guten Lebens werden unterwegs auf poetische Weise zu thematischen Begleitern. Nach einer Einführung geht es auf den Sternengang/Chemin des étoiles, vorbei am „Sternenfeld“ und einem versunkenen Garten zum Etappenziel, der Pilgerherberge Altes Bauernhaus in Auersmacher. Dort gibt es Kaffee und selbstgebackenen Kuchen. Nach einem Innehalten in der Dorfkirche führt die ca. 15 km lange, mittelschwere

**Dozentinnen und Dozenten**



© Hannsjörg Schumann

**SVEN MEURS**

**Tierfotograf**

» Schon seit Kindertagen faszinieren mich Begegnungen mit wilden Tieren und spektakuläre Naturlandschaften. Naturfotografie und Reisen sind meine beiden großen Leidenschaften. Ich war viel in Europa und Afrika unterwegs, immer auf der Suche nach Natur- und Tiermotiven. Mit meinem Umzug nach Köln änderte sich mein Blick auf die Natur. Plötzlich war ich in der Großstadt. Die nächtliche Begegnung mit einem Fuchs in der Stadt war Auslöser für mein Lieblingsthema: Die Fotografie in der urbanen Wildnis. 2015 habe ich das Projekt „Natürlich KÖLN – Wildnis in der Großstadt“ initiiert und das gleichnamige Buch geschrieben. Im Herbst 2023 ist mein neues Buch „Mensch & Natur – Deutschlands letzte Wildnis“ sowie die dazugehörige Live-Reportage erschienen. Mit meinem Herzensprojekt möchte ich die Schönheit, Einzigartigkeit und Fragilität unserer Natur für meine Leser und mein Publikum erlebbar machen. «



Entdecken Sie  
mit uns die  
Schönheit unserer  
Region

# WANDERANGEBOTE

## Herbst | Winter 2024-25

Vielfältiges Angebot an geführten Wanderungen

- Pilgerwanderungen
- Wanderung mit Hörkomfort
- Wanderungen zu Industrie- und Bergbaukultur
- Naturerlebniswanderungen
- Weitere Angebote zu unterschiedlichen Themen

Weitere Informationen und alle Wanderangebote finden Sie unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)



*Eine handliche Broschüre mit ausgewählten Wanderungen liegt ab Anfang September in der Tourist Info Saarbrücker Schloss und im Foyer des Alten Rathauses kostenlos für Sie bereit.*

Wanderung mit Steigungen zurück zur mittelalterlichen Wintringer Kapelle.  
*Hinweis: Die Pilgerwanderungen führen auch über Steigungen und richten sich nur an geübte TeilnehmerInnen mit guter Kondition. Nach eigenem Bedarf Rucksackverpflegung mitnehmen und auf gutes Schuhwerk und ggf. auf Regenkleidung achten.*

● **Kurs 1307**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Sa. 21.09.2024, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Herbstwanderung  
 Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle  
 EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

● **Kurs 1307A**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Sa. 30.11.2024, 12:00 Uhr, Dauer ca. 7 Std., Adventswanderung  
 Ort/Start: Kleinblittersdorf, Wintringer Hof (Althof), KulturOrt Wintringer Kapelle  
 EUR 22,00 (inkl. Kaffee und Kuchen)

**Exkursionen in Kooperation mit dem Verein Geographie ohne Grenzen e.V./ StattReisen Saar**

Sofern nicht anders vermerkt, ist keine Anmeldung erforderlich. Falls man sich anmelden muss, dies bitte direkt bei GoG vornehmen, nicht bei der Volkshochschule. Bitte informieren Sie sich diesbezüglich bei GoG. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt vor Ort. Weitere Informationen bei Geographie ohne Grenzen e.V., Fon 0681 30140289 oder [www.geographie-ohne-grenzen.de](http://www.geographie-ohne-grenzen.de).

**Rundgang**

**Stadtpolitik aus erster Hand: Klima und Umwelt Teil 2 – Lärm- und Klimaschutz, erneuerbare Energien in der Stadt**

Viele Maßnahmen zum Umwelt-, Natur- und Klimaschutz und zur Lärminderung sind für den Blick des Laien nur schwer erkennbar. Bei diesem Rundgang werden Beispiele zur Umsetzung des Luftreinhalteplans oder der Lärmaktionsplanung präsentiert und anhand auch durchaus umstrittener Neubauten diskutiert, welche Aspekte heute zu Selbstverständlichkeiten in der nachhaltigen Stadtentwicklung geworden sind. Ein weiteres wichtiges Thema wird noch die Gewinnung und der Einsatz erneuerbarer Energien sein. In Kooperation mit Landeshauptstadt Saarbrücken.

● **Kurs 1310**

**Christian Bersin, Leiter des Amtes für Klima- und Umweltschutz Saarbrücken**

Fr. 06.09.2024, 17:00 Uhr,  
 Dauer: ca. 1,5 Std.  
 Treffpunkt: SB, Ecke Futterstraße/  
 Kaiserstraße  
 gebührenfrei

**Tagesfahrt**

**Heimat im Wandel: Auf den Spuren erneuerbarer Energien – Photovoltaik, Windkraft und Biogas im Saarland**

Spätestens seit dem Angriff Russlands auf die Ukraine ist die Unabhängigkeit von fossilen Energieträgern wichtiger denn je. Dabei gibt es im Saarland bereits vielversprechende Ansätze: Solarparks, Windkraft- und Biogasanlagen, die teilweise in genossenschaftlicher Form geführt werden oder andere Formen der Beteiligung ermöglichen. Auf unserer Fahrt werden uns in Losheim und in Wellingen

**Dozentinnen und Dozenten**



**PETER MICHAEL LUPP**  
 ehemaliger Kulturreferent  
 Regionalverband Saarbrücken

*Auf der Suche nach dem guten Leben ...*

» *Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen zur Nachhaltigkeit mit Ihnen austauschen ...* «

innovative Beispiele für eine nachhaltige und CO<sub>2</sub>-neutrale Energiegewinnung vorgestellt und erläutert. Wir erfahren, welche Perspektiven diese Projekte haben und wie weit uns Projekte dieser Art unabhängig von Importen fossiler Energieträger machen können. In Kooperation und mit Förderung des Ministeriums für Umwelt, Klima, Mobilität, Agrar und Verbraucherschutz.

● **Kurs 1311**

**Thomas Nägler, Ökostrom Saar GmbH**

Sa. 21.09.2024, 09:00 Uhr, Dauer: ca. 8 Std.  
Treffpunkt: SB, Hauptbahnhof Nord, Europaallee (vor dem Parkhaus Eurobahnhof), weitere Zustiegsmöglichkeiten in Püttlingen  
EUR 10,00  
Anmeldung bis 04.09.2024 bei Geographie ohne Grenzen.

**Rundgang**

**Der St. Arnualer Stadtbauernhof kurz vor der Winterruhe – Von der Allmende zur solidarischen Landwirtschaft**

Der Begriff „Allmende“ beschreibt landwirtschaftliche Nutzflächen, die in einer gemeinschaftlichen Nutzung sind oder waren. Das St. Arnualer Almet war wovon möglich einst eine solche Fläche. Analog zu der bereits im frühen Mittelalter praktizierten Gemeinschaftsweide gibt es mit dem Stadtbauernhof hier nun eine moderne Form gemeinschaftlicher Landwirtschaft. Auf dem Rundgang erfahren wir, wie der Stadtbauernhof als Mitmachhof funktioniert, was sich hinter der „solidarischen Landwirtschaft“ verbirgt und was sich selbst im Winter auf dem Hof tut.

● **Kurs 1312**

**Melanie Malter-Gnanou, Agraringenieurin**

Sa. 07.12.2024, 13:00 Uhr,  
Dauer: ca. 2,5 Std.  
Treffpunkt: SB, Stadtbauernhof Saarbrücken e.V., Verlängerte-Julius-Kiefer-Str. 219a, 66119 Saarbrücken  
EUR 10,00 (7,00)

**Abendkurs**

**Mensch und Hund**

Für alle, die sich gerne einen Hund anschaffen möchten, bietet dieses Angebot wertvolle Tipps und Infos rund um den besten Freund des Menschen. Folgenden Themen werden näher beleuchtet:

- Warum will ich einen Hund?
- Was soll der Hund mitbringen? Hunderassen und ihre Eigenschaften.
- Gehe ich zum Züchter oder nehme ich einen Hund aus dem Tierheim, Tierschutz?
- Habe ich die Zeit für die Ausbildung?
- Warum ist eine Hundeschule wichtig?
- Wie führe ich einen Hund?
- Ist die Betreuung bei Urlaub und Krankheit gesichert?
- Wie ernähre ich einen Hund?

● **Kurs 1323**

**Henry Volkmann, Hundeschule Freilauf**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 30.09.2024, 6 Termine  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 55,00

**Wanderung**

**Auf den „Mount Göttelborn“**

Auf breiten Waldwegen und über schmale Pfade wandern wir am „Hohlenstein“ vorbei zum Hölzerbach. Nach einer kleinen Pause geht es zum Kraftwerk Weiher. Das idyllische Ufer des ehemaligen Absinkweihers, der sich zu einem Biotop entwickelt, lädt ebenfalls zu einer kleinen Rast ein.



**UMWELTSCHUTZ IST UNSERE BERUFUNG!**

**JETZT BEWERBEN! MACH'S KLAR!**  
evs.de/jobs

**SEINER BERUFUNG FOLGEN UND GLEICHZEITIG ETWAS FÜR DIE UMWELT TUN...**

Im Team des **Entsorgungsverbandes Saar** erwartet Sie eine sinnhafte Tätigkeit in einem modernen Arbeitsumfeld mit sicheren Zukunftsperspektiven. Wir suchen Facharbeiter und Ingenieure (m/w/d).

Mit einer traumhaften Aussicht und 300 Millionen Jahre alten Versteinerungen lockt der „Mount Göttelborn“ (400 m NN), den wir besteigen werden. Auf dem Rückweg führt die Wanderung am „Weißen Riesen“ zurück zum Ausgangspunkt. Mit etwas Glück hat das „Martinis“ geöffnet und wir können dort nach unserer spannenden Tour einkehren.

*Hinweise: Die Wanderung wird bei jedem Wetter (außer bei Unwettergefahr, Hagel oder Starkwind) und auf eigene Gefahr durchgeführt. Keine Einkehrmöglichkeit während der Wanderung, Rucksackverpflegung und ausreichend Flüssigkeiten empfohlen. Gut eingelaufenes Schuhwerk erforderlich. Die Wanderung eignet sich auch für Menschen mit Höreinschränkungen. Bei Bedarf steht eine mobile Phonak-Höranlage zur Verfügung.*

● **Kurs 1331**

**Martin Bambach,**

**Erlebnis-Wandern-Saarland**

Sa. 05.10.2024, 10:00 – 15:00 Uhr, Strecke: 13 km, 279 Höhenmeter, Dauer: ca. 5 Std.  
Startpunkt: Parkplatz vor der „Cafécantine Flöz“, Zum Schacht 6, 66287 Quierschied-Göttelborn  
EUR 12,00 (Erwachsene)/EUR 8,00 (Kinder)

Für alle, die mehr über Trüffel wissen möchten, gerne mit ihrem Hund in der Natur unterwegs sind und die Bindung zu ihrem treuen Vierbeiner stärken möchten, veranstaltet die vhs Regionalverband Saarbrücken eine 3-teilige Reihe mit der Trüfflexpertin Gabi Wenk.

**Vortrag**

**Schätze des Waldes:  
Trüffel im Saarland**

Entwicklung, Vorkommen und Suche von Trüffel – der Vortrag widmet sich der

Entwicklung der Trüffelvorkommen, ihrer Verwendung und Suche vom Mittelalter bis heute. Die Ausbildung von Hunden zu Trüffelhunden wird ebenso angesprochen wie der Trüffelanbau in Deutschland und die Anlage von Trüffelanlagen.

● **Kurs 1320**

**Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen**

Mi. 06.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 14  
EUR 6,00

**Exkursion**

**Trüffelsuche mit Hund Candy**

Bei uns im Saarland gibt es ca. 300 verschiedene Trüffelarten: Beobachten auch Sie den ausgebildeten Trüffelhund Candy bei der Suche nach weiteren Arten in unserem Wald. 175 verschiedene Arten wurden von ihr bereits entdeckt. Andere Hunde können hier nicht mitgebracht werden. Gabi Wenk bringt auch Ihrem Hund in einem Wochenendseminar das Trüffelsuchen bei: Näheres auf ihrer Homepage [truffelwelten.de](http://truffelwelten.de).

● **Kurs 1321**

**Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen**

Sa. 30.11.2024, 14:00 – 16:00 Uhr  
Treffpunkt: SB, Haupteingang  
Deutsch-Französischer Garten  
EUR 8,00

**Vortrag**

**Trüffelanbau im Saarland**

Welche Möglichkeiten gibt es für den Trüffelanbau, gibt es Hindernisse, was ist zu beachten? Hier werden Sie darüber informiert und Ihre Fragen beantwortet.

● **Kurs 1322**

**Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen**

Mi. 05.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 14  
EUR 6,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**MARTIN BAMBACH**  
**Wanderführer**

» Martin Bambach ist seit mehr als 30 Jahren zu Fuß im Saarland und in der Großregion unterwegs. Er kennt auch die verborgenen „Schätze“ des Landes und erwandert diese fast täglich mit Einheimischen und Touristen. Daneben ist der zertifizierte Wanderführer auch im „Urwald“ bei Saarbrücken engagiert und zeigt dort den TeilnehmerInnen seiner Veranstaltungen die Schönheit und bergbauliche Vergangenheit dieses einzigartigen Naturschutzgebietes. Als „Wanderführer für Menschen mit Höreinschränkungen“ wurde er 2017 ausgebildet und vermittelt mit Hilfe einer tragbaren Höranlage bei den „Wanderungen mit Hörkomfort“ viel Wissenswertes und Interessantes. Sein Leitspruch lautet „Jede Wanderung oder Exkursion soll für meine Teilnehmer ein besonderes und schönes Erlebnis sein.“ ‹‹



**Vortrag****Nachhaltigkeit – Können wir von Afrika lernen? Wie eine Vision Wirklichkeit wird**

Die SEKEM-Initiative wurde 1977 in Ägypten inmitten der Wüste mit der Vision von nachhaltiger Entwicklung durch einen ganzheitlichen Ansatz gegründet: Ökologie, Wirtschaft, Gesellschaft und Kultur werden dabei gleichrangig betrachtet. Die Vision, die Dr. Ibrahim Abouleish dazu brachte, den ersten Brunnen in der Wüste zu graben, findet sich auch nach 40 Jahren in allen Aktivitäten SEKEMs wieder. Der Vortrag von Christel Weins beleuchtet diese Vision, Mission und Werte, die die Initiative wie ein Kompass in der alltäglichen Arbeit in allen SEKEM-Institutionen der SEKEM Holding begleiten. Im Anschluss kann darüber diskutiert werden, was wir von dieser Initiative lernen können.

● **Kurs 1328****Dr. Christel Weins**

Mi. 27.11.2024, 17:30 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 5,00

**Vortrag****Gärtnern auf der Fensterbank für Einsteiger**

Kein Garten heißt nicht gleich, auf eigens angebautes Gemüse oder Kräuter zu verzichten. Manches lässt sich mit wenig Aufwand auf Balkon oder Fensterbank züchten. Und Gärtnern in den eigenen vier Wänden kann richtig Spaß machen. Mit Tipps und vielen Ideen zum Garten auf der Fensterbank.

● **Kurs 1340****Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 14,00

**Veranstaltungen aus der Reihe vhs.wissen live****In Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech)** **Online-Kurs****Wie die Energiewende gelingen kann, ohne den Industriestandort Deutschland zu gefährden**

Die deutsche Wirtschaft steht aktuell vor großen Herausforderungen. Eine davon ist das Ziel, unsere Volkswirtschaft klimaneutral zu gestalten. Zwar konnten die Emissionen in Deutschland in den zurückliegenden 30 Jahren bereits stark gesenkt werden. Um das Ziel der Klimaneutralität bis zum Jahr 2045 zu erreichen, müssen aber unter anderem sowohl die installierte Leistung erneuerbarer Energien als auch die heimische Erzeugung von Wasserstoff deutlich ansteigen. Um entsprechende Anreize zu setzen, sollte die Attraktivität für unternehmerisches Handeln steigen und staatliches Handeln selbst effizienter und lösungsorientierter werden. Gleichzeitig gilt es, die Interessen des Industriestandorts Deutschland zu berücksichtigen. Der Vortrag befasst sich mit Handlungsoptionen, die aus der volkswirtschaftlichen Perspektive notwendige Rahmenbedingungen für eine effiziente Energiewende skizzieren – ohne unseren Wohlstand zu gefährden.

● **Kurs 1325****Prof. Dr. Dr. Christoph M. Schmidt**

Di. 01.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten****JANA GEBAUER**  
*forscht – spricht – moderiert*

» Jana Gebauer forscht, schreibt, moderiert und spricht zu ökosolidarischen Zukünften jenseits des Wachstums und verbindet dabei gesellschaftliche Debatten um Transformationen und Utopien mit kollektivem Erzählen und Spekulieren.

Mehr Informationen unter [www.kaloikostopia.org..](http://www.kaloikostopia.org..) <<




**Saarbrücker  
Bäder**

**WISSEN  
SIE,  
WO DIE  
BESTEN  
AQUA-  
KURSE  
STATTFIN-  
DEN?**



 **Online-Kurs**

### Das Internet der Tiere

Die kollektive Weisheit der Tiere der Erde stellt einen immensen Schatz an noch nie dagewesenen Informationen für die Menschheit dar. Das „Internet der Tiere“ kann uns dabei helfen, Naturkatastrophen vorherzusagen, die globale Ausbreitung von Zoonosen zu prognostizieren oder Nahrungsressourcen zu sichern. Die entwickelten Sinne der Tiere sowie technische Sensoren an von Tieren getragenen Peilsendern ermöglichen lokale Erdbeobachtungen mit höchster räumlicher und zeitlicher Auflösung. Diese beispiellosen Daten über die Lebensgeschichte einzelner Wildtiere liefern tiefe, neue Einblicke in grundlegende biologische Prozesse. Die ICARUS-Initiative, eine internationale, wissenschaftlich getriebene Bottom-up-Technologieentwicklung von kleinen, günstigen und autonomen IoT-Sensoren (Internet der Dinge) für die Bewegung und das Verhalten von Tieren, zielt darauf ab: Wearables für Wildtiere. Die daraus resultierenden Big Data helfen, das Leben auf unserem Planeten zu verstehen, zu überwachen, vorherzusagen und zu schützen.

● **Kurs 1326**

**Prof. Dr. Martin Wikelski**

Mo. 25.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

### Klimahandel – Wie unsere Zukunft verkauft wird

Seit über einem halben Jahrhundert wissen wir um die erschreckenden Auswirkungen von Umweltzerstörung und Klimawandel. Zwar häufen sich internationale Umwelt- und Klimakonferenzen, doch warum handeln wir nicht konse-

quent gegen die verheerenden Bedrohungen? Mojib Latif wendet sich in diesem Vortrag der Frage zu, warum unsere Welt trotz besserer Wissens weiterhin auf gefährliche Weise den Ast absägt, auf dem sie sitzt. Er stellt die unbequemen Fragen nach dem Versagen der Politik und den Interessen weniger mächtiger Konzerne, die von dieser fatalen Entwicklung profitieren, und zeigt Wege auf, wie dennoch durch globale Zusammenarbeit die Zukunft nachfolgender Generationen gerettet werden kann.

● **Kurs 1327**

**Prof. Dr. Mojib Latif**

Mi. 22.01.2025, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

### Mehr Fantasie für den Wandel: Wie wir gute Zukünfte gemeinsam entwerfen

„Es ist kein menschlicher Fehlgriff, die Welt zu verändern“, sagt die Philosophin Eva von Redecker. „Man kann sie schließlich auch verschönern.“ Doch wie können wir gemeinsam gute Zukunftsbilder entwerfen und Menschen für den Wandel zu einer schöneren Welt begeistern? Was bedeutet „gut“ oder „schön“ – für wen? Inspiriert von spekulativer Fiktion und praktischen Beispielen des Utopisierens lernen wir Methoden kennen, um unsere Vorstellungskraft zu stärken, gemeinsam positive Zukunftsbilder zu entwerfen und über ihre Wünschbarkeit und Machbarkeit nachzudenken.

● **Kurs 1329**

**Jana Gebauer**

Mi. 22.01.2025, 16:30 – 19:00 Uhr  
online  
EUR 10,00

## Beratung und Information

**Franziska Bartosch**

*Pädagogische Mitarbeiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 34  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4339  
Fax 0681 506-4390  
franziska.bartosch@rvsbr.de

## Anmeldung und Service

**Martina Müller**

*Sachbearbeiterin*  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506 4318  
Fax 0681 506 4399  
martina.mueller@rvsbr.de

**Pädagogik, Psychologie,  
Persönlichkeitsentwicklung**

*Im Programmbereich Pädagogik, Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung bietet die vhs Regionalverband ein vielseitiges Programm rund um Erziehung, Techniken zur Stärkung der persönlichen Kompetenzen und eine positive Selbstwahrnehmung. In mehreren Online-Angeboten bieten die DozentInnen der Elternschule darüber hinaus Einblicke in Themen wie Medienkompetenz in der Familie, bedürfnisorientierte Erziehung und kindgerechter Umgang mit Trauer und Tod.*

*Das Kursangebot im Bereich Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung orientiert sich, sowohl bei den Methoden zur Selbsthilfe als auch bei der Vermittlung des Grundlagenwissens zur Unterstützung der persönlichen Entwicklung, an der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezüglich seelischer Gesundheit.*



## PÄDAGOGIK

### Vortrag

#### Wie 30 Sekunden TikTok das Leben Ihres Kindes verändern!

Schon wieder Weihnachten?! 30 Sekunden TikTok, zack, ist ein ganzes Jahr vorbei – digitale Medien. Es ist, als wäre eine unsichtbare Macht am Werk, die Kinder und Jugendliche in ihren Bann zieht. Doch wie stark ist diese Macht eigentlich? Und wie wirkt sie sich auf das physische und psychische Wohlbefinden unserer Schützlinge aus? Neben der Wirkung des Medienkonsums auf das Zeiterleben, die Konzentrationsfähigkeit und den Schlaf, werden mögliche Maßnahmen zur Medienerziehung und -prävention beleuchtet.

#### ● Kurs 2706

**Miriam Fuchs, M.A. Gesundheitsmanagement/CaraVita Physiotherapie GmbH**

Mi. 20.11.2024, 18:00 – 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 6,00

### Vortrag

#### Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop

Sie erhalten neben theoretischem Grundwissen vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort.

#### ● Kurs 2708

**Andreas Grucza, Rettungsassistent**

Sa. 02.11.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 20,00

## Elternschule

Innerhalb des Programmbereichs Pädagogik bieten wir im Rahmen der Elternschule Vorträge, Workshops und Online-Formate von fachlich qualifizierten DozentInnen zu relevanten pädagogischen Fragestellungen und Themen an. Darüber hinaus besteht für Elternvertretungen, Kitas und Schulen die Möglichkeit, verschiedene „Themen-Elternabende“ zu buchen. Diese finden sowohl vor Ort in der jeweiligen Einrichtung als auch online statt. Gefördert werden diese Veranstaltungen durch das Ministerium für Bildung und Kultur des Saarlandes.



### Online-Kurs

#### Baby-Zeichen-Sprache

Babys verstehen mehr, als wir oft glauben. Sie wissen von Anfang an genau, was sie uns mitteilen wollen. Allerdings klappt es mit dem Sprechen ja noch nicht richtig ... Mit den Händen können sie jedoch sehr gut umgehen. Daher liegt es nahe, dass sie sich über Handzeichen ausdrücken. Eltern können sich das wunderbar zunutze machen, um mit dem Baby oder Kleinkind zu kommunizieren. Beidseitig, nicht nur einseitig. Die Grundlage dafür ist, dass sie ihre Worte mit eindeutigen und klaren Gesten begleiten. Sie erleben die Welt des Kindes mit, das Kind fühlt sich verstanden und einbezogen.

#### ● Kurs 1401

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**

Di. 17.09.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei



### Online-Kurs

#### Lob oder Ermutigung – Unterschiede und Folgen

Lob und Ermutigung sind nicht dasselbe ... und Ermutigung ist nicht das Gleiche wie Aufmunterung oder Ermunterung. Kinder lernen ausschließlich über ihre eigenen Gefühle, nicht über Worte. Was die Worte im Kind auslösen ist entscheidend. Aber wie genau unterscheiden sich Lob und Ermutigung? Welche Folgen hat es, wenn wir vermehrt das eine oder das andere verwenden?

Im Vortrag erfahren Sie mehr über die Wirkung von Ermutigung und wie wertvoll ein ermutigender Umgang innerhalb der Familie sein kann.

#### ● Kurs 1402

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**

Di. 15.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei



### Online-Kurs

#### Kinder trauern anders

Lernen Sie die Trauer Ihres Kindes besser zu verstehen. Trauerbegleiterin Vanessa Horn gibt einen Einblick in mögliche Formen der Äußerung von Trauer bei Kinder und gibt den TeilnehmerInnen Methoden und Rituale an die Hand, mit denen die schwere Zeit gemeinsam gemeistert werden kann.

#### ● Kurs 1403

**Vanessa Horn**

Do. 10.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

### 🏠 Online-Kurs

#### Konsequenzen statt Strafen

Strafen sind meist willkürlich, spontan und beruhen auf Macht anstatt auf Gleichwertigkeit. Konsequenzen sind logisch, angekündigt, respektvoll und angemessen. Kinder haben diesbezüglich noch keinen Überblick und nur wenige Erfahrungen. Sie lernen das Leben und seine Regeln erst kennen und das (meist ausschließlich) durch die prägenden Vorbilder ihrer Eltern. Sobald ihnen aber die Konsequenzen klar sind und auch von den Eltern so vorgelebt werden, können Kinder die Folgen ihres Tuns besser verstehen und akzeptieren.

#### ● Kurs 1404

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**

Di. 12.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

### 🏠 Online-Kurs

#### Das hochsensible Kind erkennen und fördern

Woran erkennt man ein hochsensibles Kind? Was braucht ein hochsensibles Kind, um zu einem glücklichen Erwachsenen zu werden? Im Vortrag werden die etwas andere Denkweise und das Herangehen von Hochsensiblen an die Lösung eines Problems erläutert, sodass mögliche Schwierigkeiten in Kita und Schule vermieden werden können. Hochsensible Kinder können dazu beitragen, dass unsere Gesellschaft menschlicher wird, sofern sie genügend Rückhalt haben, um sich selbstbewusst entwickeln zu können.

#### ● Kurs 1405

**Claudia Verhoeven**

Do. 28.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

### 🏠 Online-Kurs

#### Workshop

#### Positiver Umgang mit Konflikten in der Familie

Konflikte gehören zum Leben dazu – in der Familie ebenso wie überall dort, wo Menschen miteinander im Kontakt sind. Ein positiver Umgang mit Konflikten in Familien ist eine Voraussetzung für ein harmonisches Zusammenleben und stärkt die Beziehungen der Familienmitglieder untereinander. Strategien wie Aktives Zuhören, Ich-Botschaften oder Feedback auf der Grundlage von Empathie und Verständnis fördern eine offene Kommunikation und helfen bei der gemeinsamen Suche nach fairen Lösungen. Die Erfahrung des Bemühens um konstruktive Konfliktlösungen in der Familie unterstützen Kinder im Erlernen von Verantwortungsbüro und fördern den gegenseitigen Respekt.

#### ● Kurs 1406

**Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)**

Mi. 13.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
online  
gebührenfrei

*Eine Veranstaltung aus der Reihe  
vhs.wissen live*

### 🏠 Online-Kurs

#### Babygesänge:

#### Wie aus Weinen Sprache wird

Das Weinen eines Babys löst universal bei allen Menschen die gleichen Emotionen aus. Aber ein Weinen bedeutet nicht immer Hunger, Schmerz oder Einsamkeit. Das Weinen der Babys ist eine geheime Klangwelt. Seit mehr als 40 Jahren untersucht Kathleen Wermke auf fast allen Kontinenten vorsprachliche

### Dozentinnen und Dozenten



**DOROTHEE BRÜCK**  
Erziehungs- und  
Ermutigungstrainerin

» Gutes Zusammenleben in der Familie – auch in schwierigen Zeiten – kann man lernen! Im Elterncoaching von Dorothee Brück bekommen Eltern neue hilfreiche Informationen und Sichtweisen. Dank guter alltagstauglicher Tipps und Tricks können Eltern so mit ihren Kindern Freude statt Frust erleben – ganz egal, ob mit quengelndem Baby, trotzendem Kleinkind, anstrengenden GrundschülerInnen oder pubertierenden Jugendlichen. Schon nach kurzer Zeit ist zu spüren, wie sich das Familienleben verändert und verbessert. «

Babylaute – sie hat einzigartige Melodien, Intervalle und rhythmische Akzentuierungen gefunden. Und obwohl die Babygesänge zwar in gewisser Weise anderen Natursängern wie Walen, Delfinen oder Singvögeln ähneln, ist ihr Singsang der einzige, aus dem sich später Sprache entwickelt. In ihrem Vortrag zeigt sie, wie aus melodischem Singsang Sprache wird und dass zum Beispiel japanische Babys ganz anders klingen als schwedische.

● **Kurs 1407**

**Prof. Dr. Kathleen Wermke,**  
**Julius-Maximilians-Universität Würzburg**  
Mo. 02.12.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Konfliktlösungen von innen heraus  
anstatt von oben herab**

Wie bleibe ich in guter Beziehung zu mir und zu meinem Kind, gerade in Konflikten?

Das kennen wir alle: In kritischen Situationen reagieren wir „über“. Zu schnell, zu hektisch, zu laut, zu hilflos. Das können wir meist nicht verhindern, wir verteidigen es sogar noch und finden es scheinbar richtig. Puh! Im Nachhinein wünschen wir uns allerdings, anders reagiert haben zu können. Ruhiger, selbstbewusster. Stimmt's? Dieser Vortrag hilft Ihnen, in Konfliktsituationen einen kühlen Kopf zu bewahren und gibt Ihnen Strategien an die Hand, wie Sie die Beziehung zu sich selbst und Ihrem Kind verbessern können.

● **Kurs 1408**

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**  
Di. 10.12.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Trotzphase – weg damit!  
(Die 1. und die 2. Autonomiephase)**

Die so genannte „Trotzphase“ wird in pädagogischen Fachkreisen schon lange anders bezeichnet: Man spricht von der ersten Autonomiephase. Endlich wird erkannt, dass kein Kind „trotzt“ oder sich gar willentlich gegen die Wünsche der Eltern stellt.

Kinder entwickeln sich besonders in den ersten 3 Lebensjahren nicht nur körperlich, sondern auch emotional und sozial. Dazu gehört auch der Schritt in die Selbstständigkeit. In diesem Vortrag erfahren Sie alles über die essentiell wichtigen emotional-sozialen Entwicklungsstufen der ersten Lebensjahre, die genau so angelegt und wichtig sind wie die körperlichen Entwicklungen. Danach verstehen Sie die Bedürfnisse Ihres Kindes besser und können es genießen, Ihr Kind beim erwachsen werden zu begleiten.

● **Kurs 1411**

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**  
Di. 07.01.2025, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Gar nicht nett im Internet – Gefahren bei der Social Media Nutzung**

Digitale Medien sind aus dem Alltag der Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Smartphones und das Internet bergen allerdings durchaus einige Gefahren.

Die Geräte und deren Nutzung sind ein wichtiges Familienthema geworden. Für Eltern stellen sich dabei viele Fragen: Was können ihre Kinder mit dem Smartphone alles machen? Was sind sinnvolle Regeln in Bezug auf die Mediennutzung? Wann spricht man von Mediensucht?

Was ist bei Instagram, TikTok, Snapchat oder WhatsApp für Eltern zu beachten? Welche Problemfelder ergeben sich? Was sollten Jugendliche über Datenschutz und Cybermobbing wissen? Der Themenabend informiert Eltern und Interessierte über mögliche Gefahren und lässt dabei genügend Raum für Fragen.

● **Kurs 1412**

**Nicole Burkert-Arbogast, Erziehungswissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin & Supervisorin (SGST/SG)**  
Mi. 15.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
online  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Mentale Stärke für Eltern**

Eltern sein ist eine große Herausforderung, die sich manchmal auch negativ auf unsere mentale Gesundheit auswirkt. Stress, Schlafmangel oder blanke Nerven sind Belastungen, die langfristig gefährlich werden können. Diese alltäglichen Herausforderungen im Eltern-Kind-Alltag können durch mentale Stärke besser gemeistert werden. Lernen Sie einfache mentale Methoden, wie Sie Ihren Alltag leichter und gelassener gestalten.

● **Kurs 1428**

**Robin-Jessica Sanzo, B.A. Ernährungsberatung, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**  
Di. 18.02.2025, 16:00 – 17:30 Uhr  
online  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Störverhalten bei Kindern**

Störverhalten von Kindern manifestiert sich oft in nervigem Verhalten Aufmerksamkeitsstreben oder Machtgehebe. Es signalisiert jedoch immer das elementare Bedürfnis nach Zugehörigkeit und gutem

Vorbild. Hinter dem Störverhalten steht das tiefe Bedürfnis des Kindes, endlich wirklich gesehen zu werden, damit es seine Fähigkeiten zum Nutzen der Gemeinschaft einbringen kann – und nicht nur die der Erziehenden. Jeder Mensch, besonders Kinder (Menschen in der Entwicklung), strebt danach, sein Bestes zu zeigen und zu geben.

Was kann man tun, um dieses Bestreben zu fördern, so dass kein Störverhalten entstehen bzw. sich zurückbilden kann?

● **Kurs 1429**

**Dorothee Brück, Elterncoaching Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungstrainerin**

Di. 11.02.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

**Sprachförderung  
in Kindertagesstätten**

**Frühförderprojekt „Deutsch ab 3“**

Seit 2006 führt die vhs Regionalverband Saarbrücken das erfolgreiche Projekt „Deutsch schon ab 3“ in verschiedenen städtischen und konfessionellen Kindergärten des Regionalverbandes Saarbrücken durch.

Mit diesem Projekt steht ein Instrumentarium zur Verfügung, welches die Erfordernisse des frühkindlichen Sprachen- oder Zweitspracherwerbs berücksichtigt.

„Deutsch ab 3“ wird in Kooperation mit dem Amt für Kinder und Bildung der Landeshauptstadt Saarbrücken durchgeführt.

Informationen zu den Kursen:  
Franziska Bartosch  
Fon 0681 506-4339  
franziska.bartosch@rvsbr.de

**In Kooperation mit der  
Telefonseelsorge Saar e. V.**

**Vortrag**

**„Ganz Ohr sein ...“**

Offensein für die Auseinandersetzung mit Ratsuchenden am Telefon oder in der Chat-Beratung der TelefonSeelsorge Saar Menschen in schwierigen Lebenslagen wenden sich in der Suche nach einem Gegenüber an die TelefonSeelsorge und finden dort AnsprechpartnerInnen am Telefon oder in der Chat-Beratung. Dabei wird im Kontakt häufig deutlich, dass Einsamkeit das übergeordnete Problem der Ratsuchenden ist. Der Vortrag und das gemeinsame Gespräch sollen an diesem Abend Einblicke bieten in die Arbeit der TelefonSeelsorge: Was ist hilfreich in der kurzen Begegnung mit Menschen in Notlagen? Wie vielfältig zeigt sich Einsamkeit in unserer Arbeit? Wie werden Ehrenamtliche auf ihre Aufgaben vorbereitet? Auf diese und andere Fragen werden wir an diesem Abend eingehen und gerne mit Ihnen ins Gespräch kommen.

● **Kurs 1442**

**Ulrich Monzel/Friederike Walla,  
Psychologin**

Di. 29.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**ROBIN-JESSICA SANZO**  
*Mental-Coach und  
Gesundheitsmanagerin*

» Ein gesunder Lebensstil war mir schon immer wichtig. Deshalb habe ich meine Leidenschaft rund um das Thema Gesundheit zum Beruf gemacht. Als studierte Ernährungsberaterin und Gesundheitsmanagerin habe ich meinen Schwerpunkt auf das Thema mentale Gesundheit gelegt. Ich biete zu den Themen „Ernährung und mentale Gesundheit“ verschiedene Workshops und Vorträge bei der vhs Regionalverband Saarbrücken an, um mein Wissen mit den TeilnehmerInnen zu teilen. «

## PSYCHOLOGIE & PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Das Kursangebot im Bereich Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung orientiert sich an der Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezüglich mentaler und seelischer Gesundheit. Sowohl bei den methodischen Angeboten zur Selbsthilfe als auch bei der Vermittlung von Grundlagenwissen ersetzen unsere Kurse keine Therapie.

### Junge vhs

#### Workshop

#### Wie ich meine Schwächen in Stärken verwandeln kann (für hochsensible Jugendliche)

Da hochsensible Kinder und Jugendliche mehr wahrnehmen und intensiver fühlen (daher auch Vielfühler genannt) kommen viele Hochsensible in der Welt der Nichthochsensiblen oft nicht so gut klar.

Wenn Hochsensible jedoch die sogenannten „Schwächen“ in Stärken verwandeln, ist ein intensives und glückliches Leben möglich.

12-17 Jahre

#### ● Kurs 1450

**Claudia Verhoeven**

Di. 25.02.2025, 11:00 – 14:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 10,00

### Familie & Beziehungen

#### Workshop

#### Wie eine Beziehung gelingen kann

Es ist tatsächlich möglich, eine erfüllende und glückliche Beziehung zu leben. Allerdings hilft es sehr, zuerst unsere eigenen Muster zu kennen. Raus aus zu engen Schuhen und gemeinsam in passendem Schuhwerk über Berge und durch Täler gehen. In diesem Workshop beschäftigen sich die Teilnehmenden mit den folgenden Fragen:

- Glaubenssätze und erlernte Muster

auflösen

- wie kommuniziere ich verständlich und wertschätzend mit dem Partner?
- Ebenen des Zuhörens
- wie setze ich liebevoll Grenzen?
- wie kann ich eine vertrauensvolle und liebevolle Beziehung leben?
- wie finde ich aus einer Krise heraus?

#### ● Kurs 1460

**Claudia Verhoeven**

Sa. 18.01.2025, 10:00 – 15:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 30,00

#### Workshop

#### Grenzen setzen

Jeder Mensch hat seine ganz persönlichen Grenzen. Bei dem einen sind sie eng gesteckt, ein anderer hingegen geht großzügig damit um. Die Fragen: „Wie kann ich lernen, mich besser abzugrenzen?“ und „Wie kann ich mich besser schützen?“ beschäftigen gerade sensible und hochsensible Menschen mitunter sehr häufig. Wenn andere oder wir selbst unsere Grenzen ständig missachten, überfordert uns das und macht uns krank. Die gute Nachricht: Grenzen setzen kann man lernen!

#### ● Kurs 1463

**Claudia Verhoeven**

Sa. 15.02.2025, 10:00 – 15:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 30,00

#### Vortrag

#### Vererbte Traumata

Man gibt weiter, was nicht ausgesprochen wird ... Schmerz wandert oftmals durch Familien bis jemand bereit ist, ihn zu fühlen. Vererbte Trauma entstehen durch die Traumaweitergabe von einer traumatisierten Generation auf die Nächste. „Wie machen sich diese Zusammenhänge be-

## Elternschule

### Erziehen und Lernen fördern

Weitere Infos:  
<https://vhs-saar.de/projekte/elternschule>

gefördert durch:





>>> Erziehung ist so vielfältig, wie Kinder und Eltern unterschiedlich sind.



Altersgruppe 0 bis 6 Jahre



Altersgruppe 6 bis 11 Jahre



Altersgruppe 11 bis 18 Jahre

merkbar?“ und „Woran erkennt man ein vererbtes Trauma?“: Diesen und weiteren Fragen geht die Systemische Beraterin Karin Gaspar in ihrem Vortrag auf dem Grund.

● **Kurs 1464**

**Karin Gaspar**

Di. 08.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 10,00

### Selbstbewusstsein & Selbstvertrauen

 **Online-Kurs**

#### Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen

Fällt es Ihnen manchmal schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen, „nein“ zu sagen oder die eigenen Fähigkeiten ins rechte Licht zu rücken? Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten oft nicht das, was Sie wollen. Sie werden von anderen überholt und ärgern sich oft im Nachhinein über sich selbst. Die gute Nachricht: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. Sie trainieren in dieser Online-Veranstaltung, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft sind Ihre Partner. So gewinnen Sie Schritt für Schritt den Zugang zu den eigenen Kraftquellen und Ressourcen. Dieses Seminar gibt Ihnen außerdem zahlreiche Tipps und Anregungen auch zur Umsetzung über das Seminar hinaus.

● **Kurs 1465**

**Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Do. 14.11.2024, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 70,00

### Einsamkeit

**Vortrag**

#### Die Macht der Verbindung – Warum Einsamkeit uns alle angeht

Einsamkeit ist ein universelles Gefühl, das Menschen unabhängig von Alter, Geschlecht oder sozialem Status betrifft. In unserer zunehmend vernetzten Welt fühlen sich dennoch viele Menschen isoliert und allein.

Dieser Vortrag geht u. a. ein auf die Ursachen von Einsamkeit und welche Auswirkungen sie auf unsere psychische und physische Gesundheit haben kann. Es wird aufgezeigt, warum Einsamkeit nicht nur ein individuelles Problem ist, sondern ein gesellschaftliches Phänomen, das unser aller Aufmerksamkeit und wirksame Maßnahmen erfordert. Es werden Strategien und Lösungsansätze vorgestellt, um Einsamkeit zu erkennen, ihr entgegenzuwirken und zwischenmenschliche Verbindungen zu stärken.

● **Kurs 1470**

**Nina Ebersohl**

Di. 05.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 10,00

**Workshop**

#### Vom Alleinsein zur Gemeinschaft: Wege aus der Einsamkeit

Dieser interaktive Workshop bietet einen Einblick in das Phänomen der Einsamkeit, ihre Ursachen und ihre Auswirkungen auf unser Wohlbefinden. Die TeilnehmerInnen lernen, wie Einsamkeit entsteht und welche Faktoren sie verstärken können. Durch praktische Übungen und Gruppendiskussionen werden Strategien und Techniken erarbeitet, um das Bewusstsein für Einsamkeit zu schärfen, sie aktiv zu überwinden oder andere dabei zu

### Dozentinnen und Dozenten



**RAINER SCHMIDT**  
Pfarrer und Kabarettist

» Unter Inklusion verstehe ich die Kunst des Zusammenlebens von sehr verschiedenen Menschen. Dieser weite Begriff von Inklusion (Behinderung ist lediglich ein Aspekt von Diversität) beschäftigt mich seit vielen Jahren. Es geht darum, dass Menschen sehr unterschiedlich (talentiert) sind und doch dazu gehören (sense of belonging). Inklusion ist gleichermaßen ein Thema für Schule, Arbeitswelt, Freizeit ☺ Sport, Theologie, Medizin, Sozial- und Versicherungswirtschaft – und natürlich die Volkshochschule! «

unterstützen. Es werden individuelle und gemeinschaftsbasierte Ideen entwickelt, wie zum Beispiel soziale Beziehungen aufgebaut, Verbindungen gestärkt und somit insgesamt mehr Verbundenheit innerhalb der Gesellschaft geschaffen werden kann.

● **Kurs 1471**

**Nina Ebersohl**

Di. 19.11.2024, 17:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 17  
EUR 10,00

**Weitere Angebote**

 **Online-Kurs**

**Da kann jedeR kommen – Warum Volkshochschule glücklich macht**

Rainer Schmidt, Pfarrer und Kabarettist, erläutert in seinem Vortrag warum Inklusion und Volkshochschule unbedingt zusammengehören. Er wirbt dabei für einen „weiten Begriff der Inklusion“: Die Kunst des Zusammenlebens von sehr verschiedenen Menschen. Das gilt überall im Alltag, aber vor allem auch in der vhs – hier kommen Menschen unterschiedlichster Herkunft aus den verschiedensten Bereichen des Lebens zusammen. Sie bilden sich gemeinsam weiter und bereichern damit die Institution Volkshochschule genauso wie ihre Kurskolleginnen. Der Vortrag fand im Rahmen der Semestereröffnung am 20.09.2021 im Kloster Heilig Kreuz in Püttlingen statt.

● **Kurs 1474**

**Rainer Schmidt, Pfarrer und Kabarettist**

Mo. 00:00 – 00:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 175  
online  
gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

**In Kooperation mit dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit**

**Vortrag**

**Kinderschutz geht uns alle an!**

Der Schutz von Kindern vor sexueller, körperlicher und seelischer Gewalt hat immense Bedeutung für die langfristige seelische und körperliche Entwicklung. Das zeigen aktuelle Studien, die in diesem Kurzvortrag vorgestellt werden. Wie Kinder, z. B. in Institutionen, effizient geschützt werden können, wird anhand der Entwicklung des Kinderschutzkonzepts an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums des Saarlandes in Homburg verdeutlicht.

Der Vortrag fand im Rahmen der Semestereröffnung am 26.02.2024 im vhs-Zentrum Saarbrücken statt.

● **Kurs 1485**

**Prof. Dr. med. Eva Möhler, Direktorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie von UKS und SHG**

Mo. 16.09.2024, 00:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

**Dozentinnen und Dozenten**



**PROF. DR. MED. EVA MÖHLER**  
*Direktorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie von UKS und SHG*

» Prof. Dr. Eva Möhler studierte Medizin in Heidelberg und absolvierte dort ihre Facharztausbildung und Habilitation über „Determinanten der emotionalen Entwicklung in der Kindheit“. Seit 2020 hat sie den Lehrstuhl für KJPP am Universitätsklinikum des Saarlandes inne. Bei der Semestereröffnung der vhs Regionalverband Saarbrücken spricht sie am 26. Februar 2024 zum Thema Kinderschutz und warum er uns alle etwas angeht. «

**Beratung und Information****Dr. Carolin Lehberger***vhs-Direktorin*

Altes Rathaus, Zi. 39

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4300

Fax 0681 506-4390

carolin.lehberger@rvsbr.de

**Anmeldung und Service****Marion Savelkous***Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 32

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4312

Fax 0681 506-4399

marion.savelkous@rvsbr.de

**Recht und Beratung/  
Verbraucherschutz**

*Im Bereich Recht und Beratung/Verbraucherschutz bieten wir Ihnen in diesem Semester eine Fülle an Vorträgen zu den Themen Testament und Erbrecht an. Auch finden wieder Exkursionen in Zusammenarbeit mit dem Zentralen Kommunalen Entsorgungsbetrieb (ZKE) statt.*

*Der Bereich „Steuern und Finanzen“ umfasst wertvolle Hinweise zu Finanzplanung und Vorsorgemöglichkeiten. Darüber hinaus informiert die Schuld- und Insolvenzberatung des Regionalverbandes über E-Payment, Smartphonetarife und Kostenfallen bei Videospiele.*

*Ein wichtiger Programmpunkt bleibt das Thema „Energieberatung“. In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Saarland e. V. und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken erwartet Sie ein umfangreiches Vortragsprogramm zur energetischen Gebäudesanierung, Wärmedämmung, Energiesparen oder Solarenergie.*

*In Kooperation mit der Ehrenamtsbörse des Regionalverbandes gibt es wieder ein spannendes Programm für Vereine und ehrenamtlich Engagierte rund um die eigene Tätigkeit. Zwei Highlights sind in diesem Semester die Tagung „Die Zukunft des Vereins – Tagung zur Nachwuchsgewinnung für Vereine“ und der „Marktplatz EHRENAMT: Suche – Biete – Engagement“.*



## RECHT UND BERATUNG/VERBRAUCHERSCHUTZ

### Mediathek



Online-Kurs

#### Enkeltrick und Co. – Nicht mit uns!

Mit Betrugsmasken, die als „Enkeltrick & Co.“ bekannt sind, wurden 2022 im Saarland rund 1,8 Millionen Euro erbeutet. Meist werden die Straftaten per Telefon oder Messenger-Dienst eingeleitet. Das Innenministerium und die Polizei des Saarlandes haben sich vor diesem Hintergrund zum Ziel gesetzt, mit einer breit angelegten Präventionskampagne möglichst weite Teile der Bevölkerung vor Telefonbetrügern zu schützen. Ein Baustein dieser Kampagne ist es, dass Laientheatergruppen einzelne Betrugsszenen als „Vorprogramm“ zu ihrem eigentlichen Theaterstück aufführen, um das Publikum so für die perfiden Masken zu sensibilisieren. Die Theatergruppe der DJK Bildstock gibt einen Einblick in das Repertoire der Kriminellen und stellt Betrugsfälle nach, die sich so im Saarland zugetragen haben. Die Darbietung fand am 25.09.2023 im Rahmen der Eröffnungsveranstaltung zum neuen vhs-Semester statt.

● **Kurs 1801**

**Bildstock DJK**

ab 16.09.2024

online

gebührenfrei

Nach der Anmeldung erhalten Sie den Link, um sich die Veranstaltung anzuschauen.

### Recht und Beratung

#### Vortrag

#### Nachbarschaftsrecht

Der Vortrag befasst sich u. a. mit folgenden Themen:

- Einfriedungen: Einfriedungspflicht, Kosten der Einfriedung, Anzeigepflicht, Höhe der Einfriedung
- Grenzabstände für Pflanzen, (Bäume, Sträucher, Hecken)
- Beseitigungsansprüche
- Verjährung
- Welche Rolle spielen Licht, Luft, Sonne im Nachbarrecht
- Bestandsschutz im Nachbarrecht
- Gebot der Rücksichtnahme im Nachbarrecht
- Nachbarrechtliches Gemeinschaftsverhältnis
- Fragen zum Grundstücksrecht: Abwehr von Beeinträchtigungen, Überhang, Überbau, Grunddienstbarkeiten, etc.

● **Kurs 1804**

**Sylvia Herresthal-Scharf, Rechtsanwältin**

Mi. 06.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

EUR 5,00

#### Veranstaltungen in Kooperation mit dem Zentralen Kommunalen Entsorgungsbetrieb (ZKE)

#### Vortrag

#### Wie schützen wir unsere Immobilien und Grundstücke vor Starkregen?

Die Veranstaltung lohnt sich für alle ImmobilienbesitzerInnen, die sich zum Schutz der Gebäude in Saarbrücken informieren möchten. Wir werfen einen Blick auf die Starkregenkarte im Stadtgebiet von Saarbrücken. Neben den rechtlichen Hintergründen und der Erläuterung einer Gefährdungsanalyse werden Informa-

tionen zum Schutz der Wohnobjekte gegeben. Fragen der TeilnehmerInnen zur Vorgehensweise werden individuell von den Fachleuten des ZKE beantwortet. Wie kann ich mein Grundstück entsiegeln und so zur Klimaverbesserung beitragen? Welche Vorteile ergeben sich daraus für mich und welche Optionen oder Fördermöglichkeiten gibt es?

● **Kurs 1806**

**Zentraler Kommunaler Entsorgungsbetrieb**

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

● **Kurs 1806A**

**Zentraler Kommunaler Entsorgungsbetrieb**

Do. 23.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

gebührenfrei

#### Exkursion

#### Weniger ist mehr – Abfallvermeidung und Abfalltrennung

Zu Beginn werfen wir einen Blick in die „Wertstatt in der Bogenhalle“ – das größte Gebrauchtwarenkaufhaus in Saarbrücken. Hier werden gebrauchte Möbel „gepimpft“ und verkauft. Anschließend lernen Sie bei einem Rundgang im Wertstoffzentrum Am Holzbrunnen das Recyclingpotential verschiedener „Wert-Stoffe“ kennen und erfahren in einem kurzen Vortrag Wissenswertes über die Entwicklung des Müllaufkommens in Saarbrücken und Möglichkeiten der Wiederverwertung. Vom rechtlichen Rahmen über den praktischen Umgang mit Abfällen bis hin zu Abfallvermeidung: Ihre Fragen werden gerne von den Fachleuten des ZKE beantwortet.

● **Kurs 1807**

**Zentraler Kommunaler**

**Entsorgungsbetrieb**

Mi. 25.09.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Wertstoffzentrum Am Holzbrunnen,  
Am Holzbrunnen 4, 66121 Saarbrücken  
gebührenfrei

**Exkursion****Besichtigung der Kompostieranlage in Gersweiler**

Auf der Kompostieranlage in Gersweiler wird gezeigt, wie aus dem Grünschnitt der Region wertvolle Komposterde mit Gütesiegel erzeugt wird. Die Fachleute des ZKE erklären, welche Eigenschaften das Grünschnitt-Material haben muss, um hier verarbeitet zu werden, und zeigen, welche Behandlungsschritte – vom Schreddern über Siebung bis hin zum Aufsetzen der Mieten – nötig sind, um hochwertigen Kompost daraus zu erzeugen.

● **Kurs 1808****Zentraler Kommunalen****Entsorgungsbetrieb**

Do. 10.10.2024, 16:00 – 17:00 Uhr  
Kompostieranlage Gersweiler,  
Friedhofsweg, 66128 Saarbrücken  
gebührenfrei

**Vortrag****Erfolgreich auf dem Flohmarkt handeln**

Flohmärkte sind beliebte Freizeitbeschäftigungen als Besucher oder (Hobby-) Händler. Flohmärkte dienen einigen als Hobby oder Zeitvertreib, während andere gebrauchte Waren kaufen oder ein paar Euro verdienen möchten. Es gibt rechtliche Spielregeln, die man kennen und beachten muss, um erfolgreich als Kunde oder Händler zu agieren. Dieser Vortrag gibt Tipps und Ratschläge dazu.

● **Kurs 1816****Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Do. 26.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 11  
EUR 5,00

**Vortrag****Haushaltsauflösung – mehr Geld verdienen mit richtiger Organisation und Planung**

Tipps, wie Sie mit Dingen, die von Ihnen nicht gebraucht werden, Geld machen können. Eine Haushaltsauflösung kann weit mehr sein als nur die Kosten produzierende Beauftragung einer Entrümpelungsfirma oder ein improvisierter Wohnungsflohmarkt. Der Vortrag zeigt Möglichkeiten und Strategien, bei der Verwertung von Haushaltsauflösungen oder Nachlässen Kosten deutlich reduzieren und sogar Geld verdienen zu können.

● **Kurs 1805****Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Do. 17.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 17  
EUR 5,00

In Kooperation mit der Kriminalpolizeilichen  
Beratungsstelle des Landespolizei-  
präsidiums

**Vortrag****Sicher wohnen – Schutz vor Einbruchsdiebstahl**

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Landespolizeipräsidiums informiert Sie im Rahmen eines Vortrags, wie Sie mit technischen Maßnahmen Ihr Haus oder Ihre Wohnung einbruchhemmend nachrüsten können und gibt wichtige Verhaltenshinweise, um Einbrüche zu verhindern. Des Weiteren erfahren Sie, wie eine funktionierende Nachbarschaft dazu beitragen kann, schon im Versuchsstadium Wohnungseinbrüche zu erkennen und wie man reagieren sollte, wenn Täter

**Dozentinnen und Dozenten**

**SYLVIA HERRESTHAL-SCHARF**  
Dozentin für Recht  
und Verbraucherschutz

» Seit 1995 bin ich selbständige Rechtsanwältin in Saarbrücken. Zu meinen Tätigkeitsbereichen gehört u. a. das Nachbarschaftsrecht.

Aufgrund meiner jahrelangen Erfahrung in diesem Gebiet möchte ich die Grundzüge dieses Rechtsgebietes darlegen und versuchen, das Nachbarschaftsrecht durch Praxisbeispiele verständlich und anschaulich zu machen. «

auf frischer Tat ertappt werden.

● **Kurs 1810**

**Reiner Both, Kriminalhauptkommissar**

Mo. 28.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Abendkurs**

**Mensch und Hund**

Für alle, die sich gerne einen Hund anschaffen möchten, bietet dieses Angebot wertvolle Tipps und Infos rund um den besten Freund des Menschen. Folgenden Themen werden näher beleuchtet:

- Warum will ich einen Hund?
- Was soll der Hund mitbringen? Hunderassen und ihre Eigenschaften.
- Gehe ich zum Züchter oder nehme ich einen Hund aus dem Tierheim, Tierschutz?
- Habe ich die Zeit für die Ausbildung? Warum ist eine Hundeschule wichtig?
- Wie führe ich einen Hund?
- Ist die Betreuung bei Urlaub und Krankheit gesichert?
- Wie ernähre ich einen Hund?

● **Kurs 1323**

**Henry Volkmann, Hundeschule Freilauf**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 30.09.2024, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 55,00

**Vortrag**

**Tiere im Haushalt – Kriterien und Anmerkungen zu einer erfolgreichen Mensch-Tier-Beziehung**

Das Leben mit tierischen Begleitern kann in vielerlei Hinsicht bereichernd sein. Diese These gründet sich nicht nur auf die subjektive Erfahrung zahlloser Tierhalter, sondern ist durch wissenschaftliche Untersuchungen dokumentiert, die die positive Wirkung des Zusammen-

lebens mit Tieren auf den Menschen belegen. Dabei ist aber zu beachten, dass die Anschaffung eines Tieres nicht nur mit der erwarteten Freude und dem Spaß, sondern auch mit einigen zu klärenden rechtlichen Fragen, einer großen Verantwortung, Mühe, oft nicht bedachten Kosten und irgendwann auch Trauer verbunden ist.

● **Kurs 1811**

**Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Do. 28.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Der Erbfall – was ist zu beachten?**

Tritt der Erbfall ein, ergeben in einer sehr schweren Lebenssituation eine Vielzahl rechtlicher, aber auch praktischer Fragen:

- Ich komme als Erbe in Betracht, soll ich ausschlagen oder die Erbschaft annehmen?
- Wie erhalte ich Auskünfte über den Nachlass? Brauche ich einen Erbschein?
- Ich habe ein Testament gefunden, was mache ich damit? Ich bin im Testament genannt, was nun?
- Bin ich Erbe oder Pflichtteilsberechtigter? Ich bin Teil einer Erbengemeinschaft, wer ist wofür zuständig und wie kommen wir zu einer Aufteilung des Erbes?
- Wer trägt die Beerdigungskosten? Was wird aus dem Ferienhaus im Ausland?

Zur Einordnung dieser Fragen und zur Aufklärung einiger gängiger Missverständnisse soll der Vortrag einen Überblick über die gesetzliche und testamentarische Folge nach deutschem Erbrecht, das Pflichtteilsrecht, das gerichtliche Nachlassverfahren sowie die Rechte und Pflichten innerhalb einer Erbengemeinschaft vermitteln.

● **Kurs 1820**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Mi. 25.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 5,00

**Vortrag**

**Erbrecht für Immobilieneigentümer**

Die eigene Immobilie zählt nicht nur oft zum Hauptbestandteil des eigenen Vermögens, sondern hat auch nicht selten eine hohe emotionale Bedeutung für den bzw. die Eigentümer. Rund um das Erbrecht stellen sich juristische und organisatorische Fragen im Zusammenhang mit dem Immobilieneigentum. Wer sich diese Fragen zu spät stellt und keine Vorsorge für den Erbfall trifft, löst häufig eine nicht gewollte Rechtsfolge aus. Aber nicht nur die eigene Erbfolge ist für den Immobilieneigentümer wichtig. Er kann auch mit dem Erbfall eines Miteigentümers oder etwa eines Mieters konfrontiert werden. Der Vortrag behandelt daher die Vorsorge durch Testament oder vorweggenommene Erbfolge, die eigene Absicherung, die Absicherung des Partners, gesetzliche Erbfolge, testamentarische Erbfolge, Pflichtteilsanspruch, Grundbuch, Erbschaftssteuer, Versterben eines Mieters, Versterben eines Miteigentümers, Nachlasspflegschaft.

● **Kurs 1821**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Di. 05.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Das rechtssichere Testament – absolut notwendig und fast immer nicht vorhanden**

Immer noch besteht bei künftigen Erblassern und Erben die Ansicht, dass die

gesetzlich geregelte Erbfolge ohne Testament den Regelfall für die Vermögensnachfolge nach dem Tode darstellt. Dies erweist sich zunehmend als großer Irrtum mit oft fatalen Folgen für das gesamte Familienvermögen. Insbesondere für eine entstehende Erbengemeinschaft, die ein äußerst unflexibles Gebilde darstellt, müssen testamentarischen Regelungen getroffen werden. Der Vortrag nennt die häufigsten Versäumnisse und stellt dar, wie man effektive und rechtssichere Anordnungen erstellt.

● **Kurs 1822**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Di. 26.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Testament, lebzeitige Übergabe und Vorsorgeregungen (TÜV)**

Bekanntlich muss der Pkw alle zwei Jahre zum TÜV gebracht werden, damit gewährleistet ist, dass technisch alles in Ordnung ist und vor allem kein Unfall passieren kann. Sollte man mit den eigenen Angelegenheiten in vermögensrechtlicher und persönlicher Hinsicht weniger sorgsam umgehen? Vielfach werden die Gedanken daran, was passiert, wenn man – ggf. auch nur vorübergehend! – nicht mehr entscheidungsfähig ist, leider gerne verdrängt. Noch mehr trifft das auf den Gedanken an den eigenen Tod zu. Schlimm sind aber die Konsequenzen, wenn ein Unfall oder ein Todesfall passiert, ohne vorgesorgt zu haben. Der Vortrag gibt in leichtverständlicher Weise ein Überblick über eine geordnete Vermögensvorsorge für jeden.

● **Kurs 1823**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Do. 05.12.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Das sog. „Behindertentestament“ – eine anerkannte Gestaltungsform für die Vermögensnachfolge bei Familien mit behinderten Kindern**

Gerade Familien mit behinderten Kindern werden vielerlei Opfer in persönlicher und finanzieller Art abverlangt. Leider werden diese Lebensleistungen der Eltern gesellschaftlich nicht genügend anerkannt. Es ist daher von herausragender Bedeutung, das lebzeitig erarbeitete Familienvermögen rechtssicher an die nächste Generation weiterzugeben – selbstverständlich mit nachhaltiger Berücksichtigung der Interessen des behinderten Kindes. Werden aber keine vollständigen und präzisen Formulierungen im Testament gewählt, ist beim Erbfall der Zugriff eines Sozialleistungsträgers zu befürchten. Der Vortrag informiert darüber, welche von der Rechtsprechung anerkannten Schutzvorkehrungen zugunsten eines behinderten Kindes und dessen Familie möglich sind und wie gewährleistet wird, dass das Kindeswohl immer im Vordergrund steht.

● **Kurs 1824**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Do. 23.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung – u. a. die aktuelle Rechtsprechung des Bundesgerichtshofes (BGH) zum Behandlungsabbruch**

Jedem Menschen kann es passieren, dass er Dinge nicht mehr selbst erledigen kann

oder will, sei es aufgrund des Alters oder von Krankheiten. Auch Sie können eines Tages auf Hilfe anderer angewiesen sein. Mit einer Vorsorgevollmacht legen Sie in guten Zeiten fest, wer Ihnen später helfen darf. Selbst Ihr Ehegatte und Ihre eigenen Kinder dürfen Sie ohne Vollmacht nicht vertreten. Haben Sie keinen Bevollmächtigten, wird Ihnen vom Gericht ein Betreuer – also eine für Sie völlig fremde Person – zugewiesen. Auch eine Patientenverfügung ist von immenser Wichtigkeit, damit Sie jetzt bestimmen, ob in bestimmten Situationen eine Behandlung abgebrochen werden kann. Der Bundesgerichtshof stellt indessen hohe Anforderungen an die Wirksamkeit und Eindeutigkeit einer Patientenverfügung. Insbesondere viele Ankreuzformulare und Internet-Vordrucke genügen diesen Anforderungen nicht (mehr). Sie sollten daher für den Ernstfall eine Vorsorgevollmacht erteilen.

● **Kurs 1825**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Di. 01.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 5,00

**Vortrag**

**Meine Rechte bei Eingehung einer Ehe, bei nichtehelicher Partnerschaft oder Trennung**

Anhand von Eheverträgen bzw. Trennungs- und Scheidungsfolgenvereinbarungen lässt sich ein späterer Rosenkrieg vermeiden. So bleiben Eltern z. B. auch bei Trennung Eltern. Daher sollte von vorneherein für Sicherheit gesorgt werden, insbesondere für das schwächste Glied, die Kinder.

● **Kurs 1826**

**Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Mi. 09.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 14

EUR 5,00

● **Kurs 1826A****Rechtsanwälte Fries & Herrmann**

Do. 16.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 16  
EUR 5,00

**Steuern und Finanzen****Online-Kurs****Finanzplanung für Frauen:  
So geht Vermögensaufbau!**

Frauen sind besonders häufig von Altersarmut betroffen, weil ihre Erwerbsbiografien oftmals durch Babypausen, Minijobs und Teilzeitarbeit unterbrochen sind. Umso wichtiger ist es, dass Frauen frühzeitig selbst die Initiative ergreifen und sich eigenständig um ihre private Altersvorsorge kümmern. Aber wie macht man das eigentlich? In diesem Kurs wird Ihnen auf leicht verständliche Weise und praxisnahe gezeigt, wie Sie eine strukturierte Finanzplanung entwickeln und mit welchen Finanzprodukten Sie effizient Vermögen aufbauen. Zudem lernen Sie, wie Sie die staatliche Förderung nutzen und von der betrieblichen Altersvorsorge profitieren.

● **Kurs 1840****Holger Jünke, Diplom-Kaufmann**

Do. – Fr., jeweils 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 10.10.2024, 2 Termine  
online  
EUR 20,00

**Online-Kurs****Geld anlegen mit ETF  
für EinsteigerInnen**

ETF sind eine Form der Geldanlage, die sich einer sehr hohen Beliebtheit erfreut. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit ETF von langfristigen Börsenanstiegen profitieren: Sie lernen, welche Eigenschaften ETF haben, wie sie sich von klassi-

schen Investmentfonds unterscheiden und welche Vor- und Nachteile mit ihnen verbunden sind. Sie erhalten Anregungen zur Entwicklung einer Anlagestrategie für EinsteigerInnen und zur Auswahl von ETF, die zu dieser Strategie passen. Zudem erfahren Sie, welche Kriterien Sie beim ETF-Kauf berücksichtigen sollten und wo Sie Informationen zu ETF finden.

● **Kurs 1841****Holger Jünke, Diplom-Kaufmann**

Mo. 02.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
online  
EUR 10,00

**Online-Kurs****Finanzplanung 60 plus: Geldanlage  
und Finanzstrategie im Ruhestand**

Wenn der Ruhestand da ist oder immer näher rückt, dann wird es Zeit, die Weichen für eine neue Finanzplanung zu stellen, um das Leben als PensionärIn genießen zu können. Aber wie genau geht man dabei vor? Holger Jünke, Diplom-Kaufmann und freiberuflicher Finanz-Tutor, gibt Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie einen Finanzplan für die zweite Lebenshälfte erstellen. Er zeigt Ihnen auf leicht verständliche und praxisnahe Weise, wie Sie bei der Geldanlage ein gesundes Verhältnis zwischen Sicherheit und Renditechancen finden und welche Finanzprodukte Sie dazu verwenden.

● **Kurs 1842****Holger Jünke, Diplom-Kaufmann**

Mo. – Di., jeweils 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 03.02.2025, 2 Termine  
online  
EUR 20,00

**Veranstaltungen in Kooperation mit der  
Schuldner- und Insolvenzberatung des  
Regionalverbands Saarbrücken****Vortrag****e-Payments: Vorteile und Risiken  
der digitalen Bezahlfverfahren**

Einkaufen per Computer oder dem Smartphone ist für viele Menschen bereits Alltagsnormalität. In unserer heutigen digitalen Welt gibt es zahlreiche Möglichkeiten, um online zu bezahlen. Finanztechnologien (Fintech) ermöglichen es, Geld bequem online zu versenden, zu empfangen und zu verwalten. PayPal, Google Pay oder Klarna sind nur einige der bekannten Online-Bezahldienste, die die Art und Weise verändern, wie wir Zahlungen tätigen und Finanztransaktionen abwickeln. Teilnehmende können wertvolle Informationen zu Funktionsweisen und Unterschieden gängiger Zahloptionen und Dienstleister mitnehmen. Malte Scherpelz liefert zahlreiche praktische Hinweise für einen sicheren Online-Einkauf und klärt über mögliche Kostenfallen auf.

● **Kurs 1845****Malte Scherpelz**

Mo. 23.09.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag****Welcher Tarif fürs Smartphone? –  
Entscheidungsfindung mit Hilfe der  
Nutzwertanalyse**

Das Angebot der Mobilfunktarife ist vielfältig: Laufzeit-Vertrag, Prepaid, Datenvolumen und Flatrates. Doch welcher Tarif passt zu mir? Diese Frage stellen sich viele, die einen neuen Tarif wählen möchten. Mit Hilfe der Nutzwertanalyse soll es Teilnehmenden erleichtert werden, das eigene Nutzungsverhalten zu reflektieren,

um wichtige Kriterien für die Wahl des für sie günstigsten Tarifs zu bestimmen. Der Kurs liefert wertvolle Tipps für einen systematischen Angebotsvergleich, um eine passende Tarifwahl zu treffen und unnötige Kosten zu vermeiden.

● **Kurs 1846**

**Malte Scherpelz**

Mo. 21.10.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag**

**SCHUFA & Co. –**

**Wirtschaftsauskunfteien verstehen**

Wer auf Wohnungssuche ist, ein Bankkonto eröffnen möchte oder für die nächste Bestellung im Internet den Rechnungskauf in Betracht zieht, hat es rasch mit Auskunfteien wie SCHUFA, Creditreform Boniversum oder Infoscore zu tun. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Auskunfteien funktionieren, welche Daten sie sammeln und wie Score-Werte Ihr Leben beeinflussen können. Sie erwerben Kenntnisse, wie Sie Ihre kostenlose Selbstauskunft erhalten und fehlerhafte Einträge korrigieren lassen.

● **Kurs 1847**

**Malte Scherpelz**

Mo. 18.11.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Kostenfallen bei Videospiele – Was Sie über In-Game-Käufe wissen sollten**

Ein neues Kostüm für den Avatar erwerben. Gold oder Juwelen kaufen. Die Zeit bis zum Aufstieg ins nächste Level verkürzen. So wird Free-to-Play schnell zu Pay-to-Win. Malte Scherpelz beleuchtet, wie kleine virtuelle Einkäufe in Video-

spielen große Auswirkungen auf das Spielerlebnis haben und leicht zur teuren Kostenfalle werden können. Sie erfahren, wie In-Game-Käufe funktionieren, welche Motivationen NutzerInnen haben und welche Strategien die Spieleindustrie einsetzt, um KundInnen zum Geldausgeben zu animieren. Nehmen Sie teil und erhalten Sie praktische Tipps sowie Empfehlungen zu Tools und Einstellungen, die vor ungewollten Kostenfallen schützen und die Ausgabenkontrolle erleichtern.

● **Kurs 1848**

**Malte Scherpelz**

Mo. 20.01.2025, 17:30 – 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Energieberatung**

Unser Angebot für Bürgerinnen und Bürger findet in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Saarland e.V. und dem Klimaschutzmanagement des Regionalverbandes Saarbrücken statt. Informationen rund um das Thema Klimaschutz im Regionalverband finden Sie jederzeit digital unter <https://www.regionalverband-saarbruecken.de/klimaschutz>.

Anmeldungen zu den Veranstaltungen unter: [www.verbraucherzentrale-saarland.de/veranstaltungen](http://www.verbraucherzentrale-saarland.de/veranstaltungen)

**🏠 Online-Kurs**

**Energiesparen durch Heizungsoptimierung**

Mit steigenden Energiekosten wird das Thema Heizungsoptimierung immer interessanter. Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale erläutert im Rahmen des Vortrags, dass viele Heizungsanlagen bei einer optimalen Abstimmung aller Komponenten aufeinander wesentlich

**Dozentinnen und Dozenten**



**HOLGER JÜNKE**  
*Diplom-Kaufmann*

» Holger Jünke ist Diplom-Kaufmann und hat über zwanzig Jahre im Produktmanagement der größten deutschen Privatkundenbank gearbeitet. Er ist freiberuflich als Finanztutor tätig und möchte seinen KursteilnehmerInnen helfen, in Finanzfragen eigenständiger und souveräner zu werden. Das gelingt ihm, indem er Finanzwissen auf eine lebendige, humorvolle und leicht verständliche Weise mit vielen Praxisbeispielen vermittelt. «

energiesparender arbeiten können. Oft wird nach energetischen Sanierungsmaßnahmen am Gebäude die Heizungsanlage nicht an die verbesserte Situation angepasst. Auch bei einer Erneuerung des Wärmeerzeugers wird immer wieder die Chance verpasst, die Heizungsanlage insgesamt zu optimieren. Hier schlummern Einsparpotenziale, die mit relativ geringem Investitionsaufwand behoben werden können. Was verbirgt sich hinter den Begriffen hydraulischer Abgleich, Heizkennlinie, Brennwert-Check und Hocheffizienzpumpe? Welche Fördermöglichkeiten gibt es?

● **Kurs 1860**

**Christine Mörge**, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.

Mo. 23.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Wärmepumpe für mein Haus? Chancen und Risiken**

Sie denken an eine Heizungserneuerung in Ihrem Bestandsgebäude? Bis jetzt heizen Sie mit Öl oder Gas, vielleicht auch mit Kohle, Koks oder einer Nachtstromspeicher-Heizung. Das „Heizungsgesetz“, sprich Gebäudeenergiegesetz 2024, will fossile Brennstoffe beim Heizen begrenzen und ab 2045 eindämmen. Da bietet es sich an, über die Umstellung auf eine Wärmepumpenheizung nachzudenken. Hier stellen sich viele Fragen. Wie funktioniert eine Wärmepumpe? Welche Voraussetzungen braucht man, damit man sie effizient betreiben kann? Muss ich mein Haus sanieren, mit welchen Investitionskosten muss ich rechnen, was ist beim Betrieb einer Wärmepumpe zu beachten, kann ich Erdwärme nutzen? Ist eine Eigenstromnutzung mit Photovoltaik

sinnvoll? Und viele Frage mehr.

● **Kurs 1861**

**Christine Mörge**, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.

Do. 10.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Welche Heizung für mein Haus?**

Ein Heizungstausch sollte frühzeitig geplant werden, möglichst bevor die Heizung kaputtgeht. Nach gut 20 Jahren ist das Ende der Lebensdauer eines Heizkessels erreicht. Bei Heizungen, die älter als 15 Jahre sind, sollte man auf einen Ausfall vorbereitet sein. Mit einem ausreichenden zeitlichen Vorlauf ist ein durchdachter Wechsel der Heiztechnik möglich, zum Beispiel von fossiler zu erneuerbarer Energie. Viele Fragen sind offen: Was ist vom Gesetzgeber geplant? Welche Möglichkeiten des Einsatzes moderner Technologien, erneuerbarer Energien und effizienter Heiztechnik gibt es? Wie finde ich das geeignete Heizsystem für mein Haus? Welche finanzielle Unterstützung durch Förderprogramme bietet der Staat?

● **Kurs 1862**

**Christine Mörge**, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.

Do. 06.03.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Eigenen Solarstrom nutzen**

Viele HausbesitzerInnen planen die Anschaffung einer Photovoltaikanlage, um eigenen Strom zu erzeugen. Wie groß sollte eine Anlage sein, welcher Ertrag ist zu erwarten, brauche ich einen Batteriespeicher? Diese und weitere Fragen

beantwortet die Energieberaterin der Verbraucherzentrale. Im Vortrag wird auch auf das Thema Balkonkraftwerke eingegangen, wann sich ein solches Gerät lohnt, wieviel Strom man selbst erzeugen und verbrauchen kann und ob ein Balkonkraftwerk eine Alternative zu einer großen PV-Anlage auf dem Dach sein kann.

● **Kurs 1863**

**Cathrin Becker**, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.

Fr. 11.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

**Vortrag**

**Steckersolar**

Steckersolargeräte, auch oft Balkonkraftwerke genannt, sind die moderne Antwort auf die steigenden Anforderungen an saubere Energie. Sie nutzen die Kraft der Sonne, um Strom zu erzeugen, der im besten Fall direkt vor Ort genutzt werden kann. Die kompakten Anlagen sind nicht nur umweltfreundlich, sondern können auch langfristig zu erheblichen Ersparnissen bei den Energiekosten führen. Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die darüber nachdenken, ihre Energieversorgung nachhaltiger zu gestalten. Reinhard Schneeweiß, Architekt und Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V., informiert, für wen solche Anlagen geeignet sind, mit welchen Kosten man rechnen muss, was es bringt und worauf man bei Anschaffung, Installation und Betrieb achten sollte.

● **Kurs 1864**

**Reinhard Schneeweiß**, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V.

Di. 11.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

gebührenfrei

 **Online-Kurs**
**Aktuelle Fördermittel für Bestandsgebäude**

Steigende Energiekosten veranlassen viele HausbesitzerInnen, über Dämmmaßnahmen und Heizungserneuerung nachzudenken. Doch wie schaffen sie es, die dafür notwendigen Investitionen zu stemmen? Hierbei hilft die Bundesregierung mit Förderprogrammen. Es gibt Kredit- und Zuschussprogramme, Förderprogramme zur energieeffizienten Sanierung oder zur Nutzung erneuerbarer Energien, zur Dämmung, zum Austausch der Fenster, zur Optimierung von Heizungsanlagen und zur Baubegleitung. Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale behandelt Fragestellungen wie: Wer kann eine Förderung beantragen? Was bedeuten die technischen Mindestvoraussetzungen? Können mehrere Förderprogramme gleichzeitig genutzt werden? Wann, wo und wie können Anträge gestellt werden? Mit diesem Vortrag soll den EigenheimbesitzerInnen der Weg durch den Förderdschungel erleichtert werden.

**● Kurs 1865**

**Cathrin Becker, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.**

Di. 24.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
online  
gebührenfrei

**● Kurs 1865A**

**Cathrin Becker, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.**

Do. 23.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**
**Energetische Gebäudesanierung**

Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale erläutert mögliche und sinnvolle Sanierungsmaßnahmen an der Gebäudehülle und geht insbesondere auf die Heizungstechnik ein. Welche erneuerbaren Wärmepumpe gibt es, ist eine Wärmepumpe geeignet, wie kann ich eine bestehende Heizung optimieren? Gesetzliche Anforderungen werden ebenso erklärt wie die zu erwartenden Einsparungen. Welche Möglichkeiten einer individuellen Beratung können in Anspruch genommen werden? Ein Schwerpunkt im Vortrag ist auch die Förderung energetischer Maßnahmen.

**● Kurs 1866**

**Cathrin Becker, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Vortrag**
**Fenstererneuerung im Rahmen der energetischen Gebäudesanierung**

Ein häufig nachgefragtes Thema in der Energieberatung der Verbraucherzentrale ist die Fenstererneuerung. Damit keine Fehler bei dieser besonders teuren Sanierungsmaßnahme gemacht werden, bietet die Verbraucherzentrale einen speziellen Vortrag über die Auswahl und den sachgerechten Einbau von Fenstern an. Was muss bei der energetischen Sanierung eines Gebäudes und speziell auch der Fenster beachtet werden? Was bedeutet der Uw-Wert im Unterschied zum Ug-Wert? Welches Dämm-Niveau gilt es zu erfüllen, um eine staatliche Förderung zu erhalten?

**Dozentinnen und Dozenten**


**CATHRIN BECKER**  
Dipl.-Ing. (FH) Architektur

» Cathrin Becker ist Energieberaterin der Verbraucherzentrale Saarland. Ihre Beratungsschwerpunkte liegen bei den Themen Heizungstechnik, Solarenergie, Fördermittel, energetische Gebäudesanierung und Energiesparen. «

● **Kurs 1867**

**Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V.**

Di. 03.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 17  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Maßnahmen zur Schimmelvermeidung**

Schimmel in der Wohnung kann eine ernsthafte gesundheitliche Gefährdung für den Menschen darstellen. Wie entsteht Schimmel? Wie kann man Schimmelbildung vermeiden? Was kann man tun, wenn Schimmel bereits da ist? Auf diese und weitere Fragen gibt Architekt Dipl.-Ing. Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland in seinem Vortrag Antworten.

● **Kurs 1868**

**Reinhard Schneeweiß, Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland e. V.**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 17  
gebührenfrei

**Bürgerschaftliches Engagement & Vereine**

**Veranstaltungen in Kooperation mit der Ehrenamtsbörse des Regionalverbandes Saarbrücken**

**Seminar**

**Unterwegs mit dem Verein – Was muss der Verein bei Vereinsfahrten/-reisen beachten**

Auch Vereine führen Reisen durch: mal zur Zweckerfüllung, mal zur Geselligkeit und mal aus beiden Gründen. Um während der Reise oder danach keine böse Überraschung zu erleben, muss man sich bereits bei der Vorbereitung und

Durchführung einer solchen Reise Gedanken zu den einzuhaltenden Regeln und Vorschriften machen: Gilt für die konkrete Vereinsreise das Pauschalreiserecht? Wenn nicht, was gilt dann? Wer haftet bei „Mängeln“ der Vereinsreise? Wie sind die Einnahmen und Ausgaben bezüglich der Vereinsreise beim Verein steuerrechtlich zu behandeln? Diese Fragen und weitere mehr beantwortet Rechtsanwalt Patrick R. Nessler in diesem Seminar. Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken.

● **Kurs 1880**

**Patrick R. Nessler, Rechtsanwalt**

Mo. 09.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Keine Angst vor Zahlen – Buchführungskurs für Vereine**

„Buchführung macht keinen Spaß“ – diesem Vorurteil will der Diplom-Betriebswirt Wolfgang Willems mit einem Kurs Paroli bieten. Eine ordentliche Buchhaltung ist einer der elementaren Bereiche eines jeden Unternehmens, was auch für Vereine gelten sollte. Den Überblick behalten über Einnahmen und Ausgaben, die Verbuchung von Vermögensgegenständen, Bilanzierung, Abschreibungen oder Anschaffungskosten von Gütern richtig zu verbuchen ist nicht nur für den Umgang mit dem Finanzamt unverzichtbar. Eine Einführung in die „ungeliebte“ Verwaltungsarbeit gibt Wolfgang Willems an diesem Abend. „Dabei geht es darum, sämtliche Einnahmen und Ausgaben eines Vereins exakt und systematisch zu erfassen“, erläutert er. Ergänzt wird der Vortrag am 13.01.2025 um ein Austausch-Forum für Vereine, bei dem sich etwaig auftauchende Fragen klären lassen

sollten (Kurs 1888). Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken.

● **Kurs 1881**

**Wolfgang Willems, Dipl.-Betriebswirt**

Mo. 16.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Neue Wege in der Zusammenarbeit von gemeinnützigen Organisationen, Vereinen und Unternehmen**

Der Online-Workshop richtet sich an gemeinnützige Vereine und soziale Einrichtungen, die aktiv auf Unternehmen zugehen wollen und Anregungen für die Zusammenarbeit jenseits von Spenden und Sponsoring suchen. Zum Inhalt: Was bedeutet eigentlich Unternehmenskooperation? Wie und warum engagieren sich Unternehmen? Lohnt sich die Kooperation mit Unternehmen auch für meinen Verein? Welche Ziele können wir dabei verfolgen? Wie lassen sich Kooperationen mit Unternehmen am besten anbahnen? Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken.

● **Kurs 1882**

**Ralf Baumgarth, Berater, Trainer und Moderator**

Mo. 23.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

In Kooperation mit der Ehrenamtsbörse des Regionalverbandes Saarbrücken in Zusammenarbeit mit allen saarländischen Ehrenamtsbörsen und der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt (DSEE)

### Tagung

#### Die Zukunft des Vereins – Tagung zur Nachwuchsgewinnung für Vereine

Mit vier parallelen Workshops zu den Themen Nachwuchsgewinnung und sowie einer Keynote von Henning Baden (DSEE) zum Thema Inklusion und Engagement:

- Junge Menschen gewinnen, begeistern und halten (Dr. Tim Fischer, Agentur für Ehrenamtlichkeit, Berlin)
- Frauen für Vorstandsämter gewinnen (Jenny Paul, Pro impact München)
- Bündelung von Interessen/Vereinsfusionen (Rechtsanwalt Patrick R. Nessler/Martin Heidecker, Lauterbacher Dorfverein e. V.)
- Tipps und Hilfsmittel für die Öffentlichkeitsarbeit, Canva, ChatGPT ... (Tobias Scheid, Agentur iumedia)

Nähere Informationen und Anmeldung: [dirk.sold@rvsbr.de](mailto:dirk.sold@rvsbr.de), Fon 0681 506-5347.

#### ● Kurs 1883

**Henning Baden/Dr. Tim Fischer/  
Jenny Paul/Patrick R. Nessler/  
Martin Heidecker/Tobias Scheid**

Do. 10.10.2024, 16:00 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 4 OG  
gebührenfrei

### Workshop

#### Kommunikation: Einfach überzeugend meinen Verein präsentieren

Wer in einem Verein Verantwortung trägt, kommt immer wieder in die Situation, seinen Verein in Gesprächen zu vertreten und vorzustellen. Bei der Werbung neuer

Mitglieder. Bei der Formulierung von Vereinsinteressen gegenüber der Kommune. Bei der Suche nach Unterstützern und Sponsoren. In diesem Kurs lernen Sie einfache Techniken, wie Sie Ihren Verein in Gesprächen überzeugend vorstellen können und worauf Sie dabei vor allem achten sollten. Damit das nicht graue Theorie bleibt, haben Sie die Möglichkeit, die Vorstellung Ihres Vereins gleich auszuprobieren und zu verbessern.

#### ● Kurs 1884

**Roman Glauben, Trainer und Moderator**

Di. 29.10.2024, 17:30 – 20:00 Uhr  
Raum K1, 1. OG Saarbrücker Schloss,  
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken  
gebührenfrei

In Kooperation mit der Ehrenamtsbörse des Regionalverbandes Saarbrücken, Europ'age Saar-Lor-Lux e.V., House of Resources Saar und dem Netzwerk Entwicklungspolitik im Saarland e.V.

#### Marktplatz EHRENAMT: Suche – Biete – Engagement

Auf unserem Marktplatz EHRENAMT können Sie unverbindlich ins Gespräch kommen und sich bei über 40 Vereinen und Organisationen in allen gesellschaftlichen Bereichen unverbindlich informieren. In vier verschiedenen Themenecken (z. B. Bildung, Kinder, Armut, Obdachlosigkeit, Arbeitswelt, Nachbarschaft, Natur, Kultur, Sport usw.) stehen Ihnen die VertreterInnen der Organisationen und Vereine in schöner Marktplatz-Atmosphäre zur Verfügung. In welchem Bereich kann ich mich engagieren? Wie viel Zeitaufwand muss ich pro Woche einplanen? Bin ich dabei versichert? Welche Aufgaben kann ich dabei übernehmen? Kann ich jederzeit wieder aussteigen? All diese Fragen können Sie direkt vor Ort mit den Ansprech-

### Dozentinnen und Dozenten



**REINHARD SCHNEEWEISS**  
Dipl.-Ing. Architekt

» Reinhard Schneeweiss ist Energieberater der Verbraucherzentrale Saarland, Energie-Effizienz-Experte, Sachverständiger für Schäden an Gebäuden, BNB-Koordinator und DGNB-Consultant. «

partnerInnen abklären.

*Nähere Informationen zur Veranstaltung und Anmeldung für Vereine und gemeinnützige Organisationen: dirk.sold@rvsbr.de, Fon 0681 506-5347. BürgerInnen auf der Suche nach einem passenden Engagement können einfach vorbeikommen – eine Anmeldung ist nicht notwendig.*

● **Kurs 1885**

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 4 OG  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Die Haftung des Vorstandes**

Mit dem „Ehrenamtsstärkungsgesetz“ sind bereits 2013 auch Regelungen in Kraft getreten, die die Haftung der Mitglieder des Vereins- und Verbandsvorstands, aber auch der Mitglieder selbst einschränken. Trotzdem bleibt es grundsätzlich dabei, dass Vorstände dem Verein bzw. Verband, den Vereinsmitgliedern oder auch dem Staat oder nicht dem Verein angehörenden Personen schadensersatzpflichtig sein können, wenn sie die ihnen obliegenden Pflichten verletzen. Wann dies nun zu einer persönlichen Haftung führt und was man dagegen tun kann, ist Gegenstand dieses Seminars. Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken.

● **Kurs 1886**

**Patrick R. Nessler, Rechtsanwalt**

Mo. 18.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Grundlagen der Vereinsbesteuerung**

Es sind meist ehrenamtliche Vorstände, die die finanziellen Angelegenheiten ihres Vereins verantworten. Deshalb ist es absolut wichtig, dass sie bezüglich

ihrer Finanzen alle Gesetzesvorgaben insbesondere im Steuerrecht wie auch im Sozialversicherungsrecht kennen. Im Steuerrecht stellt sich bei der Besteuerung der gemeinnützigen Vereine die Frage nach der Gemeinnützigkeit, ihren Vorteilen, ihren Voraussetzungen und dem Anerkennungsverfahren. Es folgt die Überlegung, in welchem Umfang sind steuerliche und sonstige Vergünstigungen gegeben. Auch wird die Besteuerung des in aller Regel notwendigen Geschäftsbetriebes erforderlich, und in diesem Zusammenhang auch selbstverständlich alle Fragestellungen zur Umsatzsteuer. Zuletzt sind die Vereine auch für die ordnungsgemäße, dem Steuerrecht entsprechende Mittelverwendung verantwortlich. Auf der Einnahmenseite ist auch der Komplex Spendenabzug in die Überlegung miteinzubeziehen. Auf der Ausgabenseite sind die Möglichkeiten der Auszahlungen von Ehrenamts- und Übungsleiterpauschalen in Betracht zu ziehen. Diese Fragenkomplexe wird unser Dozent ansprechen und auf die von Ihnen aufgeworfenen Fragen eingehen.

● **Kurs 1887**

**Wolfgang David, Dipl.-Betriebswirt, Steuerberater u. vereidigter Buchprüfer**

Mo. 25.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei

**Austausch-Forum**

**„Buchführung für Vereine“**

Eine ordentliche Buchhaltung ist einer der elementaren Bereiche eines jeden Vereins. Nach dem einführenden Vortrag zum Thema Buchhaltung in Vereinen am 16.09.2024 (Kurs 1881) steht Wolfgang Willems den VereinsvertreterInnen im Austausch-Forum zu allen Fragen der Buchführung zur Verfügung. Eine Teilnahme an der Veranstaltung im September

ist keine Voraussetzung, alle VereinsvertreterInnen sind herzlich willkommen. Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken.

● **Kurs 1888**

**Wolfgang Willems, Dipl.-Betriebswirt**

Mo. 13.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
gebührenfrei



**Online-Kurs**

**Fit für das Vereinsjahr 2025**

Jedes Jahr aufs Neue: Es treten neue Gesetze in Kraft oder werden geändert. Neue Gerichtsurteile oder die Änderungen von Verwaltungsvorschriften beeinflussen die bisherige Vorstandsarbeit. Das ist eine permanente Herausforderung für Vereins- und Verbandsvorstände. Solche Änderungen haben direkte Auswirkungen auf die gesamte Vereinsarbeit, meist auch auf die Haushaltsplanung, die Gestaltung von Verträgen oder die Besteuerung des Vereins oder Verbands. Diese Veranstaltung bietet einen Überblick über die für 2025 wesentlichen Änderungen sowie Neuerungen und hilft auch dabei, mögliche Fehler aus Unwissenheit zu vermeiden.

● **Kurs 1889**

**Patrick R. Nessler, Rechtsanwalt**

Mo. 20.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

**Workshop**

**Pressearbeit für Vereine und Ehrenamtliche**

Für Vereine und Ehrenamtliche ist es immens wichtig, eine breite Öffentlichkeit über die eigenen Tätigkeiten und Belange zu informieren. Ob klassische Tageszeitung, Radio, TV oder Internet: Wer seine Zielgruppe erfolgreich anspricht, hat viel bessere Chancen, seine Arbeit

zum Erfolg zu führen. Schließlich sollen Veranstaltungsankündigungen, Positionen und Aufrufe zur Unterstützung auch gehört werden! Im Seminar werden die Grundlagen der Pressearbeit erklärt, von der Ansprache der MedienvertreterInnen über die richtige Aufbereitung der Inhalte für verschiedene Formate bis hin zum Aufbau eigener Verbreitungskanäle über die sozialen Medien.

● **Kurs 1890**

**Meike Stein, M.A. Medienwissenschaft, ausgebildete Rundfunk- und Fernsehjournalistin (ARD), Panel-Mitglied Papierstau Podcast**

Sa. 08.02.2025, 14:00 – 17:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

**Workshop**

**17 Ziele – Nachhaltigkeit in meinem Verein**

In der Veranstaltung beschäftigen wir uns mit der Frage, was die Agenda 2030 der Vereinten Nationen ist und was die Umsetzung der Ziele für nachhaltige Entwicklung (SDGs) mit meinem Verein zu tun hat. Die Veranstaltung bietet einen Einstieg für VereinsvertreterInnen und interessierte Einzelpersonen, die sich bislang noch nicht oder kaum mit den Nachhaltigkeitszielen beschäftigt haben. In dem Workshop werden folgende Fragen diskutiert und konkrete Beispiele benannt:

- Welche Aktivitäten meines Vereins sind mit wichtigen ökologischen und/oder sozialen Problemen verknüpft oder wirken auf diese ein?
- Inwiefern sind wir als Verein von solchen Problemen betroffen? Was davon kriegen wir zu spüren als Verein?
- Wirkt sich das Mitdenken dieser Fragestellungen auf die Arbeit in meinem

Verein aus? Und wenn ja, wie?

- Zu welchen Zielen würde ich gerne beitragen und wie können wir uns an die Umsetzung machen?
- Wie können wir die 17 Ziele für unsere Öffentlichkeitsarbeit nutzen?

● **Kurs 1891**

**Patrick Frey-Dörr,**

**Netzwerk Entwicklungspolitik Saar e. V.**

Di. 11.02.2025, 17:30 – 19:30 Uhr

Raum K1, 1. OG Saarbrücker Schloss,

Schlossplatz, 66119 Saarbrücken

gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



**MEIKE STEIN**

**Medienwissenschaftlerin und Journalistin**

[www.papierstauodcast.de](http://www.papierstauodcast.de)

»» *Wie wir die Welt wahrnehmen, wird maßgeblich durch unseren Medienkonsum geprägt. Deshalb ist es wichtig zu wissen, wie Medieninhalte produziert werden. Welche Themen finden statt, wie werden sie umgesetzt? Als Dozentin der vhs möchte ich mein Wissen teilen, das ich als Nachrichtenjournalistin und Literaturkritikerin in den Bereichen Print, TV, Radio und online erworben habe. Außerdem sollen TeilnehmerInnen sich selbst ausprobieren, mit eigenen Texten – learning by doing. <<<*

# Bildungserfolg darf nicht von der Herkunft abhängen!

## 240 Millionen Euro für neues Startchancenprogramm

Jedes Kind im Saarland soll die gleichen Chancen auf Erfolg haben. Unabhängig davon, wo es herkommt und wie es lebt. Damit die Herkunft nicht mehr über den Bildungserfolg entscheidet, werden jetzt 55 Schulen in unserem Land zu Startchancen-Schulen!

Wir investieren insgesamt 240 Millionen Euro in moderne Lernumgebungen, individuelle Förderung und multiprofessionelle Teams. 17.000 Schüler:innen im Saarland profitieren davon.

**Chancengleichheit beginnt hier und jetzt.**



saarland.de/mbk



Foto: Holger Kiefer

**Beratung und Information****Dr. Elisabeth Schmitt**

Programmbereichsleiterin  
Altes Rathaus, Zi. 35  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4335  
Fax 0681 506-4390  
elisabeth.schmitt@rvsbr.de

**Anmeldung und Service****Mechthild Speicher**

Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 1  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4316  
Fax 0681 506-4399  
mechthild.speicher@rvsbr.de

**Philosophie, Theologie, Soziologie**

*Erkunden Sie die faszinierende Welt der Geisteswissenschaften mit unseren Kursen im Bereich Philosophie, Theologie und Soziologie, die Ihnen tiefgreifende Einblicke in das menschliche Denken, Glauben und soziale Strukturen bieten.*

*So steht Jürgen Habermas, einer der bedeutendsten deutschen Philosophen der Gegenwart, wieder im Fokus. Mit dem Buch „Die seltsamsten Menschen der Welt. Wie der Westen reichlich sonderbar und besonders reich wurde“ des Anthropologen Joseph Henrich beschäftigt sich Ewald Speicher in seinem Kurs.*

*Das im Rahmen des 150-jährigen Jubiläums der Alt-Katholischen Gemeinde Saarbrücken stattfindende Vortragsprogramm geht auch in diesem Semester weiter. Der Kirchenhistoriker Prof. Dr. Joachim Conrad referiert über die Alt-Katholische Gemeinde Saarbrücken in der Zeit des Nationalsozialismus.*

*Unser Online-Angebot vhs.wissen live wartet in diesem Semester mit spannenden Vorträgen zu Medizinethik sowie zu menschlichem Denken und Künstlicher Intelligenz (KI) auf. Anlässlich des 300. Geburtstages von Immanuel Kant in diesem Jahr befasst sich der Philosoph Marcus Willaschek mit Kants Revolution des Denkens.*



**PHILOSOPHIE, THEOLOGIE,  
SOZIOLOGIE****Abendkurs****Jürgen Habermas: Auch eine  
Geschichte der Philosophie**

Ein ebenso gewaltiges wie beeindruckendes „opus magnum“, das Jürgen Habermas 2019 vorgelegt hat und dessen schierer Umfang mehrere Semester der Lektüre und Besprechung nötig macht. In Anspielung auf Herders „Auch eine Philosophie der Geschichte zur Bildung der Menschheit“ zeichnet der wohl bedeutendste deutsche Philosoph der Gegenwart nach, wie sich die Philosophie im Lauf der Geschichte aus ihrer Symbiose mit der Religion gelöst und säkularisiert hat und welche Konflikte, Transformationen und Lernprozesse dabei entstanden sind. Diese „Genealogie nach-metaphysischen Denkens“ (Habermas) ist „auch“ eine Philosophiegeschichte von der Antike bis ins 20. Jahrhundert – aber eben nicht nur: Angesichts der durchaus aktuellen Renaissance der Religionen im Politischen und metaphysischer Diskurse in der Philosophie ist sie ein Plädoyer für ein vernünftiges und aufgeklärtes Denken darüber „was unsere wachsenden wissenschaftlichen Kenntnisse von der Welt für uns bedeuten – für uns als Menschen, als moderne Zeitgenossen und als individuelle Personen.“ Das Projekt der Aufklärung geht weiter (Quereinstieg möglich).

**● Kurs 1512****Dr. Peter Kleiß/Karl-Günther Dilk**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
EUR 70,00 (65,00)

**Abendkurs****Die Welt der seltsamen und  
erfolgreichen Menschen**

Die meisten von uns sind in den Traditionen der westlichen Welt groß geworden. Wir gehören damit nach Auffassung des Anthropologen der Harvard Universität Joseph Henrich zu den „seltsamsten Menschen der Welt“, die sich von den meisten anderen Menschen dieser Erde unterscheiden. Wie zeigt sich diese „Seltsamkeit“, und wieso sind wir so geworden? Die Antworten auf diese Fragen, die der Forscher uns anbietet, wollen wir kritisch prüfen und fragen, was das für uns bedeutet. Grundlage für den Kurs ist das Buch „Die seltsamsten Menschen der Welt. Wie der Westen reichlich sonderbar und besonders reich wurde“ (2022) von Joseph Henrich. Wir werden Auszüge daraus lesen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**● Kurs 1515****Ewald Speicher, M.A., Philosoph und  
Informatiker**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
Termine: 09.10., 06.11., 04.12.2024, 08.01.,  
05.02.2025  
Altes Rathaus, Raum 24  
EUR 45,00 (40,00)

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**DR. PETER KLEISS**  
*Jazzredakteur i. R. und Philosoph*

» Das Studium der Germanistik, Philosophie und Politik in Marburg habe ich im Wesentlichen durch Radiosendungen über Jazz und Literatur finanziert. Dass Radiomachen später mein Beruf wurde, hatte mich selber überrascht.

*Lesen und Radiomachen sind zwar wunderschöne, aber einsame Tätigkeiten. Das Philosophieseminar bei der vhs Regionalverband Saarbrücken hat mich mit angenehmen Menschen und meiner Ausbildung in den 1970er Jahren in Verbindung gebracht. Karl Dilk und ich leiten als Moderatoren das Seminar. «*

*Veranstaltungen aus der Reihe  
vhs.wissen live*

In Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech)

 **Online-Kurs**

**Medizinethik – Ethische Fragen im Krankenhaus, in der Forschung und in der Politik**

Schwierige Entscheidungen am Krankenbett, die ethischen Implikationen neuester Forschungsergebnisse bis hin zur Beratung der großen Politik: Medizinethik – was ist das eigentlich? Im Vortrag werden verschiedene Handlungsbereiche und Themenfelder vorgestellt und anhand aktueller Fälle diskutiert.

● **Kurs 1530**

**Prof. Dr. Alena Buyx**

Di. 08.10.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Der elektronische Spiegel:  
Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz**

Während Künstliche Intelligenz (KI) landauf, landab diskutiert wird, ist kaum bekannt, dass die klugen Maschinen nie nur dazu da waren, uns langweilige oder gefährliche Arbeit abzunehmen. Sie waren von Beginn an Hypothesen über das Funktionieren des Geistes, elektronische Spiegel, in deren Zerrbild der Mensch nur umso besser erkennen kann, was Intelligenz ausmacht und was ganz offensichtlich nicht. Am Beginn der KI-Forschung stand die Vorstellung, man müsse das menschliche Denken nur genau genug beschreiben, um intelligente Maschinen bauen zu können. 70 Jahre später hat sich Ernüchterung eingestellt:

Die größten Herausforderungen bestehen nicht darin, im Schach zu gewinnen oder in Gedanken geometrische Figuren zu drehen, sondern in etwas so schwer Greifbarem wie Flexibilität, Kreativität und gesundem Menschenverstand; darin, eine Situation zu verstehen und angemessen zu reagieren.

● **Kurs 1531**

**Dr. Manuela Lenzen**

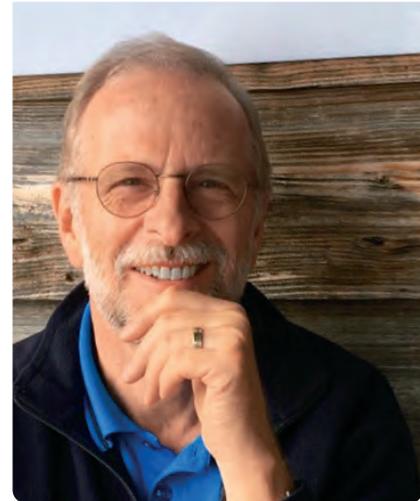
So. 03.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

 **Online-Kurs**

**Kant: Die Revolution des Denkens**

Kants „Kritik der reinen Vernunft“ ist ein Meilenstein der Geistesgeschichte, weil sie ein neues Verständnis unseres menschlichen Standpunkts in der Welt entwickelt. Kant nennt das seine „Revolution der Denkart“. Sie besteht in der Einsicht, dass ein objektives Bild der Welt sich nicht allein aus den Eigenschaften der erkannten Dinge ergibt, sondern auch aus der Funktionsweise menschlicher Erkenntnis. Manche Aspekte unseres Weltbildes, etwa Raum und Zeit, gehen Kant zufolge nicht auf Eigenschaften der Welt selbst zurück, sondern auf den menschlichen Geist. Trotzdem sind sie objektiv gültig, weil sie ein objektives, für alle Menschen gültiges Bild der Realität erst möglich machen. Dieser revolutionäre Gedanke einer „Objektivität des menschlichen Standpunktes“ ist nicht nur für Kants Erkenntnistheorie, sondern auch für seine Ethik und Ästhetik grundlegend. Der Philosoph Marcus Willaschek erklärt in seinem Vortrag Kants Revolution des Denkens auf anschauliche und verständliche Weise und gibt so einen guten Einblick in die Grundlagen der kantischen Philosophie.

**Dozentinnen und Dozenten**



**KARL-GÜNTHER DILK**  
Pfarrer i. R.

» Nach dem Studium der Evangelischen Theologie und Philosophie war ich über 40 Jahre als Pfarrer in Kirchengemeinden und der Krankenhaus- und Gefängnis-Seelsorge tätig. Dabei habe ich viel von Menschen über Menschen erfahren.

Meine Vorliebe für theologische und religionsphilosophische Fragen hat mich dabei bestärkt, die gemeinsamen Erfahrungen in diesem Kontext zu verstehen. Im Blick auf das Thema unseres Kurses sehe ich meine Rolle als Vermittler der theologischen Sachverhalte, die Habermas in den Diskurs von Glauben und Wissen einbringt. «



Foto: Wolfgang Heinz

● **Kurs 1532**

**Prof. Dr. Marcus Willaschek**

Do. 14.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

In Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech)

🏠 **Online-Kurs**

**KI im Unternehmen – wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?**

Beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) fragen sich heute viele Unternehmen, wie sie ethische Leitlinien berücksichtigen können. Ob Transparenz, Erklärbarkeit, Fairness, Sicherheit oder Datenschutz: Es gibt konkrete Maßnahmen, die eine Implementierung von vertrauenswürdiger KI unterstützen. Dieser Vortrag beleuchtet aus der Sicht eines IT-Unternehmens den Einsatz von KI und die notwendigen Voraussetzungen und Maßnahmen, um vertrauenswürdige KI-Lösungen zu finden.

● **Kurs 1534**

**Andrea Martin**

Di. 03.12.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

In Kooperation mit der Evangelischen Akademie im Saarland und der Stiftung Schinkelkirche Bismisheim

**Architekturführung**

**Die Bismisheimer Kirche von Karl Friedrich Schinkel**

2024 wird das Bismisheimer Wahrzeichen, die berühmte evangelische Schinkelkirche, 200 Jahre alt. „Keine Maskerade – das Nothwendige der Construction schön gestalten“, so formulierte Karl Friedrich Schinkel den Grundsatz seiner

Baukunst. Schinkel, geboren 1781 in Neuruppin und gestorben 1841 in Berlin, war Architekt in preußischen Diensten und stieg bis zum Baumeister des preußischen Königs auf. Seiner von ihm entworfenen und 1822-1824 erbauten Kirche in Bischmisheim hat er eine spektakuläre Achteckform mit einer umlaufenden Empore im Innern gegeben. Altar, Kanzel und Orgel bilden eine Achse, um die sich die Gemeinde in dichter, aber keineswegs enger Form versammelt. Noch heute verkörpert die Kirche die Vorstellungen, welche der größte preußische Baumeister des 19. Jahrhunderts von einer evangelischen Dorfkirche hatte. Die Schinkelkirche gilt heute als ein Meisterwerk des Klassizismus und als „der“ Idealbau einer evangelischen Dorfkirche.

● **Kurs 2304**

**Delf Slotta, Vorsitzender des Stiftungsrates der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim**

Di. 01.10.2024, 17:30 Uhr

Evangelische Kirche, Kirchstr. 1a, 66132 Bischmisheim

Der Eintritt ist frei. Eine Spende zur Förderung der Stiftungsarbeit wird erbeten. *Voranmeldung ist nicht erforderlich.*

**In Kooperation mit der Alt-Katholischen Gemeinde Saarbrücken und der Evangelischen Akademie Saarland e. V.**

**Alt-Katholisch sein – damals und heute – Texte & Musik**

Anhand von exemplarischen Quellen wird die Bedeutung des alt-katholischen Glaubens in Vergangenheit und Gegenwart lebendig. Musik und Texte wechseln sich an diesem Abend ab. Die vorgetragenen Texte werfen Schlaglichter auf verschiedene Epochen, von der Entstehung der alt-katholischen Kirche Anfang der 1870er

Jahre bis hin zu ihrer Entwicklung in Deutschland heute. Themen sind u. a. das Zölibat, Frauenordination, synodale Struktur und ökumenische Verbundenheit. Zu Gehör kommen die Stimmen der alt-katholischen Kirche. Um diese Originalquellen besser zu verstehen, werden die Anliegen und Perspektiven der Menschen in ihre jeweilige Zeit eingeordnet. Die Texte bereitet Dr. Theresa Hüther, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Alt-Katholischen Seminar an der Universität Bonn vor. Das Saarländische Barockensemble präsentiert dazu Werke von Heinrich Ignaz Franz Biber.

● **Kurs 1540**

Sa. 19.10.2024, 17:00 Uhr

Friedenskirche, Wilhelm-Heinrich-Str. 2a, 66117 Saarbrücken

gebührenfrei

*Keine Anmeldung erforderlich.*

**In Kooperation mit der Alt-Katholischen Gemeinde Saarbrücken, der Evangelischen Akademie Saarland e. V. und der Arbeitsgemeinschaft Erinnerungsarbeit**

**Vortrag**

**Die Alt-Katholische Gemeinde Saarbrücken im Nationalsozialismus**

Mit der Entwicklung der Alt-Katholischen Gemeinde Saarbrücken im Nationalsozialismus beschäftigt sich ein Vortrag des Kirchenhistorikers Prof. Dr. Joachim Conrad. Antisemitismus und antijüdische Stereotype seien von führenden Alt-Katholiken stets zurückgewiesen worden. Aber nach 1933 meinten eine ganze Reihe alt-katholischer Persönlichkeiten, dass eine Zusammenarbeit mit den Nationalsozialisten möglich sei, um den Einfluss des römischen Katholizismus zurückzu-

**Dozentinnen und Dozenten**



Foto: ©TUM\_Lara Freiburger

**PROF. DR. ALENA BUYX**  
**Medizinethikerin**

» Alena Buyx ist Professorin für Ethik der Medizin und Gesundheitstechnologien und Direktorin des Instituts für Geschichte und Ethik der Medizin (IGEM) an der Technischen Universität München (TUM).

Ihre Forschung umfasst den gesamten Bereich der biomedizinischen und öffentlichen Gesundheitsethik und Fragen der Solidarität und Gerechtigkeit.

Sie ist Mitglied mehrerer hochrangiger nationaler und internationaler Ethikgremien sowie der acatech – Deutsche Akademie der Technikwissenschaften. 2016 wurde sie in den Deutschen Ethikrat berufen und war von 2020 bis Sommer 2024 dessen Vorsitzende.



drängen. Dazu gründeten sie 1934 die Katholisch-Nationalkirchliche Bewegung. Durch die Bezeichnung „Nationalkirche“ gab es Zulauf aus dem völkischen Lager. So wuchs auch die Saarbrücker Gemeinde u. a. durch die Beitritte von NSDAP-Mitgliedern. Auch der damalige Pfarrer Arthur Kaminski (1879 – 1953) gehörte zur nationalkirchlichen Bewegung, ohne jedoch Parteimitglied zu sein. Im Kirchenvorstand warf man Kaminski vor, nicht engagiert genug für die Sache der Nationalsozialisten einzustehen. So sei er gegen die Eingliederung des Saarlands in das Deutsche Reich und habe auch die Kirche nicht mit Hakenkreuzfahnen beflaggt. Der damalige Bischof schaltete sich in den Konflikt ein und beauftragte die Saarbrücker Gestapo, den eigenen Pfarrer auszuspionieren. Mit der Forschungsarbeit von Prof. Conrad erhalten wir erstmals einen Einblick, wie sich die Alt-Katholische Gemeinde in Saarbrücken in dieser düsteren Zeit verhielt.

● **Kurs 1541**

**Prof. Dr. Joachim Conrad, Pfarrer,  
Kirchenhistoriker**

So. 24.11.2024, 16:00 Uhr  
Friedenskirche, Wilhelm-Heinrich-Str. 2a,  
66117 Saarbrücken  
gebührenfrei

*Um eine Spende für die Aufgaben der  
Gemeinde wird gebeten. Keine Anmeldung  
erforderlich.*

🏠 **Online-Kurs**

**Mehr Fantasie für den Wandel:  
Wie wir gute Zukünfte gemeinsam  
entwerfen**

„Es ist kein menschlicher Fehlgriff, die Welt zu verändern“, sagt die Philosophin Eva von Redecker. „Man kann sie schließlich auch verschönern.“ Doch wie können wir gemeinsam gute Zukunftsbilder entwerfen und Menschen für den Wandel zu einer schöneren Welt begeistern? Was bedeutet „gut“ oder „schön“ – für wen? Inspiriert von spekulativer Fiktion und praktischen Beispielen des Utopisierens lernen wir Methoden kennen, um unsere Vorstellungskraft zu stärken, gemeinsam positive Zukunftsbilder zu entwerfen und über ihre Wünschbarkeit und Machbarkeit nachzudenken.

● **Kurs 1329**

**Jana Gebauer**

Mi. 22.01.2025, 16:30 – 19:00 Uhr  
online

EUR 10,00

**Dozentinnen und  
Dozenten**



Foto: © Martin Klaus

**DR. MANUELA LENZEN**  
**Wissenschaftsjournalistin**

» Aufgewachsen am südlichen Rand des Ruhrgebiets, hat sie in Bochum und Bielefeld Philosophie, Geschichte, Soziologie, Politikwissenschaft und Ethnologie studiert.

2002 folgte die Promotion an der Universität Bielefeld mit der Arbeit „In den Schuhen des Anderen. Über Simulation und Theorie in der Alltagspsychologie“ in Philosophie. Seither schreibt sie als freie Wissenschaftsjournalistin über Themen aus Evolutionsforschung, Kognitionswissenschaften und Künstlicher Intelligenz. Seit 2005 ist sie zudem in Teilzeit wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für interdisziplinäre Forschung (ZiF) der Universität Bielefeld. «

**Beratung und Information**

**Franziska Bartosch**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4339  
Fax 0681 506-4390  
franziska.bartosch@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**

**Martina Müller**  
Sachbearbeiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4318  
Fax 0681 506-4399  
martina.mueller@rvsbr.de

**Akademie für Ältere**

Zusätzlich zu bewährten und vertrauten Kursen aus den Bereichen Kunst, Kultur und Sprachen finden auch in diesem Semester Kooperationsveranstaltungen mit EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V. statt. Neu im Akademie-Programm sind Angebote rund um's Schreiben: Versuchen Sie sich an unterschiedlichsten literarischen Formen und lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf. Verschiedene Lesekreise ergänzen diese Angebote.

Entdecken Sie Ihre Darstellerischen Fähigkeiten durch die Teilnahme an unserer Theatergruppe „Die Herbstzeitlosen“, die gerne neue Mitglieder aufnimmt. Dies gilt ebenfalls für unseren Akademie-Chor. In dem Kurs „Singen kennt kein Alter“ genießen Sie das gemeinsame Singen in lockerer Atmosphäre.

Wanderungen und Spaziergänge in der Gemeinschaft, Fitness 65+ und EDV-Kurse runden das Angebot der Akademie für Ältere ab.

*Hinweis: Voraussetzung für die Teilnahme an den Kursen der Akademie für Ältere ist ein Mindestalter von 65 Jahren. Für die Kurse wird neben den Kursgebühren einmalig eine Semestergebühr von 30 Euro erhoben (Ausnahme: gebührenfreie Einzelveranstaltungen).*



## AKADEMIE FÜR ÄLTERE

Voraussetzung für die Teilnahme an den Kursen der Akademie für Ältere ist ein Mindestalter von **65 Jahren**. Für die Kurse wird neben den Kursgebühren einmalig eine Semestergebühr von **30 Euro** erhoben (Ausnahme: gebührenfreie Einzelveranstaltungen).

### Veranstaltungen in Kooperation mit EUROPO'age Saar-Lor-Lux e.V.

Die vhs Regionalverband Saarbrücken arbeitet eng mit dem Verein EUROPO'age Saar-Lor-Lux e.V. zusammen. Diese Veranstaltungen sind in ihrer Teilnehmerzahl begrenzt. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich. Weitere Informationen zu den Veranstaltungen & Anmeldung unter: EUROPO'age e.V.  
Fon 0681 506-4315  
Mail: info@europo-age.eu

### Exkursion

#### Besuch der Dillinger Hütte

Die Dillinger Hütte gilt als das größte Grobblechwerk Europas und beschäftigt etwa 5000 Mitarbeiter. Sie ist über 300 Jahre alt und deckt die gesamte Produktionskette ab – von der Koks- und Roheisenproduktion über die Stahlerzeugung bis zur Blechherstellung. Bei unserer Werksführung erleben wir hautnah die wichtigsten Prozesse der Stahlherstellung. Wir werden vieles über die aktuelle Entwicklung des Unternehmens erfahren, das auf Nachhaltigkeit setzt und ganze Produktionslinien entsprechend anpasst. Achtung: Besucher müssen längere Strecken problemlos zu Fuß laufen können. Die Werksbesichtigung ist nicht barrierefrei. Lange Hosen und festes Schuhwerk

sind empfohlen.

Bus ab Saarbrücken Eurobahnhof:  
Abfahrt 8:00 Uhr. Beginn der Führung:  
9:00 Uhr (gemeinsamer Mittagsimbiss)  
Rückkehr: ca. 15:00 Uhr  
Kosten: Mitglieder EUROPO'age und Akademie für Ältere: EUR 32,00; Nichtmitglieder: EUR 39,00

#### ● Kurs 1601A

*Esther Ribic*

Mi. 28.08.2024, 08:00 – 15:00 Uhr  
Dillinger Hütte

### Vortrag

#### Was tun für eine bessere Venengesundheit?

Die Gefäße sorgen für die Versorgung des Körpers mit lebensnotwendigen Stoffen. In ihrem Vortrag erklärt Dr. med. Ulrike Ossig, Chefärztin der Klinik für Gefäß- und Endovaskularchirurgie der CTS Klinik Caritas Saarbrücken, was Sie für die Gesundheit Ihrer Gefäße tun können, wie müde Beine wieder munter werden, wie Sie erste Symptome richtig deuten und ernsthaften Erkrankungen vorbeugen.

#### ● Kurs 1601B

*Dr. med. Ulrike Ossig, Chefärztin der Gefäß- und Endovaskularchirurgie am CaritasKlinikum Saarbrücken*

Mi. 25.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

#### In Kooperation mit dem Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken

### Einzelveranstaltung

#### Alltags- und altersgerechtes Wohnen

Bis 2035 wird die Anzahl der Senioren und Seniorinnen im Saarland stark zunehmen. Dies wird eine große Herausforderung darstellen, zumal bereits jetzt viele Ältere allein leben. Daher ist es wichtig, dass

man seine häusliche Situation alltagsgerecht wie auch altersgerecht gestaltet und damit die Möglichkeit hat, möglichst lange selbstständig, auch alleine, daheim in seiner Wohnung zu leben. Das AAL-Netzwerk Saar e.V. betreibt in Kooperation mit der htw saar eine Musterwohnung für Alltagsunterstützende Assistenz Lösungen (AAL). Besuchen Sie unser Objekt und lernen Sie verschiedene Hilfsmittel kennen. Informieren Sie sich, wie Sie eventuell Ihre eigene Wohnung nach Ihren Bedürfnissen mit einfachen Mitteln anpassen können. Anmeldung ist nicht erforderlich. Infos: [www.aal-in.de](http://www.aal-in.de)  
Mail [info@aal-saar.de](mailto:info@aal-saar.de) oder [musterwohnung@aal-saar.de](mailto:musterwohnung@aal-saar.de)

#### ● Kurs 1601C

ab Do. 10.10.2024, 15:00 Uhr (5 Termine)  
Hohenzollernstraße 113,  
66117 Saarbrücken  
gebührenfrei

### Exkursion

#### IV. Seniorenkongress der Grossregion Generationsübergreifende Solidarität für ein erneuertes Europa

Mit Bildungseinrichtungen für Senioren aus der Grossregion in Luxemburg-Stadt. Gastrednerin: Dr. Heidrun Mollenkopf, Vorsitzende von AGE Platform Europe, Interessentenvertretung der Senioren in Bruxelles.

Busfahrt ab Saarbrücken  
Kosten (inklusive Transport, Führung und Verpflegung): Mitglieder EUROPO'age und Akademie für Ältere: EUR 29,00; Nichtmitglieder: EUR 39,00

#### ● Kurs 1601D

*Dr. Heidrun Mollenkopf, Vorsitzende von AGE Platform Europe, Interessentenvertretung der Senioren in Bruxelles*  
Do. 24.10.2024, 07:30 – 19:00 Uhr  
Luxemburg

**Führung****Besuch der Edelpilzzucht Saarbrücken**

Seit nun zwölf Jahren gibt es die "Edelpilzzucht Saarbrücken". Mirko Kalkum baut Edelpilze in einem Sandstein-Stollen am Reppersberg an. Edelpilze sind z. B. Kräuterseitlinge, Shiitake, Limonenseitlinge, braune oder weiße Buchenpilze, Goldkappchen, Austernseitlinge etc. Etwa 10.000 Kilo Pilze werden im Jahr, in aller besten Bio-Qualität gezüchtet und auf Wochenmärkte in der Region und an die Gastronomie verkauft. Seit 2017 ist die Edelpilzzucht Mitglied der Genuss Region Saarland. Bei unserem Besuch wird der Diplom-Biologe ausführlich von den täglichen Aufgaben als Pilzzüchter berichten, leckere Rezepte von Pilzgerichten verraten. Gutes Schuhwerk und warme Kleidung sind empfohlen. Achtung: kein WC vor Ort.

Kosten: EUR 15,00 inkl. 1 Pfund Pilze (Paare: 25 Euro inkl. 1 Pfund Pilze)

● **Kurs 1601E****Mirko Kalkum, Dipl.-Biologe**

Mi. 30.10.2024, 15:00 – 16:30 Uhr,  
Treffpunkt 14:00 Uhr

Am Reppersberg (gegenüber Haus Nr. 36),  
66119 Saarbrücken

**Vortrag****Ernährung umstellen – Macht das im Alter noch Sinn?**

„Ich habe meine Ernährung umgestellt, die Kekse stehen jetzt rechts im Schrank“.

Auch das ist Ernährungsumstellung, doch wussten Sie, dass Sie mit einfachen, kleinen Veränderungen eine Menge Symptome bekämpfen, Lebensqualität verbessern und sich fitter halten können?

Wenn wir älter werden, brauchen wir weniger Energie, doch einfach weniger essen

kann dazu führen, dass wir unterversorgt sind. In diesem Impulsvortrag erfahren Sie, wann es Sinn macht, die Ernährung zu verändern, wie Sie mit kleinen Tricks und Kniffen große Effekte erzielen und welche Rolle Genuss in Ihrem Leben spielen sollte.

● **Kurs 1601F****Kristin Barbknecht, Diätassistentin, Fachwirtin für Prävention & Gesundheitsförderung, Gewichtsreduktion**

Do. 14.11.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

**Einzelveranstaltung****Die Grossregion, „la Grande Région“ in der wir hier leben**

Mehr als 11,5 Millionen Bürger leben in der „Großregion“, dem europäischen Raum im Herzen Europas, der sich über mehr als 65.000 Quadratkilometer, von der Wallonie in Belgien nach Rheinland-Pfalz, zum Saarland, nach Lothringen und zum Großherzogtum Luxemburg erstreckt. Er kennzeichnet sich durch die grenzüberschreitende Zusammenarbeit auf politischer, wirtschaftlicher und kultureller Ebene. Welche Bedeutung hat die „Großregion“? Welche Zusammenhänge – geschichtlich und geographisch – verbinden uns? Wo gibt es Unterschiede zwischen den einzelnen Teilregionen? In Ihrem Vortrag wird Birgit Grandhomme Wissenswertes über die Großregion vermitteln.

● **Kurs 1601G****Birgit Grandhomme, EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V. Vorstandsmitglied**

Do. 21.11.2024, 17:30 – 18:45 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

**Lesung****Andere Menschen sind anders**

Der Autobiografie gehen die Selbsterforschung und das Nachdenken über das eigene Leben voraus. Unter Bezugnahme auf psychologische, soziologische oder philosophische Gesichtspunkten, beschäftigen sich die Teilnehmenden mit Fragen zu ihrem Leben: Wer bin ich? Warum bin ich geworden, wie ich bin? Ist mir mein Leben bis jetzt geglückt? Habe ich mein Leben gelebt oder hat das Leben mich gelebt?

Nach einer kurzen Einführung der Dozentin Uschi Schmidt Lehnhard wird eine Auswahl der insgesamt 31 AutorInnen Auszüge aus der Anthologie „Andere Menschen sind anders. Nachdenken über das Leben“ lesen.

● **Kurs 1601H****Uschi Schmidt-Lenhard**

Do. 12.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

**Exkursion****Lichterfest Luminescences in Amnéville**

„Luminescences“ ist ein 1,4 km langer Rundgang durch die Gänge des Zoos in Amnéville, der aus mehr als 10.000 Lichtinstallationen besteht, die es bei Einbruch der Dunkelheit zu entdecken gilt. Bus ab Saarbrücken Eurobahnhof: Abfahrt 13:00 Uhr

Führung und Imbiss

Rückkehr: ca. 20:30 Uhr

Kosten: Mitglieder EUROP'age und Akademie für Ältere: EUR 69,00; Nichtmitglieder: EUR 80,00

● **Kurs 1601I****Esther Ribic**

Fr. 13.12.2024, 13:00 – 20:30 Uhr  
Zoo Amnéville

**EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT**

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt und der Ehrenamtsbörse des Regionalverband Saarbrücken

**Vortrag**

„Nachberufliches Engagement – der Ehre halber ...“  
Vom Gefühl, gebraucht zu werden und vom Gefühl, etwas (weiter) geben zu können

In diesem Impuls-Vortrag „Ehrenamt - der Ehre halber ...“ möchte ich, aus der Sicht eines ‚BerufungsBeraters‘, ein paar Gedanken mit Ihnen teilen, um was es in einem etwaigen nach beruflichen Engagement für Sie alles so gehen kann. So geht es um Themen wie: Sinn und Werte; Anerkennung und Wertschätzung; Geben und Nehmen; meine Mission.

● **Kurs 1603**

**Thomas Malburg,**  
*Berufungsberater & Coach*

Do. 21.11.2024, 17:30 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**VERBRAUCHERSCHUTZ****Vortrag**

**Vorsorgevollmacht und Betreuung**  
Informationsveranstaltung der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes zu den Themen Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht:

Was bedeutet rechtliche Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann?

● **Kurs 1604**

**Natascha Bauer, Mitarbeiterin der  
Betreuungsbehörde des Regionalverbandes  
Saarbrücken**

Mi. 09.10.2024, 14:00 – 15:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag****Ratgeber Rentensteuer**

Sie haben bei den hochkomplizierten Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung. Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag, etc.. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung, Wachstumschancengesetz, Energiepreispauschale, Doppelbesteuerung, ...) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 1609**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter  
Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetsweiler**

Do. 19.09.2024, 17:00 – 19:15 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Vortrag****Ratgeber Rentensteuer**● **Kurs 1609A**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter  
Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetsweiler**

Di. 28.01.2025, 17:00 – 19:15 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**LITERATUR****Vormittagskurs****Literaturkreis**

Warum lesen wir? – Weil wir es können. Weil jemand es uns beigebracht hat ... Beim Lesen erhalten wir Informationen. Aber wir finden auch Entspannung und Erbauung beim Lesen. Es ist dieses Leseerlebnis, das weit über bloße Faktenvermittlung hinausgeht und andere Welten erschließt. Im Literaturkreis können/sollen Leseerlebnisse im gemeinsamen Gespräch kommuniziert und geteilt werden. Der erste Kurstermin dient als Vorbesprechung für Dozent und TeilnehmerInnen.

● **Kurs 1615****Ulf Bächle**

Do. 10:45 - 12:15 Uhr  
ab 19.09.2024, 8 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
EUR 20,00

**„Ein lichter Punkt in einem so felsig  
waldigen Lande ...“ – Lesestunde mit  
Texten und Gedichten von Johann  
Wolfgang von Goethe**

Goethes Gedichte bilden den größten lyrischen Kosmos, der in deutscher Sprache von einem einzelnen Autor existiert. Kein anderer Dichter hat über einen solchen Reichtum lyrischen Ausdrucks verfügt, keiner war ein langes Leben hindurch so unermüdlich produktiv. Goethes Auftritt als Lyriker war epochemachend in der Geschichte der deutschen Literatur; unsere heutige Vorstellung vom Lyrischen ist entscheidend von ihm geprägt worden. Im Rahmen einer Lesestunde wird an den großen Meister mit ausgewählten Texten erinnert.

● **Kurs 1605**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Di. 21.01.2025, 17:00 – 18:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge  
EUR 5,00 (Akademiestudenten: EUR 3,00)

**Kunst und Natur**

Poesie bewegt und verbindet! In diesem Sinne lädt Peter Michael Lupp in der Literaturlounge im Alten Rathaus zu einer „Lesestunde“ zum Innehalten und Weiterdenken über das Verhältnis Mensch und Natur ein. Zur Sprache kommen dieses Mal Texte von Rainer Maria Rilke, die sich der Annäherung an die Natur aus Sicht des Künstlers und der Künstlerin widmen. KünstlerIn zu sein bedeutet bei Rilke vor allem Suchende/r und Empfangende/r zu sein und wenn immer möglich „die Natur zu erfassen um sich selbst irgendwo in ihren Zusammenhang einzufügen“. In der Frage, wie wir unseren einzigartigen Lebensraum Erde zukunftsfähig bewahren können, bekommen die Gedanken des Dichters eine aktuelle Relevanz.

● **Kurs 1606**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Di. 04.02.2025, 17:00 – 18:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge  
EUR 5,00 (Akademiestudenten: EUR 3,00)

**Nachmittagskurs****Mein Leben – meine Geschichte – Autobiografisches Schreiben**

„Ich erinnere mich ...“ So könnte ein Text in diesem Kurs beginnen. Und dann fügen sich Ereignisse, Menschen, Orte oder Zeitgeschehen aus unserer Kindheit und Jugend ein. Dazu gibt es inspirierende Schreibübungen, die Arbeit mit biografischem Material wie z.B. Fotos oder Briefen und Tipps, wie die eigene

Geschichte auch für andere LeserInnen interessant gestaltet werden kann. Gerne können die Texte auch mit der Gruppe als erstem Publikum geteilt werden. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Bitte Stift und Papier mitbringen.

● **Kurs 1691**

**Stefanie Mohra**

Do. 14:00 – 16:00 Uhr

ab 26.09.2024, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 5  
EUR 25,00

**Vormittagskurs****Literatur zum Verschenken**

Haben Sie schon einmal selbst verfasste Literatur verschenkt? In diesen Kurs wagen wir uns an kleine Gedichte, lustige Limericks, japanische Haikus und kurze Mini-Geschichten. Doch damit nicht genug! Wir geben den Werken auch die rechte Verpackung zum Weiterschenken. Wie wäre es mit einem Säckchen voller Literatur, einem literarischen Monatskalender oder 12 Geschichten für das Jahr?

● **Kurs 1616**

**Stephanie Ludwig, M.A., Literaturwissenschaftlerin**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 17.09.2024, 14 Termine

Altes Rathaus, Raum 27  
EUR 30,00 (zzgl. Materialkosten)

**ZEITGESCHEHEN****Vormittagskurs****Gesprächskreis zum aktuellen Zeitgeschehen**

Zeitgeist, Mode, Mainstream, Nachrichten, Fake News .... Eine Fülle von Informationen wirken auf unser Leben und beeinflussen es. Sich damit auseinanderzusetzen ist eine Herausforderung, der sich jede/jeder Einzelne gegenüberstellt.

**Dozentinnen und Dozenten**

**LISA BEBELAAR**  
Sopranistin

» Lisa Bebelaar wurde in Trier geboren und studierte klassischen Gesang an der Hochschule für Musik Saar. Als Sopranistin ist sie nicht nur auf klassischen Gesang festgelegt, sondern interpretiert auch zeitgenössische Musik sowie Pop-, und Musicalgesang. Am Saarländischen Staatstheater war sie bereits in der Spielzeit 2018/2019 in der Oper „Coraline“ von „Mark-Anthony Turnage“ in der Titelpartie zu sehen. Im Dezember 2019 feierte sie ihr Rollendebüt als „Königin der Nacht“ an der Hochschule für Musik Saar. In der Spielzeit 2019/2020 überzeugte sie als „Katharina Cavalieri“ in der Produktion „Amadeus“ am Saarländischen Staatstheater. Neben des aktiven Gesangs unterrichtet sie Stimmen jeden Alters. «

Einen eigenen Standpunkt zu entwickeln, ihn im gemeinsamen Gespräch zu bestätigen oder auch zu verändern, ist ein stetiger Prozess, der erheitern, aber auch nachdenklich stimmen kann. Der erste Kurstermin dient als Vorbesprechung für Dozent und TeilnehmerInnen.

● **Kurs 1614**

*Ulf Bächle*

Di. 10:30 - 12:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
EUR 35,00

*Vormittagskurs*

**„Bildung“ – Alles, was Mann/Frau wissen muss!**

Als um die Jahrtausendwende das Privatfernsehen die ins Peinliche gesteigerte potenzierte Dummheit in seinen Programmen als gesellschaftsfähig erklärt hatte, wurde in Deutschland der Bildungsnotstand ausgerufen. Da erschien am verblässenden Firmament der akademischen Bildung ein selbst ernannter Retter und reichte uns das, in schwarz auf weiß, was die Spaßgesellschaft im Begriff war, in die Tonne zu treten: einen altmodischen Bildungskanon zwischen zwei Buchdeckeln auf 697 Seiten. Professor Dietrich Schwanitz, der damalige „Chefkritiker der deutschen Hochschulpolitik“ trug „Alles, was man wissen muss“ mit Witz und Verstand in einem einzigen dicken Buch zusammen. Gehen Sie mit mir auf eine intellektuelle Vergnügungsreise, lassen Sie sich von mir – unterlegt mit anschaulichen Bildbeispielen – durch den Bildungsschmöcker führen und erleben Sie, wie spannend und vergnüglich all das ist, was Mann/Frau wissen sollten.

● **Kurs 1617**

*Dr. phil. Heribert J. Leonardy,  
Kulturwissenschaftler*

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 30.09.2024, 8 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
EUR 20,00

**GANZHEITLICHES LERNEN**

*Nachmittagskurs*

**Lernen mit allen Sinnen**

Aufweckübungen – Gedächtnistraining – Körperwahrnehmung – Entspannungs- und Fantasiereisen  
Mit einem abwechslungsreichen Übungsangebot trainieren Sie spielerisch Leistungsfähigkeit, fördern Kreativität und erfahren Entspannungsübungen für Körper, Geist und Seele. Ein ganzheitliches Programm zur Stärkung und zur Steigerung der Lebensfreude.

Ohne große Anstrengung gelingen die Übungen und sind leicht durchzuführen.

● **Kurs 1618**

*Ingrid Niegel, Musiktherapeutin FH,  
staatl. gepr. Gesangspädagogin*

Mo. 11:00 – 12:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 12 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
EUR 35,00

● **Kurs 1619**

*Ingrid Niegel, Musiktherapeutin FH,  
staatl. gepr. Gesangspädagogin*

Di. 14:00 – 15:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
EUR 35,00

**SINGEN/THEATER**

*Vormittagskurs*

**Singen kennt kein Alter – Stimmbildung**

In diesem Kurs lernen Sie mithilfe von Stimmübungen und einer erfahrenen Gesangspädagogin Ihre Stimme gesund und kraftvoll zu nutzen. Sei es beim Sprechen oder Singen. Einsteiger willkommen!

● **Kurs 1620**

*Lisa Bebelaar, Opernsängerin*

Di. 10:00 – 10:45 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
EUR 25,00

*Vormittagskurs*

**Singen kennt kein Alter**

Bekannte Liederschätze – neue Melodien – Stimmbildung – Körperaktivität  
Sie genießen das gemeinsame Singen in lockerer Atmosphäre? Dann sind Sie genau richtig. Das gemeinsame Singen entspannt den Körper, die ganzheitliche Körperaktivität sowie die Kommunikation untereinander werden gestärkt. Spielerische Stimmbildungsübungen tragen zur Erhaltung der Stimmgesundheit und zum Ausbau des Stimmklangs bei. Thematischer Schwerpunkt sind abwechslungsreiche Lieder, sowohl Altbekanntes, als auch Neues. Keine Voraussetzungen erforderlich, lediglich die Lust am Singen!

● **Kurs 1620A**

*Lisa Bebelaar, Opernsängerin*

Di. 10:45 – 12:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
EUR 40,00

**Vormittagskurs**

**Singen kennt kein Alter –  
Stimmbildung**

● **Kurs 1620B**

*Lisa Bebelaar, Opernsängerin*

Di. 12:15 – 13:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
EUR 25,00

**Nachmittagskurs**

**Die Herbstzeitlosen –  
Theater für Junggebliebene**

Vielleicht erinnern sich Einige: Früher gab es die Theatergruppe die Herbstzeitlosen. Nun sind die Herbstzeitlosen wieder auferstanden.

Tauchen Sie in die Welt des Theaters ein. In einem geschützten Raum spielerisch gemeinsam an unterschiedlichen Rollen arbeiten.

Spaß an der Darstellung entwickeln, Freude am Erkunden neuer Rollen, die man schon immer mal ausfüllen wollte.

Was wir gemeinsam auf die Bühne bringen, entscheidet sich während des Kurses.

Für dieses ambitionierte Projekt konnten wir den bekannten Schauspieler und Regisseur Bob Ziegenbalg gewinnen. Bob Ziegenbalg war langjähriger, künstlerischer Leiter des Kinder- und Jugendtheaters überzwerg. Unter seinem Einfluss entwickelte sich das 1978 gegründete überzwerg zum größten professionellen Kinder-, Jugend- und Familientheater im Saarland und in Rheinland-Pfalz.

● **Kurs 1621**

**Bob Ziegenbalg**

Di. 13:15 – 16:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 14 Termine  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
EUR 95,00

In Kooperation mit dem Soziokulturellen Zentrum Saarbrücken Malstatt

**Konzert**

**Bunter Nachmittag: Heller Glanz in stiller Nacht**

Die Adventszeit umgibt ein besonderer Zauber. Das Licht scheint heller in den dunklen Nächten, Sterne flüstern und das Flackern des Kaminfeuers wärmt Herz und Seele. Die HerbstGoldenen bereiten mit besinnlichen, stimmungsvollen und humorvollen Geschichten, Gedichten, Sketchen und Liedern auf das große Fest der Liebe vor. Schenken Sie sich selbst eine bezaubernde Adventszeit, schicken sie die Seele auf die Reise feiern Sie mit den HerbstGoldenen die Weihnachtszeit.

● **Kurs 1607**

**Sigrid Danzebrink/Doris Seiler/  
Vera Hewener, Gesamtleitung**  
**„Die HerbstGoldenen“**

Do. 21.11.2024, 15:00 – 18:00 Uhr  
Soziokulturelles Zentrum  
Saarbrücken-Malstatt, Breite Straße 63  
gebührenfrei  
Platzreservierungen unter  
Fon 0681 94757290, Fax 0681 59097898,  
soziokulturelleszentrum@zbb-saar.de

**Dozentinnen und Dozenten**



**BOB ZIEGENBALG**

**Dozent für Schauspiel und Theater**

» Bob Ziegenbalg ist Schauspieler und Regisseur und war über viele Jahre Künstlerischer Leiter des überzwerg-Theaters am Saarbrücker Kästnerplatz. Unter seinem Einfluss entwickelte sich das 1978 gegründete überzwerg zum größten professionellen Kinder-, Jugend- und Familientheater im Saarland und in Rheinland-Pfalz. Seit über 40 Jahren steht Bob Ziegenbalg auf der Bühne, als Solist wie im Ensemble, und inszenierte in dieser Zeit parallel unzählige Schauspielproduktionen – für Kinder und ein erwachsenes Publikum. Außerdem ist er ein bundesweit gefragter Dozent für Schauspiel, Regie, Theaterpädagogik und „Darstellendes Spiel“. «

**SPRACHEN****Englisch****Vormittagskurs****Englischkurs für Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Dieser Sprachkurs ist für Sie geeignet, wenn Sie die englische Sprache von der Pike auf erlernen möchten. Am Ende dieses Kurses werden Sie in der Lage sein, in einfachen Sätzen Haus und Wohnung zu beschreiben, nach dem Weg zu fragen und über Sport und Freizeit zu sprechen. Schließlich lernen Sie die Bildung und Anwendung des simple past, damit Sie auch über Vergangenes erzählen können. Der Dozentin ist eine freundliche und konstruktive Lernatmosphäre wichtig, in der die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die oben genannten Ziele erreichen werden. Lehrbücher: Headway 5th edition, Beginner Student's Book (ISBN 978-0-19-452392-9) (ab Lektion 8), Headway 5th edition, Beginner Workbook with key (ISBN 978-0-19-452422-3)

● **Kurs 1622****Beatrix Omlor**

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
EUR 35,00

**Vormittagskurs****English Conversation 1 (Stufe B 2)**

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die auf fortgeschrittenem Niveau ihre Englischkenntnisse üben und vertiefen möchten. Bei Bedarf werden Redewendungen und Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1623****Riccardo Strozzi**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 19.09.2024, 14 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
EUR 35,00

**Vormittagskurs****English Conversation 2 (Stufe B2-C1)**

Wir führen themenbezogene Gespräche und befassen uns mit mittelschweren Texten. Bei Bedarf wird die Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1624****Thomas Deutscher**

Do. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
EUR 35,00

**Vormittagskurs****Englisch Auffrischungs- und leichter Konversationskurs (Stufe A2/B1)**

Dieser Sprachkurs ist konzipiert für Englischlernende mit soliden Grundkenntnissen. Sie können in langsamer Sprache über vertraute Themen und Interessen sprechen. Das Kursziel besteht darin, unerlässliche Grammatikthemen, wie die Zeitenbildung und deren korrekte Anwendung zu wiederholen. Außerdem wird der Grundwortschatz aufgefrischt und erweitert. Um selbstständig und effizient Englisch zu lernen, werden Ihnen während des Unterrichts verschiedene Lernstrategien an die Hand gegeben. Das wichtigste Lernziel ist, dass Sie im Laufe des Kurses noch sicherer werden, zusammenhängend über wichtige Aspekte in Ihrem Leben zu sprechen. Immer wieder wird auch die Möglichkeit angeleitet, in Standardsprache kleinere Diskussionen über aktuelle Themen zu führen. Lehrbücher: Headway 5th edition Pre-intermediate Student's Book (ISBN: 978-0-19-452769-9) (ab Lektion 12) Headway 5th edition Pre-intermediate

Workbook with key (ISBN: 978-0-19-452914-3). Nach Abschluss des Lehrbuches geht es mit Headway 5th edition Intermediate weiter. Die ISBN wird Ihnen in der ersten Unterrichtsstunde mitgeteilt.

● **Kurs 1626****Beatrix Omlor**

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
EUR 35,00

**Vormittagskurs****English Refresher B1/B2**

Dieser Refresher-Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie über solide Englischkenntnisse auf dem Niveau A2 verfügen. Wichtige Grammatikthemen wie die if-Sätze werden wiederholt, der Wortschatz wird durch abwechslungsreiche Übungen, wie z. B. Wortbankübungen oder Lückentexte nachhaltig gefestigt. Darüber hinaus lernen Sie, komplexe und themenbezogene Texte zu verstehen und sich darüber spontan, fließend und konstruktiv mit den Mitlernenden auszutauschen. Wir lesen und sprechen über die Auswirkungen der Digitalisierung oder über Menschen, die durch ihre Leistung Veränderungen bewirkt haben.

## Lehrbücher:

Headway 5th edition Intermediate Student's Book (ab Lektion 10)  
ISBN: 978-0-19-452915-0  
Headway 5th edition Intermediate Workbook with key  
ISBN: 978-0-19-453968-5

● **Kurs 1627****Beatrix Omlor**

Di. 10:45 – 12:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
EUR 35,00

**Vormittagskurs****Englischkurs B1 für Lerner, die gerade das Sprachniveau A2 abgeschlossen haben**

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die gerade das Sprachniveau A2 abgeschlossen haben und denen simple present, present continuous, simple past, past progressive, present perfect und will-future ein Begriff sind. Zu Beginn des Kurses werden diese Zeiten wiederholt und deren Anwendung erweitert, um über die Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft sprechen zu können. Thematisch geht es in den ersten beiden Lektionen um das Thema Freundschaft (forever friends, new friends und reunited friends). Zentrales Anliegen der Dozentin ist es, den TeilnehmerInnen und Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, den Sprechfluss in der Fremdsprache zu trainieren und zu steigern. Neu erworbenes Wissen wird durch Partnerübungen oder während einer kleinen Diskussion eingeübt und gefestigt.

Lehrbücher:

Headway 5th edition Pre-Intermediate Student`s Book

(ISBN: 978-0-19-452769-9) (ab Lektion 1)

Headway 5th edition Pre-Intermediate Workbook with key

ISBN: 978-0-19-452914-3

● **Kurs 1628**

**Beatrix Omlor**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 18.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

EUR 35,00

**Vormittagskurs****English Conversation 1 (Stufe B 2)**

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die auf fortgeschrittenem Niveau ihre Englischkenntnisse üben und vertiefen möchten. Wir arbeiten mit unterschiedlichem Material: aktuelle Ereignisse und Nachrichten, Themen von allgemeinem Interesse, Kurzgeschichten, usw. mit Schwerpunkt auf der Verbesserung des Wortschatzes und der Leichtigkeit der Kommunikation. Bei Bedarf werden Redewendungen und Grammatik aufgefrischt.

● **Kurs 1628A**

**Francesca Bertelli**

Do. 10:45 – 12:15 Uhr

ab 19.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10

EUR 35,00

**Vormittagskurs****Englisch A1 Stufe 2**

Dieser Sprachkurs richtet sich an Lerner, die über geringe Vorkenntnisse der englischen Sprache verfügen. Die Bildung des „simple present“ sollte bekannt sein, um in einfacher und langsamer Sprache über tägliche Aktivitäten sprechen zu können. Weiterhin kann von den Teilnehmern beschrieben werden, was es in einer Stadt an Sehenswürdigkeiten, Gebäuden etc. gibt. Mit der Einführung des „simple past“ wird der Grundstein gelegt, über Vergangenes (z. B. den letzten Urlaub) zu erzählen. Neben soliden Grammatikkenntnissen gehört zum Spracherwerb ein reicher Wortschatz. Durch das Anlegen von Mindmaps (Gedankenkarten) während des Unterrichts wird der Vokabelschatz aufgebaut, gefestigt und erweitert. In einer netten Lernatmosphäre werden die Kursziele erreicht werden. Ich freue mich darauf. Lehrwerk: Let`s Enjoy English (a step-by-step course for adult learners)

**Dozentinnen und Dozenten**

**BEATRIX OMLOR**

**Dozentin für Englisch**

» Was zeichnet gelingenden Sprachunterricht aus? An erster Stelle sehe ich meine Aufgabe darin, die TeilnehmerInnen zu befähigen, sich mit Muttersprachlern, sei es im Urlaub oder im Beruf, unterhalten zu können. Um dieses Ziel zu erreichen, vermittele ich die dafür notwendigen Sprachregeln. Parallel dazu steht das Langzeitprojekt Sprachschatzerweiterung, denn je größer und facettenreicher der Wortschatz wird, desto präziser und differenzierter sind Gespräche und themenbezogene Diskussionen möglich. Nicht weniger wichtig ist mir eine entspannte und freundliche Lernatmosphäre. Die Kooperation steht im Mittelpunkt. Ergänzen sich die angesprochenen Elemente, wird der Besuch eines Sprachkurses eine Reise voller Freude und Anregungen sein. Ich freue mich darauf! «

A1.2, ISBN: 973-3-12-501632-3, ab Lektion 8

● **Kurs 1629**

*Beatrix Omlor*

Di. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 17.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10

EUR 35,00

**Französisch**

*Nachmittagskurs*

**On y va - Französisch für alltägliche Situationen - Anfänger A.1 (Band 2, Lektion 1)**

Lehrbuch: On y va 2. Band – Verlag

Hueber ISBN978-3-19-103351-4

● **Kurs 1633**

*Josette Oppermann-Poupon*

Di. 15:30 – 17:00 Uhr

ab 24.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
EUR 35,00

*Nachmittagskurs*

**Französisch Konversation (B1/B2)**

Konversation, Informationen zu Land und Leuten, Texte aus den Medien, Übungen zum Wortschatz, Grammatik nach Bedarf.

● **Kurs 1638**

Mo. 14:00 – 15:30 Uhr

ab 16.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

EUR 35,00

● **Kurs 1638A**

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 20.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

EUR 35,00

*Nachmittagskurs*

**Französisch Leichte Konversation (A2/B1)**

Konversation, einfache Texte aus den Medien, Übungen zum Wortschatz, Grammatik nach Bedarf.

● **Kurs 1638C**

Mo. 15:40 – 17:10 Uhr

ab 23.09.2024, 14 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

EUR 35,00

**Italienisch**

*Nachmittagskurs*

**Italienisch Anfänger**

● **Kurs 1640**

*Maria Edvige Rossi*

Fr. 13:15 – 14:45 Uhr



16.01. bis 21.02.2025

AUSSTELLUNG DER FOTOGRUPPE DER  
AKADEMIE FÜR ÄLTERE

**Spiegelungen**

➤ Vernissage: Do. 16.01.2025, 17 Uhr

**Veranstaltungsort**

Altes Rathaus | Foyer (EG, 1. und 2. Etage)  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken

Eintritt frei



ab 20.09.2024, 14 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
EUR 35,00

**Abendkurs**

**Italienisch A2/B1**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2

● **Kurs 1640A**

**Riccardo Strozzi**

Fr. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 20.09.2024, 14 Termine

Altes Rathaus, Raum 6

EUR 35,00

**GESUNDHEIT UND BEWEGUNG**

**Tanzen**

In Kooperation mit der Tanzschule  
Bootz-Ohlmann und dem Malteser  
Hilfsdienst

**Mittagskurs**

**Tanzen gegen das Vergessen**

Mit einem niedrighschwelligem Angebot  
wird Menschen mit Demenz ein schöner  
Nachmittag mit Kaffee und Kuchen, toller  
Musik und Tänzén, die sie zurück in ihre  
Jugend hinein- und aus dem Alltag ent-  
führen, geboten.

● **Kurs 2709**

**Tanzschule Bootz-Ohlmann**

Jeden ersten Dienstag im Monat,

14:00 – 16:30 Uhr

Tanzschule Bootz-Ohlmann,  
Europaallee 4 a 66113 Saarbrücken  
gebührenfrei

*Teilnahme ohne Anmeldung möglich.  
Für Fragen stehen der Malteser Hilfsdienst  
mit Sabine Eis (Fon 0681 379975122)  
und die Tanzschule Bootz-Ohlmann mit  
Alice De Grazia (Fon 0681 3733333) als  
Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.*

**Gesundheitsbildung**

**Vortrag**

**Blasenschwäche bei Frauen –  
moderne Behandlungsmöglichkeiten  
können helfen**

Damit das Thema Blasenschwäche bei  
Frauen zum Thema wird: Oberärztin und  
Spezialistin für den Fachbereich der  
sogenannten „Urogynäkologie“, Prof. Dr.  
Carolin Spüntrup, informiert wie moderne  
Behandlungsmöglichkeiten bei unkontrolliertem  
Urinverlust helfen können. Die  
Fachärztin für Gynäkologie und Geburts-  
hilfe erklärt neben den anatomischen  
Gegebenheiten die besonderen Untersu-  
chungsmöglichkeiten bei dem Krankheits-  
bild Blasenschwäche, wie beispielsweise  
die Ultraschalluntersuchung des Becken-  
bodens oder die Funktionsprüfung der  
Blase mittels urodynamischer Messung.  
Darüber hinaus werden operative Ein-  
griffsmöglichkeiten aus dem speziellen  
Fach der „Urogynäkologie“ thematisiert.

● **Kurs 2720**

**Prof. Dr. Carolin Spüntrup, Fachärztin für  
Gynäkologie und Geburtshilfe**

Mi. 9.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

vhs Zentrum, Saal 3 OG  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Patientenverfügung – weil ich mir  
wichtig bin**

Das Leben lässt sich nicht immer planen,  
aber wir alle können für den medizini-  
schen Notfall, der lebensbedrohlich sein  
kann, unter anderem mit einer soge-  
nannten Patientenverfügung vorsorgen.  
Die Patientenverfügung gibt der Familie  
und Freunden die Gewissheit, im Sinne  
des Erkrankten zu handeln, und ist eine  
wichtige Entscheidungsgrundlage für die  
behandelnden MedizinerInnen. Neben

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**GUILLERMO BÖTTCHER**  
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich  
mit der Yogapraxis und der Medit-  
ation in Kontakt. Ich habe an der  
Universität Buenos Aires und des  
Saarlandes Psychologie studiert.  
Im Anschluss daran arbeitete ich  
in Institutionen mit Menschen mit  
geistigen und körperlichen Ein-  
schränkungen. Aufgrund chro-  
nischer Rückenbeschwerden kam  
ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs  
bei der vhs Regionalverband Saar-  
brücken. Nach meiner dreijährigen  
Ausbildung zum Yogalehrer habe  
ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis  
dahin teilgenommen hatte, als  
Dozent übernommen. Yoga kann  
lebenslang gelernt und praktiziert  
werden. Dementsprechend bilde  
ich mich stetig weiter. Meine ge-  
wonnenen Erfahrungen möchte ich  
in meinen Kursen weitergeben. «

praktischen Informationen bietet die Veranstaltung eine offene Gesprächsrunde unter der Leitung von Intensivmediziner PD Dr. Konrad Schwarzkopf, der als Chefarzt die Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin im Klinikum Saarbrücken leitet. Dieser beantwortet Fragen, aus ärztlicher Sicht und auf Basis seiner Erfahrungswerte von den Intensivstationen.

● **Kurs 2721**

**Dr. Konrad Schwarzkopf, Facharzt für Anästhesiologie, Zusatzbezeichnung Spezielle Intensivmedizin, Notfallmedizin**

Di. 26. 11. 2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Gesundes Herz dank gesunder Ernährung**

Essen und Trinken fürs Herz: Unser „Motor“ und das Gefäßsystem reagieren mit den Jahren immer sensibler auf einen erhöhten Blutdruck, auf erhöhte Cholesterinwerte und auf Übergewicht. Die Ernährungsmedizinerin Dr. Annette Hammes erklärt, wie man mit einer angepassten Ernährung seine Herzgesundheit positiv beeinflussen und die Verkalkung der Gefäße verlangsamen kann. Außerdem berichtet die Fachärztin für Allgemeinmedizin, Diabetologie und Ernährungsmedizin darüber, wie der Zuckerkonsum unser Einkaufsverhalten beeinflusst und warum uns Ernährungspausen gut tun.

● **Kurs 2722**

**Dr. Annette Hammes, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Diabetologie, Ernährungsmedizin, Adipologin GGG**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 15  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Endometriose verstehen und behandeln**

ersetzen durch:

Das Krankheitsbild „Endometriose“ ist nicht heilbar, aber behandelbar. PD Dr. Ralph Sascha Baum, Chefarzt der Gynäkologie und Geburtshilfe im Klinikum Saarbrücken, informiert über die Ursachen, die Symptome aber auch über die Behandlungsmöglichkeiten der chronischen Erkrankung, die Einfluss auf verschiedene Lebensbereiche hat und oftmals Lebensqualität nimmt.

● **Kurs 2723**

**Dr. Ralph Sascha Baum, Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe**

Di. 04.02.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
gebührenfrei

**Tai Chi und Qi Gong**

**Vormittagskurs**

**Qi Gong und Tai Chi**

Die aus China stammenden Gesundheitsübungen sind bereits mehrere Tausend Jahre alt. Wir lernen, den Körper aus seiner Mitte heraus in seiner Ganzheit zu bewegen. Dies mobilisiert die Gelenke, fördert die Beweglichkeit, und wir finden zu mehr Gelassenheit. Die langsamen, weichen Bewegungen können in jedem Alter ausgeführt werden und tragen zur Stärkung der Selbstheilungskräfte bei. Wir lernen auch eine kleine Tai-Chi-Form.

● **Kurs 1653**

**Margareta Mathieu, Tai-Chi-Lehrerin**

Di. 09:15 – 10:45 Uhr  
ab 17.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 35,00

**Nachmittagskurs**

**Qi Gong**

Die aus China stammende heilgymnastische Bewegungsform bringt die Lebensenergie zum Fließen. Der Übende findet seine Mitte wieder und hält sich gesund. Qi Gong kann in jedem Alter gelernt und geübt werden.

● **Kurs 1654**

**Elsbeth Bach, liz. ÜBL Entspannung und Qi Gong**

Mi. 14:30 – 16:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 10 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 35,00

**Feldenkrais**

**Nachmittagskurs**

**Beweglich sein ein Leben lang – Feldenkrais**

Die ganzheitliche Bewegungslehre nach Dr. Moshe Feldenkrais (1904–1984) ist hilfreich bei Stress, Haltungsproblemen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen, aber auch interessant für Bereiche, wo es um Eleganz und Effizienz von Bewegungen geht (z. B. Sportler, Tänzer u. ä.). Durch leichte und angenehme Bewegungsabläufe (überwiegend im Liegen) wird die Bewusstheit für sämtliche Körperpartien und deren Zusammenspiel verfeinert. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse oder Fertigkeiten erforderlich. *Bitte mitbringen: bequeme und warme Kleidung, warme Socken.*

● **Kurs 1659**

**Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin**

Mo. 14:00 – 15:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 60,00

● **Kurs 1659A**

*Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin*

Di. 14:00 – 15:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 60,00

**Yoga**

**Nachmittagskurs**

**Yoga – für sich selbst und die eigene Gesundheit aktiv sein (für NeueinsteigerInnen und Geübte)**

Yoga ist mehr Lebensphilosophie als Sport. Von den positiven Wirkungen kann man in jedem Alter profitieren. Gerade wer gestresst und kraftlos ist, fühlt sich nach einer Yogastunde entspannter und energiegeladener. Die körperlichen Übungen (Asanas) können helfen, Stresshormone abzubauen und den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Meditation hilft, den Geist zur Ruhe zu bringen, Atemübungen unterstützen die Konzentrationsfähigkeit. Die 20-minütige Endentspannung lässt Körper, Seele und Geist regenerieren.

● **Kurs 1660**

*Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer*

Mi. 14:00 – 15:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 14 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 35,00

● **Kurs 1660A**

*Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer*

Do. 14:00 – 15:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 35,00

**Pilates**

**Nachmittagskurs**

**Pilates**

Pilates versucht den Muskelapparat auszubalancieren. Die tief liegende und quer verlaufende Muskulatur wird aufgebaut und stabilisiert, um den Körper zu stützen. Pilates ist gelenkschonend und kann deshalb von Jung und Alt ausgeführt werden.

● **Kurs 1661**

*Heidrun Becker, Dipl.-Sportlehrerin*

Mo. 14:30 – 16:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 30,00

**Nordic Walking/Wandern**

**Nachmittagskurs**

**Nordic Walking**

Nordic Walking ist eine Einstiegssportart für alle Altersgruppen. Hierbei wird die Technik den TeilnehmerInnen vermittelt und eine Steigerung der Kondition angestrebt. Nordic Walking ist ein sportliches, dynamisches Gehen mit speziellen Stöcken, abgestimmt auf den eigenen Leistungsstand. Sowohl für untrainierte Menschen, als auch für Sportler, die ihre Fitness verbessern wollen, ist diese Sportart hervorragend geeignet. Bei richtiger Ausführung ist es ein effektives Ganzkörpertraining. Dies ergibt sich dadurch, dass über 85 % aller Muskeln hierbei beansprucht und damit trainiert werden. Bei Bedarf kann auch eine Videoanalyse durchgeführt werden. Hinweis: wenn alle TeilnehmerInnen damit einverstanden sind, kann der Kurs auch in den Ferien durchgeführt werden!

● **Kurs 1663**

*Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness*

Mi. 14:00 – 15:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 10 Termine  
Parkplatz gegenüber der Auffahrt  
Schwarzenbergbad, Am Kieselhumes  
EUR 30,00

**Nachmittagskurs**

**Stadtspaziergänge in der Grenzregion**

Draußen sein, mit Anderen Städten erkunden, Bauwerke (neu) entdecken, kleine Details fotografieren, Spazierwege finden in der Natur, in der Stadt und am Rande. Der Kurs ist gedacht für alle Menschen, die gerne unterwegs sind, das schnelle Tempo und die vielen Kilometer aber nicht mehr brauchen. Zwischen ein und max. zwei Stunden wollen wir Städte und Städtchen wie Saarbrücken, Blieskastel, Mettlach, Saargemünd, Forbach oder Metz gemeinsam zu Fuß entdecken, uns inspirieren lassen von dem Flair einzelner Epochen, Flüssen, Gärten, Parks und Cafés. Zum Ausgangspunkt geht es mit den Öffentlichen oder in Fahrgemeinschaften. Vorbesprechung und eine erste kleine Tour in Saarbrücken:

Mi., 25.09.2024, 12:00 Uhr, vhs-Zentrum am Schlossplatz, Saal 02, EG.

● **Kurs 1664**

*Christiane Theis, Pädagogin*

Termine: Mi., 25.09., 09.10., 30.10., 13.11. und 27.11.2024, 12:00 – 16:00 Uhr  
Veranstaltungsort: wechselnd je nach Angebot, Treffpunkt immer vhs-Zentrum  
EUR 50,00

**Nachmittagskurs**

**Wandern für die Seele und mit allen Sinnen**

Draußen sein, mit anderen die Natur erkunden, Neues entdecken, dem eigenen Tempo folgen, auf dem Weg sein und

auch das ein oder andere – kulturell interessante oder kulinarisch verführerische – Ziel anstreben. Der Kurs ist gedacht für alle Menschen, die gerne in der Natur sind, aber die großen Wanderetappen von früher nicht mehr schaffen. Zwischen zwei und drei Gehstunden wollen wir unterwegs sein, dazwischen Pausen einlegen, mal zum Picknick, mal zur Besichtigung, auch zum Sehen, Hören, Riechen, Schmecken oder Fühlen. Zum Ausgangspunkt geht es mit den Öffentlichen oder in Fahrgemeinschaften. Wir erkunden die Natur im Saarland und im benachbarten Lothringen. Festes Schuhwerk, Trinkflasche, Regen- und Sonnenschutz sind immer mit dabei. Vorbesprechung und eine erste kleine Tour: Do., 26.09.2024, 12:00 Uhr, vhs-Zentrum, Saal 02, EG.

● **Kurs 1664A**

**Christiane Theis, Pädagogin**

Termine: Do, 26.09., 10.10., 31.10., 07.11. und 14.11.2024, 11:30 – 16:00 Uhr  
Veranstaltungsort: wechselnd je nach Wanderangebot, Treffpunkt immer vhs-Zentrum  
EUR 50,00

### Fitness

#### Vormittagskurs

##### Fit 65+

Wir kräftigen die Bauch- und Rückenmuskulatur (Rückenkraft), mobilisieren und dehnen die Gelenke und Muskeln (Regeneration). Damit fördern wir einen gesunden Rücken, beugen Rückenbeschwerden vor und lernen, wie man sich im Alltag rückengerecht bewegt. Dazu gehören Übungen zur Körperwahrnehmung, Haltungs- und Bewegungsschulung und das Erlernen von Entspannungsmethoden zur Stressbewältigung. Auch dadurch vermindert sich das Risiko für Rücken-

schmerzen und wir stärken gleichzeitig die körperlichen und geistigen Gesundheitsressourcen.

● **Kurs 1662**

**Rainer Hartkorn, Pilates Master**

**Instructor**

Mo. 10:00 – 11:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 50,00

### Fitness im Wasser

#### Nachmittagskurs

##### AquaFit

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Die Muskulatur kann aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Das Wasser bietet eine Gelenkentlastung und gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training findet im Flachwasser statt, die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt.

● **Kurs 2842**

**Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness**

Mo. 17:30 – 18:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler (Aschbachschule), Aschbachstr. 38, 66128 Saarbrücken  
EUR 39,00 (Akademie-Mitglieder: EUR 25,00)

● **Kurs 2843**

**Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness**

Mo. 18:30 – 19:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Schwimmbecken Grundschule Gersweiler

(Aschbachschule), Aschbachstr. 38, 66128 Saarbrücken  
EUR 39,00 (Akademie-Mitglieder: EUR 25,00)

### FOTOGRAFIE

#### Ausstellung

##### Spiegelungen

Spiegelungen zu fotografieren verfolgt das Konzept einer Gegenüberstellung, einer Ergänzung und einer Interpretation des im Bild dargestellten Objekts; es kann so Zusammenhängendes oder auch Gegensätzliches herausgestellt werden. Im Idealfall ergibt sich daraus nicht nur eine simple Addition, sondern durch das Verschmelzen zweier Ebenen eine Erweiterung der Bildaussage, eine Konzentration auf eine Wirklichkeit, die ihre Belanglosigkeit zu Gunsten irrationaler Konstrukte verliert.

● **Kurs 1600A**

**Fotogruppe der Akademie für Ältere**

Vernissage: 16.01.2025, 17:00 Uhr  
Ausstellungsdauer: 16.01. – 21.02.2025  
Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)  
gebührenfrei

#### Vormittagskurs

##### Von der Aufnahme zur Bildausgabe für Druck und Web!

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, Fortgeschrittene und wahre Amateure, die engagiert mitmachen wollen. Die Fotogruppe der Saarbrücker Akademie für Ältere unter der Leitung von Dr. Manuel Kling hat bereits mehrere Ausstellungen erarbeitet und öffentlich präsentiert. Im Vordergrund stehen die Projektarbeit und der Austausch in der Gruppe. Das Erlernen der Fototechnik, vornehmlich die

Grundlagen der Digitalfotografie, Funktionsweise der Fotokamera, Verständnis für die Zusammenhänge von Licht und Belichtung und die Verwendung einer Software zur Bearbeitung und Verwaltung von Digitalfotos, geschieht während der Realisierung der Idee. Dabei kommen Techniken wie z. B. die digitale Fotocollage oder das Bearbeiten realer Farbhelligkeitswerte bis hin zu unbunten Grauwertabstufungen zum Einsatz.

● **Kurs 1612**

**Dr. Manuel Kling**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 30,00

## KREATIVITÄT

### Nachmittagskurs

#### Bildhauerisches Gestalten in Speckstein oder Alabaster

Die TeilnehmerInnen fertigen Skulpturen eigener Wahl in Speckstein oder Alabaster. Speckstein ist ein leicht zu bearbeitender Stein, der sich angenehm anfühlt und durch Vielfarbigkeit auszeichnet. Der Arbeitsprozess wird individuell betreut. Werkzeug- und Materialkosten fallen an.

● **Kurs 1675**

**Barbara Hilgers, Dipl.-Bildhauerin**

Fr. 15:00 – 18:00 Uhr

ab 20.09.2024, 10 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 55,00

### Nachmittagskurs

#### Malen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Sie lernen den Umgang mit Techniken wie Aquarell, Guache, Pastellkreide, Acryl. In jedem Semester gibt es neue thematische Schwerpunkte: Farbmischen mit den drei

Grundfarben, Bildaufbau, Expression von Formen, Bildthemen.

Alle Teilnehmenden werden zur individuellen Weiterentwicklung angeregt und gefördert.

● **Kurs 1676**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler, Meisterschüler bei Prof. Winter, Doz. an der HTW**

Mi. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 18.09.2024, 12 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 50,00

● **Kurs 1677**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler, Meisterschüler bei Prof. Winter, Doz. an der HTW**

Do. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 19.09.2024, 12 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 50,00

## KUNSTGESCHICHTE

### Vormittagskurs

#### Baukunst in Bayern

Als einen Reiseweg zur Kunst bilden diesmal die Regionen Bayerisch-Schwaben, Niederbayern, Oberbayern und Oberpfalz unser Thema, wir betrachten dazu Gebäude von der Antike bis zur Gegenwart. Ausgeklammert bleibt das Frankenland, da es nicht nur in architektonischer Hinsicht eigenständig zu sehen ist. Die Metropole München nimmt naturgemäß eine Sonderstellung ein, Städte wie Augsburg, Regensburg, Landshut oder Passau sind aber ähnlich wichtig und reich an Baukunst. Gleiches gilt auch für den weitläufigen ländlichen Raum, von dessen prächtigen Schlössern, Klöstern oder Wallfahrtskirchen wir die wichtigsten auswählen.

## Dozentinnen und Dozenten



### ARNE MENZEL

*Diplom-Künstler, Maler und Bildhauer,*

*Dozent für Grundlagen der Gestaltung und Freihandzeichnen an der HTW Saar/Schule für Architektur*

» Jedes Kind hat den Drang zu malen. Mit den Jahren verliert sich das leider, aber die Anlage bleibt. Möchte man daran anknüpfen und die Malerei wieder beleben, muss man sich erst wieder an das Gestalten heranarbeiten. Regelmäßiges Üben und genaues Hinsehen sind der Schlüssel zum Erfolg! Der gemeinsame Austausch über das Geschaffene oder das Gesehene ist ein wesentlicher Aspekt, um effektiv und schnell zu lernen. Ganz wichtig ist es, die Freude an den gestalterischen Prozessen nicht zu verlieren. ‹‹

● **Kurs 1678***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Mi. 10:45 – 12:15 Uhr  
 ab 18.09.2024, 14 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 17  
 EUR 35,00

### Vortragsreihe „Schlüsselwerke/Epochen“

**Nachmittagskurs****Schlüsselwerke/Epochen**

Ein Werk aus Kunstgeschichte oder Archäologie dient als Türöffner, als Schlüssel zum Verständnis von Kunst und Kultur über Epochengrenzen hinweg. Von ihm aus können Fragestellungen oder Rückschlüsse auf andere Werke und Zusammenhänge, auch mit Bezug auf unsere Gegenwart, abgeleitet werden.

● **Kurs 1679**

*Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker/  
 Dr. Ulrike Bock, Archäologin und  
 Kunsthistorikerin*

Do. 15:30 – 17:00 Uhr  
 ab 26.09.2024, 6 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 40,00 (Akademiestudenten EUR 25,00)

**Nachmittagskurs****Michelangelos ‚Erschaffung Adams‘**● **Kurs 1679A***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Do. 26.09.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Das Rätsel der ‚Hängenden Gärten‘ von Babylon**● **Kurs 1679B***Dr. Ulrike Bock, Archäologin und**Kunsthistorikerin*

Do. 10.10.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Der ‚Krieger von Capestrano‘ und der Beginn monumentaler Plastik in Mitteleuropa**● **Kurs 1679C***Dr. Ulrike Bock, Archäologin und  
Kunsthistorikerin*

Do. 31.10.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Edouard Manets ‚Bar in den Follies Bergères‘**● **Kurs 1679D***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Do. 07.11.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Ernst Barlachs ‚Schwebender‘**● **Kurs 1679E***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Do. 14.11.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Picassos ‚Demoiselles d’Avignon‘ und die Kunst Afrikas**● **Kurs 1679F***Dr. Ulrike Bock, Archäologin und  
Kunsthistorikerin*

Do. 21.11.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Vortragsreihe****„Das Material und die Kunst“****Nachmittagskurs****Das Material und die Kunst**

Diese Reihe nimmt die angewandte Kunst unter die Lupe, wo also Gebrauchswert und Schönheit vereint sind. Die Bandbreite der dazu verwendbaren Materialien ist enorm: Eine kleine Einführung in seine je besonderen Eigenschaften oder Bedingungen, auch in die zur Herstellung oder Bearbeitung notwendigen Werkzeuge, wird in jeder Sitzung stattfinden. Wir fragen danach, wie das Material die Form oder Komposition eines Werkes beeinflusst, wo die Gestaltung Rücksicht darauf nimmt, oder was Materialästhetik sein kann.

● **Kurs 1680**

*Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker/  
 Dr. Ulrike Bock, Archäologin und  
 Kunsthistorikerin*

Do. 15:30 – 17:00 Uhr  
 ab 28.11.2024, 6 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 40,00

**Nachmittagskurs****Gold im Bild**● **Kurs 1680A***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Do. 28.11.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Holzskulptur (Mittelalter und Moderne)**● **Kurs 1680B***Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker*

Do. 05.12.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Collagen**● **Kurs 1680C****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Do. 12.12.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Bernstein**● **Kurs 1680D****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Do. 09.01.2025, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Silber**● **Kurs 1680E****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Do. 23.01.2025, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**Nachmittagskurs****Lehm**● **Kurs 1680F****Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Do. 06.02.2025, 15:30 – 17:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 EUR 8,00 (Akademiestudenten EUR 5,00)

**PHILOSOPHIE****Vormittagskurs****Philosophischer Lesekreis**

Mit ihren philosophischen Überlegungen haben die „alten“ Griechen das Leben des Abendlandes für immer verändert. Gegen den wieder aufblühenden Irrationalismus unserer Zeit sollen uns die Gedanken der griechischen Philosophen daran erinnern, dass der Kampf um die Vernunft auch ein Kampf um das gute und glückliche Leben ist. Grundlage dazu sind ausgewählte Texte aus dem Reclam-Bands „Philosophisches Lesebuch“ aus dem Bereich der „Philosophie der Antike“. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

● **Kurs 1689****Ewald Speicher, M.A., Philosoph und Informatiker**

Termine: Do. 10.10., 07.11., 05.12.2024  
 und 09.01., 06.02.2025, 10:00 – 11:30 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge  
 EUR 15,00

**Dozentinnen und Dozenten****STEFAN BREIL****Betriebswirt**

» Als staatlich geprüfter Betriebswirt mit Schwerpunkt Datenverarbeitung und langjähriger Erfahrung als Dozent habe ich mich auf PC- und Microsoft-Windows-Kurse sowie Android-Smartphone-Kurse spezialisiert.

Mein Fokus liegt darauf, ältere Menschen dabei zu unterstützen, sich mit modernen Technologien vertraut zu machen.

Mit über 30 Jahren Berufserfahrung in den Bereichen IT, Grafik und Design besitze ich umfassende Kenntnisse, die ich gerne weitergebe.

Es ist meine Mission, den Teilnehmenden dabei zu helfen, das erforderliche Selbstvertrauen im Umgang mit Computern und Smartphones aufzubauen und ihre digitalen Fähigkeiten mit Freude weiterzuentwickeln. «

## EDV UND KOMMUNIKATIONSTECHNIK

### Einzelveranstaltung Informationsveranstaltung zu den Kursen „EDV und Internet“

#### ● Kurs 4300

Michael Bernardi

Mo. 09.09.2024, 14:00 – 15:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

#### Vormittagskurs

### Smartphone für Senioren: Ihr Handy verstehen und beherrschen

Vielleicht haben Sie von Ihren Kindern oder Enkeln ein Smartphone geschenkt bekommen und sind unsicher in der Nutzung. Oftmals müssen Sie sich von Ihren Angehörigen erklären lassen, wie alles funktioniert. Für diejenigen, die bereits seit Jahren ein Smartphone besitzen, kann es schwierig sein, sich in die Lage von Anfängern zu versetzen.

Unser Kurs bietet Unterstützung, um Ihr Smartphone besser zu verstehen und

effektiver zu nutzen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Smartphone einrichten, Geräte sicher konfigurieren, Funktionen und hilfreiche Apps nutzen. Sie erhalten auch Informationen zur installierten Software und lernen, Updates durchzuführen. Bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit, und wir helfen Ihnen, das Gelernte direkt in der Praxis anzuwenden. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

Voraussetzungen: Eigenes iPhone oder Android-Smartphone (Akku aufgeladen!)

#### ● Kurs 4302

Torsten Meyer

Mo. 11.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Di. 12.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
8 UST, EUR 50,00

#### Vormittagskurs

### Finanzen im Griff – Einfach und sicher digital verwalten

Im Zeitalter des digitalen Wandels sind viele Banken gezwungen, ihre Filialen zu reduzieren, was Online Banking zur

praktischen Alternative macht. Sie können jetzt Bankgeschäfte wie Daueraufträge einrichten und Überweisungen durchführen, ganz bequem von Ihrem Computer oder Smartphone aus. In unserem Kurs zeigen wir Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten des Online Bankings, wie einfach Sie diese nutzen können und worauf Sie in Bezug auf die Sicherheit achten sollten. Wir erläutern Ihnen, wie sicheres Online Banking funktioniert, welche Alltagsvorteile es bietet und welche einfachen Vorsichtsmaßnahmen für Sie von Bedeutung sind. Bringen Sie Ihre eigenen Endgeräte mit, und setzen Sie das Gelernte direkt in die Praxis um. Lernen Sie, wie Sie Ihre Bankgeschäfte sicher und komfortabel online erledigen können.

#### ● Kurs 4303

Torsten Meyer

Mi. 13.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Do. 14.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
8 UST, EUR 50,00

#### Nachmittagskurs

### Erste Schritte am Computer mit Windows – Grundkurs

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast anhand von praxisnahen Beispielen. Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen. Sie starten Programme/Apps mit dem neuen Betriebssystem Windows 11 und üben den Umgang mit Maus und Tastatur bzw. Touchscreen. Sie lernen die feinen Unterschiede zu Windows 10 kennen. Sie erstellen und speichern einen Text. Sie ordnen Dokumente und Ordner. Sie passen Windows an Ihre Bedürfnisse an. Sie lernen verschiedene Programme

LOTTO 6aus49

**ALLES**

**IST MÖGLICH!**

2 Millionäre pro Woche!

Spieleteilnahme ab 18 Jahren · Glücksspiel kann süchtig machen · Infos unter check-dein-spiel.de  
Lizenzierter Glücksspielanbieter · www.saartoto.de · Gewinnwahrsch. Gewinnkl. 1 = 1 : 140 Mio.

LOTTO®  
Saartoto

für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen. Sie stellen eine Verbindung zum Internet her und besuchen Internetseiten. Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können.

*Voraussetzungen: Es werden keinerlei Computer-Kenntnisse vorausgesetzt.*

● **Kurs 4305**

**Stefan Breil**

Mo. - Fr. 16:00 – 19:00 Uhr  
ab 04.11.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
20 UST, EUR 100,00

**Nachmittagskurs**

**Erste Schritte am Computer mit Windows – Lerntreff**

Als Zusatz zum Anfängerkurs erhalten Sie Unterstützung bei sämtlichen Fragen rund um die Verwendung von Windows. Gezielt können spezifische Themen und Interessen wiederholt oder vertieft werden. In diesem Lerntreff liegt der Fokus auf den individuellen Schwierigkeiten der Teilnehmenden im Umgang mit Windows. In einer entspannten und offenen Atmosphäre werden gemeinsam Lösungen erarbeitet. Das Ziel besteht darin, dass die TeilnehmerInnen ihre persönlichen Herausforderungen bewältigen können und in der Lage sind, ihren PC oder Laptop eigenständiger und selbstbewusster zu nutzen.

*Voraussetzungen: Es werden erste Erfahrungen im Umgang mit dem Computer vorausgesetzt.*

● **Kurs 4306**

**Stefan Breil**

Mo. 16:00 – 19:00 Uhr  
ab 11.11.2024, 6 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
24 UST, EUR 120,00

**In Kooperation mit  
EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V.**

**Nachmittagskurs**

**DIGI-Stammtisch für PC,  
Smartphone & Co**

Der offene EDV-Kreis ist von älteren Menschen initiiert. Er bietet Gleichgesinnten Hilfestellung und Lösungen bei Problemen im Umgang mit Laptop oder Smartphone, sowie bei den Anwendungen und Apps. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Bringen Sie bitte Ihren Laptop oder Ihr Smartphone (auch Apple-Geräte) mit. Keine Anmeldung erforderlich.*

● **Kurs 4309**

**N.N.**

Di. 15:30 – 17:00 Uhr  
ab 01.10.2024, 6 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
12 UST, gebührenfrei

**Nachmittagskurs**

**Windows mit dem eigenen Notebook**

Wer ein neues Notebook (auch Laptop) gekauft hat, erhält heute Windows 11 als vorinstalliertes Betriebssystem. Kennt man Windows 10, stellt man fest, dass sich Einrichtung und Benutzung des Gerätes unter Windows 11 deutlich vom Gewohnten unterscheidet. Analog zu den „Windows 10“-Kursen werden die Datenverwaltung mit dem Explorer, die Verwendung zu Windows gehörender Zusatzprogramme zum Rechnen und Schreiben, zum kreativen Einsatz und zur Recherche im Internet geübt. Thematisiert wird auch die Vermeidung möglicher, kostenpflichtiger Fallen, insbesondere bei der Software-Nutzung.

Die Volkshochschule haftet nicht für die

mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: z. B. Kurs EDV-Grundlagen, eigenes Notebook.*

● **Kurs 4311**

**Stefan Breil**

Mo. - Fr. 14:00 – 17:15 Uhr  
ab 09.12.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
20 UST, EUR 100,00

**PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG**

**Vormittagskurs**

**Das „dritte Leben“ als Chance!**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Chancen des Älter Seins und Älterwerdens für ihre Persönlichkeitsentwicklung, lebenslanges Wachstum und zunehmende Zufriedenheit nutzen wollen. „Der Rücken ist frei“ und nie stand so viel Zeit zur Verfügung, um zu schauen und zu erspüren, was in unserem Leben noch unbedingt gelebt und erfahren werden will, welche Wünsche wir noch realisieren wollen und können. Gemeinsam machen wir uns auf die Suche ...

● **Kurs 1690**

**Dr. Elisabeth Rauch-Bernd**

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 23.09.2024, 12 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 35,00

### Verantwortlich für den Programmbereich



**Dr. Carolin Lehberger**  
*vhs-Direktorin*  
Altes Rathaus, Zi. 39  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4300  
Fax 0681 506-4390  
carolin.lehberger@rvsbr.de

### Inhalt

- Literatur 107
- Musik, Theater 119
- Film, Medien 129
- Kunstgeschichte, Bildende Kunst 133
- Fotografie 149
- Skulptur, Plastik, Kunsthandwerk 159

## Kultur und Kunst



**Beratung und Information****Thomas Roessler**

Hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter  
Altes Rathaus, Zi. 31  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4322  
Fax 0681 506-4390  
thomas.roessler@rvsbr.de

**Anmeldung und Service****Mechthild Speicher**

Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 1  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4316  
Fax 0681 506-4399  
mechthild.speicher@rvsbr.de

**Literatur**

*„Wenn meine Mutter mir vorgelesen hat, war ich als Kind fasziniert von den schwarzen Lettern ..., die durch ihre Stimme lebendig werden konnten.“ So beschreibt die Autorin Lilli Schumann ihre ersten Literatur-Erfahrungen. Die Begeisterung der jungen Lilly für das Lesen und Schreiben teilen viele Menschen auch noch als Erwachsene.*

*Unser Programm kann die Fülle des Geschriebenen zwischen Ratgeber, Sachbuch und Belletristik kaum abbilden; folglich ist das Angebot selektiv, gleichzeitig vielfältig und anregend: Dr. Marika Backes-Natsvlshvili, referiert über „Nonsense als ernstzunehmenden Gegenstand der literaturwissenschaftlichen Forschung“ und über den satirischen russischen Autor Michael Bulgakow. Mit Thomas Manns „Zauberberg“ wird sich Kerst Walstra beschäftigen. Ulf Bächle lädt zu einem Kurs „Goethe für Einsteiger“. Dem Dichturfürsten (und Schrecken mancher SchülerInnen) widmen wir zum Jubiläum eine eigene Veranstaltungsreihe, darunter der Vortrag der ehemaligen Leiterin des Frankfurter Goethe Museums, Dr. Petra Maisak, über Goethes Beziehung zur Bildenden Kunst.*

*Für alle, die gerne schreiben, haben wir wieder verschiedene Kurse im Programm. Unser neues Format nennen wir „Schreibstubenbesuche“. In kleinen Gesprächsrunden mit regionalen Autorinnen können persönliche Ansichten über Form und Inhalt zur Sprache kommen – aber auch Fragen zum Literaturbetrieb diskutiert werden.*



## LITERATUR

## Lesungen und Gespräche

## Mediathek

 Online-Kurs**Von der Idee bis zum gedruckten Buch – Aus dem Leben einer Schriftstellerin**

Romane sind wie Tore in eine andere Welt. Ihre Geschichten entführen Leserinnen und Leser an unbekannte Orte, lassen sie in fremde Rollen schlüpfen und dem Alltag entfliehen. Gerade in dieser sonderbaren Zeit sind Bücher wichtiger denn je. Doch wie schafft es eine Geschichte zwischen zwei Buchdeckel? Wie wird man Schriftstellerin oder Schriftsteller? Ist es einfach, eine Geschichte zu Papier zu bringen, wenn sie im Kopf bzw. in Gedanken schon existiert? Was muss man beachten, wenn man mit seinem Geschriebenen Erfolg haben möchte? Deana Zinßmeister ist seit über 15 Jahren Schriftstellerin von Beruf. Anhand ihres Werdegangs erzählt sie, wie es dazu gekommen ist. Der Vortrag fand im Rahmen der Semestereröffnung am 12.04.2021 im Alten Rathaus in Saarbrücken statt.

## ● Kurs 2101

**Deana Zinßmeister, Autorin**

ab Mo. 16.09.2024

online

gebührenfrei

*Nach der Anmeldung erhalten Sie den Veranstaltungslink, um sich den Vortrag anzuschauen.*

In Kooperation mit der Buchhandlung Raueiser, Saarbrücken

**Lesung****Léa Linster: Deutschland küsst Frankreich**

Die charmant-kluge, überaus schlagfertige und mit einem wunderbaren Humor gesegnete Luxemburger Spitzenköchin Léa Linster verrät ihre Lieblingsrezepte der beiden Nachbarnationen, deren hungrige Autofahrer oft bei Linsters Familie in Luxemburg Halt machten: um das Auto zu betanken und den Magen zu füllen. C'est le début d'un grand amour! Léa Linster, die Grande Dame der europäischen Spitzenköchinnen, macht's möglich. Lassen Sie sich entführen von Léa Linster in die kulinarische Welt der deutschfranzösischen Freundschaft ohne Grenzen, mit großartigen kulinarischen Hochgenüssen!

## ● Kurs 2102

**Léa Linster/Brigitte Gode, Gollenstein Buchhandlung (Moderation)**

Fr. 13.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 4 OG

EUR 12,00

*Anmeldung und Tickets bei der Buchhandlung Raueiser unter [www.raueiser.de](http://www.raueiser.de), Fon 0681 37918-0 oder [info@raueiser.de](mailto:info@raueiser.de).*

**Vortrag****Nonsense-Literatur zwischen Dekonstruktion und Innovation**

Der Nonsense als ein ernstzunehmender Gegenstand der literaturwissenschaftlichen Forschung?! Über den Sinn des „Unsinn“: anhand der zentralen Kategorie des „Spiels“ bzw. des „Spielerischen“ und einiger Beispiele aus der Moderne möchte ich auf den subversiven Charakter der Nonsense-Dichtung aufmerksam machen, die sich immer zwischen Dekonstruktion des Traditionellen und

**Dozentinnen und Dozenten**

© M. Jungen

**DEANA ZINSSMEISTER****Autorin**

» Romane sind wie Tore in eine andere Welt. Ihre Geschichten entführen Leserinnen und Leser an unbekannte Orte, lassen sie in fremde Rollen schlüpfen und dem Alltag entfliehen.

*Schreiben ist für mich ein Beruf, den ich so gut wie möglich auszuüben versuche. Ich bin froh, dass ich dieses Talent entdeckt habe, und hoffe, dass ich noch viele Geschichten erzählen darf. «*

## LITERATUR

Innovation bewegt.

● **Kurs 2105**

**Dr. Marika Backes-Natsvlishvili**

Do. 14.11. 2024, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Literaturlounge

EUR 8,00

**Vortrag**

**Experiment und Metamorphose.  
Michail Bulgakows Satire auf  
Wissenschaft und Gesellschaft in der  
Erzählung „Hundeherz“**

Der russische Satiriker Michail Bulgakow präsentiert uns in seiner Erzählung eine doppelte Allegorie: die Evolutionstheorie wird mit den Errungenschaften der Hirnforschung verknüpft und die Schöpfungsmythologie durch die Erschaffung des sog. „neuen“ Menschen auf den Kopf gestellt. Die Identität des Menschen wird im Lichte der wissenschaftlichen Entwicklung hinterfragt. Die Metamorphose vollzieht sich nicht nur im experimentellen Feld der Wissenschaft, sondern spielt auch auf die politische Zeitsituation an. Bulgakow kritisiert die autoritären Strukturen des Sowjetstaates anhand einer hybriden Gestalt, die zwei Seiten des Menschlichen verkörpert.

● **Kurs 2106**

**Dr. Marika Backes-Natsvlishvili**

Do. 28.11. 2024, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Literaturlounge

EUR 8,00

**Abendkurs**

**Lesekreis**

Haben Sie Lust, alle vier Wochen an einem Lesekreis teilzunehmen? Ein Buch zu lesen und anschließend gemeinsam mit anderen darüber zu reden? Zum Beispiel über Inhalt, Sprache und Stil, was einen beim Lesen bewegte, zum Nachdenken brachte, zum Vergleichen, vielleicht zum

Lachen ... Gedacht sind Streifzüge quer durch alle Genres, Neuerscheinungen ebenso wie Klassiker.

Den Anfang machen wir mit „Liebes Leben“, dem letzten Erzählband der kürzlich verstorbenen Literaturnobelpreisträgerin Alice Munro. 2012 (dt. 2013) erschien der letzte Erzählband dieser „genialen Seelenerkunderin“, dieser „Meisterin der kleinen Form“ (Deutschlandfunk). In den Geschichten von „Liebes Leben“ lauscht sie den Zwischentönen nach, erkundet das Verhältnis von Gesagtem und Ungesagtem, von Nähe und Distanz ihrer Figuren. Die Sammlung enthält daneben vier autobiografische Texte, mit denen sie in die eigene Kindheit blickt und dort Grundkonflikte und Themen auslotet, die für ihr späteres Schreiben wesentlich wurden.

Alle weiteren Bücher werden gemeinsam in der Gruppe festgelegt.

● **Kurs 2112**

**Mechthild Speicher**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 10.10.2024, 5 Termine (monatlich)

Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge

EUR 25,00

**Abendkurs**

**100 Jahre „Der Zauberberg“**

„Ein einfacher junger Mensch reiste im Hochsommer von Hamburg, seiner Vaterstadt, nach Davos-Platz im Graubündischen. Er fuhr auf Besuch für drei Wochen.“ Die Rede ist von Hans Castorp, dem Protagonisten in Thomas Manns großem Roman „Der Zauberberg“, der im November 1924 veröffentlicht wurde. Castorp besucht seinen lungenkranken Vetter im Sanatorium. Aus den drei Wochen werden sieben Jahre. Bildungsroman, Zerfallsroman, Klassiker der Moderne, eine Fülle origineller Charaktere,

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**DR. MARIKA  
BACKES-NATSVLISHVILI**  
*Germanistin und  
Literaturwissenschaftlerin*

» Dr. Marika Backes-Natsvlishvili, geb. in Georgien, studierte Germanistik in Tbilissi und unterrichtete Deutsch als Fremdsprache. Sie promovierte in ihrer Wahlheimat Saarbrücken im Fach Allgemeine und Vergleichende Literaturwissenschaft (Komparatistik) über das Thema „Naturwissenschaft und Literatur im Dialog. Komparatistische Fallstudien zur europäischen Erzählliteratur des 20. Jahrhunderts“. Autorin einiger Aufsätze, Themenschwerpunkte: Wissenschaft und Literatur, Intertextualität, Nonsense-Lyrik. «



Veranstaltungsreihe zum Goethe-Jahr 2024

## ALLES GOETHE! Zum 275. Geburtstag

### TAGESFAHRT

- Frankfurter Goethehaus und deutsches Romantikmuseum, 09.11.2024 | Kurs 2122

### VORTRÄGE

- „Goethe, Werther und die Sehnsucht ein Bildender Künstler zu sein“, 08.10.2024, 19:30 Uhr | Kurs 2120
- Wo Goethe, Fürst Ludwig und Mark Twain sich trafen. Freimaurerei als kulturelle Erscheinung zwischen Aufklärung, Kunst und Geheimnis, 12.11.2024, 19:00 Uhr | Kurs 2123

### STADTFÜHRUNG

- „Saarbrück ... ein lichter Punkt“ – ein Spaziergang mit Goethe durch das (nicht nur) barocke Saarbrücken, 27.10.2024, 10:00 Uhr | Kurs 2121

### ABENDKURS

- Goethe für Einsteiger, Di. 18:00 – 19:30 Uhr, ab 15.10.2024, 4 Termine | Kurs 2137

### AUFFÜHRUNG des Dudweiler Stadt-Theaters.

- „Die Mitschuldigen“, Lustspiel von J.W. v. Goethe, 30.11.2024, 19:00 Uhr  
Schlosskeller | Kurs 2214

Anmeldung erforderlich.

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

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## LITERATUR

die unverwechselbare Mann'sche Ironie, philosophische und historische Reflexionen – für jeden literarischen Geschmack wird etwas geboten.

● **Kurs 2113**

**Kerst Walstra, M. A., Literatur- und Kulturwissenschaftler**

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 18.09.2024, 10 Termine

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 86,00 (66,00)

**Abendkurs**

**Goethe für Einsteiger**

„Wenn man sich nur halbwege den Begriff von einem Menschen machen will, so muß man vor allen Dingen sein Zeitalter studieren, ...“

Unter dieser, von Goethe selbst im Brief an Zelter am 9.8.1828 vorgegebenen Prämisse, ist es sinnvoll, sich mit dem Leben und Schaffen Goethes zu beschäftigen. Aufklärung, Empfindsamkeit, Sturm und Drang und die gemeinsam mit Friedrich Schiller beschriebene Klassik sind Orientierungen, über die man sich mit Goethe und seinem Werk auseinandersetzen kann. Der Kurs „Goethe für Einsteiger“ ist ein bescheidener Versuch, sich dem Dichturfürsten zu nähern.

● **Kurs 2137**

**Ulf Bächle**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 15.10.2024, 4 Termine (Di, 15.10.,

Fr. 25.10., Di. 29.10., Di. 05.11.)

Altes Rathaus, Raum 8, Literaturlounge

EUR 30,00 (24,00)

In Kooperation mit der Universität  
Populaire Sarreguemines Confluences

**Klassiker der französischen Literatur  
– neu gelesen**

**Balzac, Le Père Goriot (Vater Goriot)**

In dieser neuen bilingualen Reihe lesen und besprechen wir große Werke der französischen Literatur: Was bewegt uns heute noch an diesen Klassikern? Welche Impulse vermögen sie im 21. Jahrhundert zu setzen?

Balzacs „Le Père Goriot“ (Vater Goriot) entstand in der Restaurationszeit in den Jahren 1834/1835. Eine Geschichte von selbsterstörerischer Vaterliebe einerseits und der Gier nach Aufstieg und Anerkennung eines jungen Menschen andererseits – dies alles vor dem Hintergrund eines vielschichtigen Panoramas der Pariser Gesellschaft jener Zeit, in der das Geld zunehmend alle Lebensbereiche durchdringt und das bürgerliche Individuum sich anschießt, die Welt zu erobern. Die Lesung folgt der französischen Ausgabe, die Besprechung ist in deutscher Sprache. Die Textauschnitte werden auch in deutscher Übersetzung zur Verfügung gestellt.

● **Kurs 2117**

**Dr. Matthieu Choblet, Ökonom/  
Gerhard Rouget, Romanist**

Fr. 22.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 8,00

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**KERST WALSTRA**

Literatur- und Kulturwissenschaftler

» Klassiker wie Ovid, Cervantes oder Shakespeare auf der einen Seite, Virginia Woolf, Ta-Nehisi Coates oder Herta Müller auf der anderen – das einzige Kriterium, das Literatur für mich erfüllen muss, ist Qualität – und die will ich vermitteln. Unterhaltungsliteratur zu lesen ist Zeitverschwendung! Darüber hinaus interessiert mich die europäische Kulturgeschichte, in der sich ein Füllhorn lohnenswerter Themen finden lässt. Dadurch lernen wir, uns und unsere Kultur von den Wurzeln her besser zu verstehen. «

Eine Veranstaltung im Rahmen des Goethe-Jahres 2024 mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken

### Vortrag

#### Goethe, Werther und die Sehnsucht, ein bildender Künstler zu sein

„Ich bin jetzt ganz Zeichner, habe Mut und Glück“, berichtet der 23jährige Goethe einem Freund im Dezember 1772. Es ist das Jahr seiner unerfüllten Liebe zu Lotte Buff. Auch der Protagonist seines autobiographisch inspirierten Briefromans „Die Leiden des jungen Werthers“ zeichnet „mit vielem Ergötzen“, bis ihn die leidenschaftliche Liebe zu Lotte überwältigt und ins Dunkel treibt.

Goethe hingegen befreit sich aus der tragischen Verstrickung. Seine Kunstbegeisterung übersteht die Stürme des Lebens, er zeichnet bis ins hohe Alter. Schöpferisch tätig zu sein, verleiht ihm das Gefühl der Ganzheit, das Werther versagt bleibt.

#### ● Kurs 2120

**Dr. Petra Maisak, Museumsleiterin am Frankfurter Goethe-Museum a. D.**

Di. 08.10.2024, 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 8,00 (6,00)

Eine Veranstaltung im Rahmen des Goethe-Jahres 2024 mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken

### Führung

#### „Saarbrück ... ein lichter Punkt“ – ein Spaziergang mit Goethe durch das (nicht nur) barocke Saarbrücken

Ein gerne zitiertes literarisches Denkmal hatte Goethe der barocken Residenzstadt Saarbrücken gesetzt, die er 1770 besuchte und an die er sich in seinen Memoiren

„Dichtung und Wahrheit“ gerne erinnerte. Die Führung bietet die Gelegenheit, mit Goethe das (nicht nur) barocke Saarbrücken aus eher ungewohnten Blickwinkeln zu entdecken. Dabei lernt man die saarländische Landeshauptstadt auf den Spuren des „Dichturfürsten“ und weiterer prominenter Reisender kennen, erfährt viel Interessantes über das Wirken der Fürsten von Nassau-Saarbrücken und ihres grandiosen Baumeisters Stengel.

#### ● Kurs 2121

**Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte, Arbeitsgemeinschaft BarockStraße SaarPfalz**

So. 27.10.2024, 10:00 – 12:30 Uhr  
Treffpunkt: An der „Goethe-Tafel“ am Ludwigsplatz (Kreuzungspunkt Eisenbahnstraße/Wilhelm-Heinrich-Straße/Am Ludwigsplatz)  
EUR 10,00

Veranstaltung im Rahmen von „Alles Goethe! Zum 275. Geburtstag“ in Kooperation mit der vhs Sulzbach und der Kreis-vhs Neunkirchen mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken

### Tagesfahrt

#### Frankfurter Goethehaus und Deutsches Romantikmuseum

Im Haus am Großen Hirschgraben wurde Goethe am 28. August 1749 geboren. Er verbrachte hier den größten Teil seiner Jugend, bis er 1775 nach Weimar umzog. Im Elternhaus entstand das Frühwerk, z. B. der „Goetz von Berlichingen“ und „Die Leiden des jungen Werther“. Wir besuchen die original erhaltenen, komplett eingerichteten Räume, und spüren der Atmosphäre nach, in der Goethe schrieb.

#### ● Kurs 2122

**Klaus Friedrich, Arbeitsgemeinschaft BarockStraße SaarPfalz**

### Dozentinnen und Dozenten



**ULF BÄCHLE**

» Seit mehr als vierzig Jahren beschäftige ich mich mit kulturellen, literarischen und bildungspolitischen Themen. Dabei bereitet es mir immer wieder große Freude, mich auch unterschiedlichen Perspektiven vielfältigen Themenbereichen zu nähern. Als Organisator, Veranstalter und Dozent war und ist es mir immer Anliegen, mit Interessierten gemeinsam Zugänge zu Literatur und Kultur zu alternativen Welten zu finden. So ist für mich Lehr- und Dozententätigkeit mehr als nur Weitergabe von Information und Wissen. Ich lade ein zu gemeinsamen Entdeckungsreisen in Kultur, Literatur und Sprache. «

## LITERATUR

Sa. 09.11.2024

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer,  
Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer,  
Saarbrücken

EUR 48,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung erforderlich bis 01.10.2024

Eine Veranstaltung im Rahmen des  
Goethe-Jahres 2024 mit freundlicher  
Unterstützung der Sparkasse Saarbrücken

**Vortrag**

**Wo Goethe, Fürst Ludwig und Mark  
Twain sich trafen.**

**Freimaurerei als kulturelle  
Erscheinung zwischen Aufklärung,  
Kunst und Geheimnis**

Freimaurerei ist in Deutschland eine verborgene Gemeinschaft, über die viele Gerüchte, Halbwahrheiten und Vorurteile kursieren. An diesem Abend stellen Mitglieder der Saarbrücker Freimaurerloge die Geschichte dieser weltweiten Vereinigung vor, der in Deutschland etwa 15.000 Männer und 600 Frauen angehören. Ausgehend von den Steinmetz-Bruderschaften des Mittelalters und in Verbindung mit der Aufklärung, hat sich die Freimaurerei über die Jahrhunderte entwickelt. Bekannte Männer wie Goethe, Mozart, Schiller und der Nassau-Saarbrücker Fürst Ludwig gehörten ihr an.

Der Vortrag beleuchtet grundlegende Aspekte der Freimaurerei, die nicht als Religion, sondern als ethisches System und Bruderschaft aufgefasst wird, welches zur geistigen und sozialen Entwicklung des Einzelnen und der Gesellschaft beitragen soll. Besonders intensiv wird der Referent auf Geschichte und Gegenwart der Freimaurerei in Saarbrücken eingehen.

● **Kurs 2123**

**Prof. Dr. Gernot Schiefer**

Di. 12.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 8,00

**Schreibkurse****Abendkurs**

**Workshop: Kreatives Schreiben**

Da man Kreativität kaum direkt lehren kann, lautet die Methode des Kurses: Eine offene und dennoch kritische literarische Atmosphäre schaffen – wie es sie in Schulen, an Universitäten, im offenen Literaturbetrieb leider selten gibt, wie sie jedoch Voraussetzung schöpferischer Arbeit ist. Der Idealfall, und schön, wenn es uns gemeinsam gelingt: Eine besondere Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit wiederzugewinnen. Ich will erreichen (und wünsche mir, dass Sie mithelfen), dass wir uns gegenseitig literarische Texte entlocken. Also solche, die ich Ihnen nicht aufgeben in irgendeiner Weise, sondern die Sie aus eigenem Antrieb geschrieben haben oder schreiben. Sie stellen diese Texte im Kurs vor und wir diskutieren sie, wobei natürlich auch Theorie zur Sprache kommen kann. Idealerweise wollen wir dabei unser Schreiben und gleichzeitig die Kritik daran gemeinsam entwickeln und auch die Haltung des Publikums zum Autor und umgekehrt reflektieren. Übungen spezieller Art bringe ich für Notfälle als Zwischenspiele zur Lockerung mit.

● **Kurs 2130**

**Klaus Behringer**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 23.09.2024, 10 Termine

Altes Rathaus, Raum 15

EUR 55,00

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**DR. PETRA MAISAK**

» Dr. Petra Maisak, 1950 in Heilbronn a.N. geboren, studierte Kunstgeschichte, Germanistik und Geschichte in Heidelberg und Köln. Von 1981 bis 2015 leitete sie die Kunstsammlungen am Freien Deutschen Hochstift – Frankfurter Goethe-Museum und war für das Goethehaus verantwortlich. Ihre interdisziplinär angelegten Studien widmen sich vornehmlich der Kunst und Literatur der Klassik und Romantik. Ihr spezielles Interesse gilt Goethes Bezug zur bildenden Kunst. Als Kuratorin hat sie zahlreiche Ausstellungen ausgerichtet, so z. B. „Goethe in der Kunst des 20. Jahrhunderts“ und „Goethes Faust. Verwandlungen eines Hexenmeisters“. «

**Wochenend-Workshop****Wut im Bauch ... warum nicht zur Feder greifen?**

Kennen wir das nicht alle? Irgendetwas oder irgendjemand triggert uns so sehr, dass wir die Nerven verlieren. Wut zählt neben Angst, Freude und Trauer zu den häufigsten menschlichen Emotionen. Die ersten 10 Sekunden unserer jeweiligen Reaktion können noch als Reflex bezeichnet werden. Aber danach, sagen Experten, entscheiden wir uns, ob aus Ärger Wut, Hass oder Angst wird. Mein Tipp: Ganz bewusst mal zur „Feder“ greifen! Nicht runterschlucken, aber auch sich nicht hinreißen lassen, seine Wut auf einem der vielen sozialen Medien blitzschnell „veröffentlichen“ zu wollen. An praktischen Beispielen werden wir zusammen erarbeiten, wie aus der spontanen Reaktion und den damit verbundenen Äußerungen, sprich Worten, Geschichten entstehen können. So sind viele meiner „Moords-Geschichten“ geboren. Schaut mal unter: karinbjankowski.de. Ich kann euch verraten: Der Genuss ist nachhaltiger als Tik-Tok, Snapchat, X (ehem. Twitter) und Co. Sein eigenes Buch in Händen zu halten, ist ein schönes Gefühl. Ihr liefert den Stoff – und ich Sorge für die Veröffentlichung.

● **Kurs 2134****Karin Bohr-Jankowski, Autorin**

Fr. 20.09.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Sa. 21.09.2024, 10:00 – 16:00 Uhr (inkl. Pause)

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 48,00

**Wochenend-Workshop****Kreatives Schreiben – die Traumfabrik – auf den Spuren von Franz Kafka und Alice Miller**

Woher kommen die Ideen für unsere Geschichten? Sicherlich aus Erfahrungen. Auch aus Erinnerungen. Erzählungen von Freunden und Bekannten. Aus dem Alltagsgeschehen, das wir beobachten, oder über Nachrichten hören und lesen. Und ... der Fantasiewelt! In diesem Kurs öffnen wir zusammen noch eine andere Tür: die zu unseren Träumen. Die Autorin Alice Miller hat gezeigt, dass es Mut braucht, sich in diese Bereiche zu begeben und Franz Kafka hat gezeigt, was man dort alles entdecken kann.

Genau wie in meinen vorherigen Kursen werden wir an praktischen Beispielen üben und dann den Anfang einer Kurzgeschichte schreiben, die zum 15.12.24 in druckreifer Form bei mir eingereicht werden kann, um im Sammelband „Moords-Geschichten aus Saar-Lor-Lux“ Anfang 2025 veröffentlicht zu werden.

● **Kurs 2135****Karin Bohr-Jankowski, Autorin**

Fr. 15.11.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Sa. 16.11.2024, 10:00 – 16:00 Uhr (inkl. Pause)

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 48,00

**Dozentinnen und Dozenten**

**PROF. DR. GERNOT SCHIEFER**  
*Psychoanalytiker und Berater*

» Prof. Dr. Gernot Schiefer arbeitet als Psychoanalytiker und Berater mit Menschen und Organisationen. Er war bis 2012 Geschäftsführer einer Marketingberatung und hat seitdem eine Professur für Wirtschaftspsychologie an der FOM Hochschule in Saarbrücken und Mannheim inne.

Herr Schiefer wurde vor über 30 Jahren in der Bruderkette in Saarbrücken als Freimaurer initiiert und ist zusätzlich Mitglied weiterer Logen. ‹‹

## LITERATUR

## Weitere Angebote

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Saarbrücken

## Führung

## Die Stadtbibliothek – Schritt für Schritt

Während des Rundgangs lernen die Teilnehmenden die vielfältigen Angebote der Stadtbibliothek kennen. Sie erfahren, wie man Bücher, Zeitschriften, DVDs, Brett- und Konsolenspiele und vieles mehr in der Bibliothek findet und wie man diese ausleihen kann. Dabei stehen Medien aus allen Themenbereichen des Alltags und der Freizeit zur Verfügung. Zudem werden die verschiedenen Online-Angebote gezeigt und man erhält Tipps, wie man die Bibliotheksräume nutzen kann. Daneben

erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in das umfangreiche Veranstaltungsprogramm der Stadtbibliothek. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Treffpunkt: Erdgeschoss der Stadtbibliothek

## ● Kurs 2140

## Stadtbibliothek Saarbrücken

Do. 10.10.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Stadtbibliothek, Gustav-Regler-Platz 1,  
66111 SB  
gebührenfrei

## ● Kurs 2140A

## Stadtbibliothek Saarbrücken

Do. 21.11.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Stadtbibliothek, Gustav-Regler-Platz 1,  
66111 SB  
gebührenfrei

## Dozentinnen und Dozenten

**KLAUS BEHRINGER**

*Schriftsteller, Dozent, Lektor und Herausgeber*

» Seit mehr als 25 Jahren backen wir hier Apfelkuchen. Das geht so: Zwei Geschwister rühren den Kuchenteig an, tun Äpfel hinzu, füllen das Ganze in eine Tasche und fahren in die Stadt. Sie suchen ein sympathisches Fenster, klingeln und bitten darum, den Teig ausbacken zu dürfen, sie hätten keinen Ofen. Bekanntschaft wird geschlossen und der Kuchen gemeinsam verzehrt.

Ein Teilnehmer brachte diese selbstgebackene Geschichte mit. Unsere Texte sind die Apfelkuchen. Und vom Backkurs unterscheidet sich der „Workshop Kreatives Schreiben“, indem wir dazusagen: „Hierbei handelt es sich um eine Parabel.“ <<



● **Kurs 2140B****Stadtbibliothek Saarbrücken**

Do. 09.01.2025, 17:00 – 18:30 Uhr  
 Stadtbibliothek, Gustav-Regler-Platz 1,  
 66111 SB  
 gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Die 9 Muses (in russischer Sprache)**

Die Muses der griechischen Mythologie sind die Schutzgöttinnen der Künste. Nach Hesiod sind sie Töchter von Zeus und Mnemosyne, der Göttin der Erinnerung. In diesem Kurs geht es um Vorträge und Diskussionen über bekannte Persönlichkeiten aus Literatur, Musik, Malerei und anderen schönen Künsten. Die Veranstaltung findet in russischer Sprache statt und ist offen für Menschen aller Nationen.

● **Kurs 2142****Alexander Gerber**

Fr. 15:00 – 17:00 Uhr  
 ab 27.09.2024, 12 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 5  
 gebührenfrei

**Schreibstubenbesuche**

Ab diesem Semester schlagen wir Ihnen ein neues Kursformat vor. Wir nennen es „Schreibstubenbesuche“. Nachdem die Atelierbesuche bei Bildenden Künstlerinnen und Künstlern aus der Region so gut angenommen werden, wollen wir Gelegenheit bieten, auch Autorinnen und Autoren in der Atmosphäre ihrer jeweiligen bevorzugten Schreiborte kennenzulernen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Vor jedem Schreibstubenbesuch bekommen die angemeldeten TeilnehmerInnen einen Textauschnitt als Leseprobe und die jeweilige Anschrift mitgeteilt. Aus praktischen Gründen können Schreibstubenbesuche auch in die sogenannte Literaturlounge im Alten Rathaus verlegt werden. Alle Schreibstubenbesuche werden begleitet von der Leiterin des Lesekreises der Volkshochschule, der Literaturwissenschaftlerin und gelernten Buchhändlerin, Mechthild Speicher.

**Schreibstubenbesuch****Schreibstubenbesuch bei Mark Heydrich**

Jahrgang 1977. Maler und Lackierer. Studium Freie Kunst/Mixed Media an der HBKSaar. Meisterschüler. Diplom-Künstler. Seit 1998 über 1000 Lesungen und Poetry Slams im gesamten deutschsprachigen Raum. 2009 Förderstipendium der Landeshauptstadt Saarbrücken für Literatur. 2022 Saarländischer Vizelandesmeister im Poetry Slam. Im Vorstand des Friedrich-Bödecker-Kreis Saarland und des VS Saar. Lebt und arbeitet in Saarbrücken.

● **Kurs 2150A****Mark Heydrich/Mechthild Speicher**

Mo. 14.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
 Café am Schloss  
 EUR 8,00 (5,00)

**Schreibstubenbesuch****Schreibstubenbesuch bei Klaus Behringer**

geboren 1958 in Saarbrücken. Studium der Physik, Mathematik und Erziehungswissenschaft an der Uni des Saarlandes. Freier Schriftsteller, Lektor und Herausgeber. Mitgründer des STRECKENLÄUFER. Dozent für Essayistik und Kreatives Schreiben an der Uni des Saarlandes. Mitglied des PEN und des VS. Vorsitzender des VS Saar seit 1995. Lebt in Saarbrücken.

Veröffentlichungen z. B.:

„Kronkorken im Hünengrab. Orte und Unorte in Wort und Bild“ (Topicana 8) 2003  
 „Ein stadiongroßes schwanenweißes Appartement am Boulevard Saint-Germain. Pariser Tagebuch“ (SR 2017)  
 „Bannberg oder Vom Verschwinden der Helden im Wald“. Eine Novelle (SR 2018)



© Mary Evans Picture Library 2017

## LITERATUR

● **Kurs 2150B****Klaus Behringer/Mechthild Speicher**

Di. 12.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Saarbrücken. Die genaue Anschrift wird den angemeldeten TeilnehmerInnen rechtzeitig bekanntgegeben.  
EUR 8,00 (5,00)

**Schreibstubenbesuch**  
**Schreibstubenbesuch**  
**bei Martina Berscheid**

Martina Berscheid, geboren 1973 in Kaiserslautern, hat Biologie studiert und schreibt Prosa – Kurzgeschichten, Erzählungen, Romane, aber auch Haikus. Sie liebt vielschichtige Figuren und hat ein Faible für Sprachbilder. In ihren Texten lotet die Autorin die Beziehungen zwischen den Menschen aus, das Ungesagte, Verborgene. Einige ihrer Kurzgeschichten wurden in Anthologien und Literaturzeitschriften publiziert. 2015 erhielt sie den Hans-Bernhard-Schiff-Literaturpreis der Stadt Saarbrücken. Veröffentlichungen: „Leichtgewichte“ (Erzählungen, 2017), „Das Echo unseres Schweigens“ (Roman, 2018, Rabenwald Verlag), „Die Klassenkameradin“ (Roman, 2023, Edition Schaumberg, 2020 Longlist des Blogbuster-Preises), „Fremder Champagner“ (Erzählungen, 2024, Mirabilis Verlag).

● **Kurs 2150C****Martina Berscheid**

Mo. 09.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge  
EUR 8,00 (5,00)

**Schreibstubenbesuch**  
**Schreibstubenbesuch**  
**bei Lilly Schumann**

„Wenn meine Mutter mir vorgelesen hat, war ich als Kind fasziniert von den schwarzen Lettern im Buch, die durch ihre Stimme lebendig werden konnten. Daraus entstand bald der Wunsch, mit diesen geheimnisvollen Zeichen etwas zu gestalten und sichtbar werden zu lassen. So habe ich angefangen zu schreiben, auf Zettel, in Hefte, für den Augenblick und nur für mich. Erst im Alter, nachdem Waltraud Schiffels in ihrem damaligen Schreibkurs meine Texte gut fand, dachte ich an Veröffentlichung“. Von Lilly Schumann sind erschienen: „Im Brennesselbett. Von Tod und Liebe“ (Geistkirch-Verlag, 2021), „bis endlich das Licht aufbricht“, Gedichte, ebd., 2018 und „Die grünen Schuhe oder der andere Weg“, ebd., 2014.

● **Kurs 2150D****Lilly Schumann**

Mo. 27.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Saarbrücken, die genaue Anschrift geben wir den angemeldeten TeilnehmerInnen rechtzeitig bekannt.  
EUR 8,00 (5,00)

**Dozentinnen und**  
**Dozenten**



**KARIN BOHR-JANKOWSKI**  
*geborene Saarländerin, überzeugte  
Europäerin und gelernte Autorin*

» Nach meiner Jugend in Saar-Lor-Lux, meinem Berufsleben in Brüssel und Aix-en-Provence hat mich das Leben vor ein paar Jahren wieder in die Nähe meiner Heimat verschlagen, auf die französische Seite. Ab und zu komme ich aus der Franche-Comté angereist, um mein Know-How als Schriftstellerin mit Ihnen zu teilen. Mehr über mich und mein Engagement unter: [karinbjankowski.de](http://karinbjankowski.de) «



© MARTIN KAUFHOLD

## PREMIEREN UND URAUFFÜHRUNGEN 2024/2025 AUSWAHL

### MUSIKTHEATER

#### IRGENDWO AUF DER WELT

DIE COMEDIAN HARMONISTS

von Thomas Winter und Jörg Daniel Heinzmann

Ab 21. September 2024 | URAUFFÜHRUNG

#### SITA

von Gustav Holst | URAUFFÜHRUNG

Ab 12. Oktober 2024

#### SWEENEY TODD

THE DEMON BARBER OF FLEET STREET

von Stephen Sondheim

Ab 7. Dezember 2024

#### SIEGFRIED

von Richard Wagner

Ab 23. Februar 2025

#### HOFFMANN'S ERZÄHLUNGEN

von Jacques Offenbach

Ab 26. April 2025

#### DIE ZAUBERFLÖTE

von Wolfgang Amadeus Mozart

Ab 14. Juni 2025

### SCHAUSPIEL

#### ANTIGONE

von Armin Petras nach Sophokles

Ab 7. September 2024 | URAUFFÜHRUNG

#### DER ZERBROCHNE KRUG

von Heinrich von Kleist

Ab 9. November 2024

#### DER ZAUBERER VON OZ

nach L. Frank Baum

Ab 17. November 2024

#### MEHR LAMETTA AM MEER

von Rebekka Kricheldorf | URAUFFÜHRUNG

Ab 18. Januar 2025

#### MEPHISTO

nach Klaus Mann

Ab 25. Januar 2025

### TANZ

#### ROMEO UND JULIA

von Stijn Celis | Sergej Prokofjew

Ab 2. November 2024

#### DREISCHRITT

von Johan Inger, Hans van Manen und Stijn Celis

Ab 15. März 2025

#### AS YOU ARE | BRING NO CLOTHES

von Caroline Finn

Ab 10. Mai 2025

### SPARTE4

#### GRAUSAME GESTALTEN

von Paula Kläy nach einer Idee von Luis Liun Koch

und Paula Kläy | URAUFFÜHRUNG

Ab 13. September 2024

#### VON FISCHEN UND FRAUEN

von Noëlle Haeseling | URAUFFÜHRUNG

Ab 8. November 2024

#### DIE KATZE ELEONORE

von Caren Jeß

Ab 6. Juni 2025

Jetzt Tickets sichern!



[www.staatstheater.saarland](http://www.staatstheater.saarland)

## Beratung und Information



**Dr. Kristina Betz**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 31  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4321  
Fax 0681 506-4390  
kristina.betz@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Julia Decker**  
Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 2  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4317  
Fax 0681 506-4399  
julia.decker@rvsbr.de

## Musik, Theater

„Was ist Klang, was ist Musik und wo finden wir sie in der Natur?“ fragt der Musikpädagoge Daniel Clemens in seinem Vortrag. Zu einem Workshop lädt er Kinder und ihre (Groß)Eltern in den Stadtwald. Ganz auf's Lauschen fokussiert ist auch die Band „Blind Audition“, auf deren Konzert im Schlosskeller wir uns freuen dürfen.

Mit dem Cécile Verny-Trio kommt eine der besten Jazz-Sängerinnen Europas in hochkarätiger Begleitung auf die Bühne des Schloss-Festsales. Für ein innovatives Jazz-Projekt, die Leiningerland Band, probieren wir ein neues Format aus: ein sonntägliches Matinée-Konzert.

Wenn Sie sich musikalisch erproben oder unter fachlicher Anleitung weiter entwickeln wollen, empfehlen wir unsere Gitarren- und Ukulele-Kurse. Ein Angebot zum Singen „in den höchsten Tönen“ macht der vhs-Chor, „The New Yellow Submarine“. Lassen Sie sich einfach mitreißen.

Historische Zusammenhänge zwischen „tanzen und sich verlieben“ sind das Thema der Kulturwissenschaftlerin Michaela Mettel. Tänze des englischen Regency können Sie bei ihr lernen. Oder wollen Sie lieber improvisieren, in einer neuen Rolle über Konventionen hinauswachsen? Dafür haben wir passende Angebote.

Wenn Sie als TheaterbesucherInnen mehr über die Entstehungszusammenhänge von Inszenierungen wissen wollen, sind Sie bei den Kursen der DramaturgInnen des Staatstheaters an der richtigen Stelle.



**MUSIK****Vortrag****Musik in der Natur**

Was ist Klang, was ist Musik und wo finden wir sie in der Natur? Wie erschafft der Mensch die Musik, warum berührt sie ihn und welchen Zwecken kann sie dienen? Musik folgt physikalischen und mathematischen Grundlagen. Sie entsteht essenziell schon in der Natur, ohne Zutun des Menschen. Menschen können Geräusche, Klänge und Töne zu komplexeren musikalischen Werken verarbeiten. Wir erfahren Musik durch die Natur und können uns musikalisch ausdrücken. Mit vielen Hörbeispielen, die er teilweise auch selbst mit der Gitarre vorträgt, möchte der Referent sein Publikum durch die komplexen Zusammenhänge des Themas führen. Der Vortrag richtet sich an alle, die die Musik und die Natur lieben. Musiktheoretische – oder naturwissenschaftliche Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt, nur die Freude am Hörerlebnis.

● **Kurs 2200**

**Daniel Clemens, Dipl. Musikpädagoge, Gitarrist**

Mi. 16.10.2024, 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 8,00 (6,00)

**Junge vhs****Wir machen Naturmusik**

⚠ 6 – 12 Jahre

Der Workshop lädt Kinder mit ihren Eltern oder Großeltern ein, sich auf eine Reise zu den Klängen der Natur zu begeben. Wir erkunden gemeinsam Geräusche, die in der Natur zu hören sind, zum Beispiel die von Tieren. Wir lernen Instrumente kennen, mit denen wir die Geräusche der Natur nachahmen können. Wir werden zu einem „Orchester der Natur“ und kompo-

nieren miteinander eine Naturmusik.

Der Dozent möchte als leidenschaftlicher Naturfreund Kindern einen speziellen Zugang zur Natur, nämlich über das Hören ermöglichen.

*Nach dem Workshop können Sie gerne für einen Imbiss, den Sie mitbringen, auf dem Gelände der Grillstelle bleiben.*

● **Kurs 2200A**

**Daniel Clemens, Dipl. Musikpädagoge, Gitarrist**

Sa. 19.10. 2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Grillhütte „In der Grumbachhohl“  
Grumbachtalweg, 66130 Saarbrücken,  
[https://www.saarbruecken.de/leben\\_in\\_saarbruecken/freizeit/grillstellen/bezirk\\_halfberg/in\\_der\\_grumbachhohl](https://www.saarbruecken.de/leben_in_saarbruecken/freizeit/grillstellen/bezirk_halfberg/in_der_grumbachhohl)  
EUR 18,00

**Konzert****Blind Audition**

Das Dream-Team der Blindenschule Lebach hat mittlerweile einen festen Platz in der saarländischen Musikszene. Bei Semestereröffnungen der vhs und vielen anderen Events begeistern sie mit ihren Interpretationen meist deutscher Popsongs. Sie performen so gekonnt, ihr Zusammenspiel klappt so perfekt, dass überhaupt kein Zweifel besteht: Die da auf der Bühne stehen, verstehen sich blind.

● **Kurs 2201****Blind Audition**

Sa. 21.09.2024, 19:00 Uhr  
Schlosskeller, Saarbrücker Schloss  
EUR 12,00 (9,00) Abendkasse

**Konzert****Cecile VERNY Trio**

Eine der besten Jazz-Sängerinnen Europas wird uns mit ihrer samtigen Stimme durch klassisches und weniger klassisches Jazz-Repertoire führen. Die Rede ist von Cécile Verny. Mit ihr und dem engli-

**Dozentinnen und Dozenten**

**STR KATHARINA SCHMUCK**  
Musik- und Theaterpädagogin  
(BuT), Dozentin The New Yellow  
Submarine Chor

» Ursprünglich aus dem Lehramt kommend, bin ich seit einigen Jahren freiberuflich als Musik- und Theaterpädagogin tätig und mache Projektarbeit an Schulen und Institutionen mit Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen. Singen spielt dabei immer eine große Rolle. In jedem Menschen stecken Musikalität und die Fähigkeit zum kreativen Ausdruck. Deshalb stehen bei meiner künstlerischen Arbeit die Ideen und Wünsche der KursteilnehmerInnen im Vordergrund. Meine Aufgabe ist es, sie umzusetzen und zu einem harmonischen Ganzen zusammenzufügen. Spaß am Singen und Lust auf Neues sind die wichtigsten Voraussetzungen dafür. [www.kates-theater.de](http://www.kates-theater.de) «

## MUSIK, THEATER

schen Pianisten Will Bartlett, der dieses Mal seine Hammond Orgel mitbringt und für einen souligen und bluesartigen Sound sorgt sowie dem Frankfurter Schlagzeuger und musikalischen Multitalent Andreas Neubauer, verspricht das ein wunderbarer Abend zu werden, auf den wir uns freuen können.

● **Kurs 2201A****Cecile Verny Trio**

Mi. 06.11.2024, 19:00 Uhr

Festsaal im Saarbrücker Schloss,

Schlossplatz, 66119 Saarbrücken

EUR 22,00 (18,00)

Abendkasse

**Konzert****Diversity Pop vom Feinsten**

„The GAP-Project“ gastiert zum fünften Mal im Schlosskeller. Die 5-köpfige Band steht bei ihrer großen Fangemeinde für einen Konzert-Abend „vom Feinsten“ mit Pop, Rock, Blues und jazzigen Klängen.

„The GAP-Project“ bringt den Schlosskeller mit eigenen Kompositionen zum Beben. Achtung: dieses Konzert ist erfahrungsgemäß schnell ausverkauft.

The GAP Project, das sind: Stephanie Becker (Piano, Gesang) Patrick Wilhelmy (Schlagzeug, Gesang), Dirk Demmer (Saxophone, Percussion), Patrick Gauer (Bass, Gesang), Daniel Eifler (Gitarre)

● **Kurs 2201B****The GAP Project**

Sa., 16.11.24, 19:00 Uhr

Schlosskeller, Saarbrücker Schloss

EUR 18,00 (15,00) Abendkasse

**Konzert****Bernhard Schwarzwald – Lieder, Songs, Chansons**

Bernhard Schwarzwald, Gewinner eines Liedermacherwettbewerbs, 1992, hat als Autodidakt am Lagerfeuer vor mehr als

45 Jahren angefangen, Musik zu machen. Später kam die Liebe zu den Folksongs und die Entdeckung der Liedermacherszene hinzu. Da er seit über 30 Jahren im Saarland lebt, hat er – durch die Nähe zu Frankreich – sein Repertoire um einige Chansons erweitert. Bernhard Schwarzwald nimmt Sie mit auf eine kleine Zeitreise von 1960 bis in die heutige Zeit, auf der es neben Bekanntem auch Unbekanntes zu entdecken gibt.

● **Kurs 2201C****Bernhard Schwarzwald**

Fr. 22.11.2024, 19:00 Uhr

Schlosskeller, Saarbrücker Schloss

EUR 10,00 (Abendkasse)

**Konzert****The New Yellow Submarine Chor – Frühjahrskonzert**

Songs aus Rock, Pop, Folk und Gospel, einige davon auch zum Mitsingen

● **Kurs 2201D****StR Katharina Schmuck, Chorleitung**

Fr. 07.03.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 4 OG

gebührenfrei

**Konzertmatinée****The Leiningerland Band**

The Leiningerland Band spielt genau einmal im Monat Jazz live. Weit über 100 Konzerte wurden bisher aufgeführt. Immer ungeprobt, immer in neuer Besetzung, immer mit einer neuen Setlist, immer eine Uraufführung. Eine gecastete Session unter Profis. Der einzige nicht-professionelle Musiker ist der Schlagzeuger und Organisator. Gespielt werden Klassiker des Jazz (meist von Bop bis Fusion), gerne aber auch Kompositionen der Mitwirkenden. Wer die meisten Themen spielt (also jemand mit Blasinstrument), stellt die Setlist zusammen. Jetzt

**Dozentinnen und Dozenten****CECILE VERNY TRIO**

» Cecile zog mit 12 Jahren von Abidjan (Elfenbeinküste), nach Frankreich, wo sie den Jazz für sich entdeckte. Sie fing bald an, eigene Texte in Französisch und Englisch zu schreiben. Als Sängerin ist sie regelmäßig Gast der WDR Bigband, und beim Philharmonischen Orchester Freiburg. Will Bartlett hat, während er in Oxford im Fach Komposition studierte, schon das Jazz-Orchester der Universität geleitet. Als Pianist spielte er u. a. mit dem Pasadena Roof Orchestra und der Camerata Manchester. Andreas Neubauer musiziert mit vielen internationalen Kolleginnen, darunter Biréli Lagrene, Larry Coryell und dem Quartett von Jean-Pierre Bordier. Mehrfach war er Dozent am Musiklabor des Goethe-Instituts in Ulan Bator. «

performt die Leiningerland Band erstmals im Saarbrücker Schloss. Die Besetzung wird sein: Sven Hack, Saxophon; Alexander Schindler, Flügel; Matthias „TC“ Debus, Kontrabass; Uwe Martin, Schlagzeug.

● **Kurs 2201E**

**Leiningerland Band**

So. 23.02.2025, 11:00 Uhr

Festsaal im Saarbrücker Schloss,

Schlossplatz, 66119 Saarbrücken

EUR 16,00 (12,00)

Abendkasse

**Abendkurs**

**The New Yellow Submarine Chor**

Songs aus Rock, Pop, Folk und Gospel von den 50ern bis zur Neuzeit: Dazu gehören Kultbands wie Queen, Fleetwood Mac oder Barclay James Harvest sowie SolokünstlerInnen wie Mercedes Sosa, Robbie Williams oder Adele, um nur ein paar wenige zu nennen. Mit Gitarren- und Pianobegleitung werden Songs im Kurs erarbeitet und am Semesterende mit Unterstützung durch Bandmusiker zu Gehör gebracht. Jeder, der Spaß am Singen hat, ist herzlich willkommen. InstrumentalistInnen dürfen sich auch gern einbringen.

● **Kurs 2203**

**StR Katharina Schmuck, Chorleitung**

Di. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 24.09.2024, 15 Termine

vhs-Zentrum, Saal 4 OG

EUR 65,00 (48,00)

**Vorankündigung**

**Eröffnungskonzert des 10. FreeJazz-Festival Saarbrücken**

Eine Hommage an Chris McGregors „Brotherhood of Breath“ mit Musik voller Lebenslust und Spielfreude. Moderation: Ulrich Stock, Jazzreporter „Die Zeit“ <https://freejazzsaar.de>, Stefan Winkler  
Do. 10.04. 2025, 19:00 Uhr

Festsaal des Saarbrücker Schlosses  
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken

Für alle Gitarren- und Ukulelekurse gilt: Die erste Stunde dient zur Information und Einstufung.

**Abendkurs**

**Gitarre für EinsteigerInnen**

Hier erlernen Sie das Gitarrenspiel von Anfang an. Es werden keine musikalischen Kenntnisse oder Fähigkeiten vorausgesetzt!

Falls vorhanden, bringen Sie bitte Ihre Gitarre mit. Wenn Sie den Kauf eines neuen Instrumentes erwägen, berät der Dozent Sie gerne.

*Die erste Stunde dient zur Information.*

*Um intensiv auf die AnfängerInnen eingehen zu können, ist die Teilnehmerzahl auf drei Personen beschränkt. Aus diesem Grunde dauert jede Einheit auch nur 45 Minuten.*

● **Kurs 2204A**

**Harald Stein**

Mo. 20:45 – 21:30 Uhr

ab 23.09.2024, 15 Termine

Gesamtschule Bellevue, Musiksaal

15 UST, EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**

**Ukule für AnfängerInnen (Fortsetzung)**

Dieser Kurs setzt den Anfängerkurs des Sommersemesters fort; es werden auch gerne neue TeilnehmerInnen mit ersten Grundkenntnissen aufgenommen.

*Bitte bringen Sie Ihr Instrument mit.*

● **Kurs 2204B**

**Harald Stein**

Mo. 17:45 – 19:15 Uhr

**Dozentinnen und Dozenten**



**HARALD STEIN**

Musikpädagoge für Akustikgitarre, E-Gitarre, E-Bass & Ukulele

» Ich spiele seit meinem 10. Lebensjahr Gitarre, habe schon früh unterrichtet und konnte Erfahrungen im Unterricht mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen sammeln. Diese Erfahrungen und meine Liebe zur Gitarre in all ihren Facetten gebe ich gerne an meine SchülerInnen weiter. Dabei ist es schön zu erleben, wie aus nichts Musik entsteht und dass es beim Musizieren keine Grenzen gibt – sei es das Alter, das Genre oder die Kultur –, und gleichwohl zu erleben, wie man über sich hinauswächst. «

## MUSIK, THEATER

ab 23.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Gitarre für AnfängerInnen**  
**(Fortsetzung)**

Dieser Kurs setzt den Anfängerkurs des Sommersemesters fort; es werden auch gerne neue TeilnehmerInnen mit Grundkenntnissen aufgenommen. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em, E, Am, C, D, G und die Freude am Gitarrenspiel.

*Wir lernen verschiedene Songs.*

● **Kurs 2204C**

**Harald Stein**

Di. 20:00 – 21:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Gitarre I**

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron und Fingerpicking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em, E, Am, C, D, G und die Freude am Gitarrenspiel.

● **Kurs 2204D**

**Harald Stein**

Di. 17:00 – 18:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Gitarre II**

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron und Fingerpicking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em, E, Am, C, D, G, Bm, kleiner Barrée F und die Freude am Gitarrenspiel.

● **Kurs 2204E**

**Harald Stein**

Mo. 19:15 – 20:45 Uhr  
ab 23.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
30 UST, EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Gitarre II b**

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken mit Plektron und Fingerpicking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde Em, E, Am, C, D, G, Bm, kleiner Barrée F und die Freude am Gitarrenspiel.

● **Kurs 2204F**

**Harald Stein**

Di. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Gitarre III für Fortgeschrittene**

Erlernen verschiedener Songs, Anschlagstechniken, Rhythmen und Picking. Voraussetzungen sind die Kenntnis offener Akkorde und große Barréeakkorde sowie Freude am Gitarrenspiel.

● **Kurs 2204G**

**Harald Stein**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Musiksaal  
EUR 110,00 (90,00)

**Abendkurs**  
**Ukulele für Fortgeschrittene**

Die Ukulele, die in den letzten Jahren ein Revival erlebt, gilt als kleine Schwester der Gitarre. Sie ist leichter zu erlernen als diese – und zwar in jedem Alter. Das liegt vor allem daran, dass sie nur vier Saiten hat. Die Gitarre, die ja auch gerne

**Dozentinnen und**  
**Dozenten**



**HORST BUSCH**

**Chef dramaturg und künstlerischer Leiter der Sparte Schauspiel**

» Geboren im Bergischen Land durfte ich als Student das Tanztheater von Pina Bausch in Wuppertal kennen lernen. Was für eine Emotionalität! Was für eine Bewegungssprache! Als Zuschauer hatte ich das Gefühl: Die meinen mich! Seitdem hat mich das Theater nicht mehr losgelassen! Als Dramaturg habe ich dann viele Theater von Lübeck über Münster, Kassel und Nürnberg kennen gelernt und seit 2017 bin ich Chef dramaturg am Saarländischen Staatstheater. Für mich ist Theater mehr als die Vorstellung am Abend. Theater lädt ein, andere Perspektiven einzunehmen, Neues kennen zu lernen und mit Menschen ins Gespräch zu kommen. Die vhs bietet dazu einen wunderbaren Raum. «

als erstes Instrument empfohlen wird, hat ganze 6 Saiten.

● **Kurs 2204H**

**Harald Stein**

Mi. 20:00 – 21:30 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine

Gesamtschule Bellevue, Musiksaal

EUR 110,00 (90,00)

## THEATER

### Abendkurs

#### Theater! Theater!

Sie gehen gerne ins Theater? Sie wollen mehr zu den Hintergründen der Inszenierungen erfahren? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Theater live erleben und im Vorfeld Einblicke in die Stücke und ihre Umsetzung bekommen. Warum stehen welche Stücke auf den Spielplan? Wie liest man einen Theater-Text? Was sind die Ideen und Konzepte zu den Bühnenbild- und Kostümentwürfen? Neben vorbereitenden Theatergesprächen geht es vor allem um den gemeinsamen Theaterbesuch in allen Spielstätten des Staatstheaters.

Im Rahmen des Kurses erhalten Sie vergünstigte Theaterkarten! Theaterabende können länger dauern oder an einem anderen Wochentag stattfinden.

*Die genauen Kurstermine werden zu Beginn des Kurses bekannt gegeben. Änderungen vorbehalten.*

● **Kurs 2209**

**Horst Busch, Chef dramaturg,  
Saarländisches Staatstheater/**

**Gesa Oetting,  
Schauspieldramaturgin**

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine  
Saarländisches Staatstheater, Treffpunkt  
am Bühneneingang (Pforte)  
EUR 60,00 (45,00, zzgl. Theaterkarten)

### Wochenendkurs

#### Improvisationstheater

In diesem Kurs werden wir gemeinsam die Grundlagen des Improvisationstheaters erkunden und unsere kreativen Fähigkeiten durch verschiedene Übungen und Spiele (nach Augusto Boal und Keith Johnstone) stärken. Wir werden lernen, im Moment zu agieren, auf unsere Instinkte zu vertrauen und spontan auf Situationen und den Partner/der Partnerin zu reagieren. Wir werden uns auch mit spontanen Interaktionen in der Öffentlichkeit, z. B. Flashmobs beschäftigen. Lassen Sie uns gemeinsam die Bühne betreten und die Möglichkeiten des improvisierten Theaters entdecken!

● **Kurs 2212**

**Bob Ziegenbalg**

Fr. 18.10. 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 19.10. 10:00 – 13:00

und 14:30 – 17:30 Uhr

So 20.10. 10:00 – 13:00

und 14:30 – 17:30 Uhr

Schlosskeller im Saarbrücker Schloss

EUR 75,00 (60,00)

### Nachmittagskurs

#### Theatergruppe „Melpomene“

Melpomene ist eine der neun Musen in der griechischen Mythologie. Wie ihre acht Schwestern, ist sie eine Tochter von Zeus und Mnemosyne, der Göttin der Erinnerung. Melpomene ist die Muse der Tragödie und des Trauergesangs. Die Theatergruppe „Melpomene“ erarbeitet Theaterstücke in russischer Sprache. Die Gruppe ist offen für Menschen aus allen Nationen. Der Kurs findet in russischer

## Dozentinnen und Dozenten



**SIBILLE SANDMAYER**

» Nach einer Ausbildung zur Erzieherin studierte Sibille Sandmayer Theaterpädagogik in Heidelberg. Sie arbeitet seitdem freischaffend für diverse Träger, soziale Institutionen und Schulen mit verschiedensten Zielgruppen. Darüber hinaus leitet sie die freie Amateurtheatergruppe „Spieltrieb“ und steht auch als Schauspielerin und Sängerin in verschiedenen Theater- und Musicalprojekten auf der Bühne. Mit Ensembles aus Jugendlichen und Erwachsenen inszeniert sie gerne Stücke aus eigener Feder.

Für ihr Jugendmusical „vollamok“ hat sie zwei Preise gewonnen: Für wertvolle Präventionsarbeit und kulturelle Vielfalt in Rheinland-Pfalz. «

## MUSIK, THEATER

Sprache statt.

● **Kurs 2213**

**Alexander Gerber**

Do. 15:30 – 21:00 Uhr

ab 26.09.2024, 24 Termine

Altes Rathaus, Raum 14

gebührenfrei

**Einzelveranstaltung**

**„Die Mitschuldigen“ Lustspiel von Johann Wolfgang Goethe**

Mit diesem Stück blicken wir in eine sehr frühe Entwicklungsphase Goethes. Hier lässt er uns augenzwinkernd in menschliche Abgründe blicken. Ort der Handlung ist ein Wirtshaus. Es treten auf: der Wirt, seine Tochter Sophie und ihr Ehemann Sölller, außerdem Alcest, ein vornehmer Gast, mit dem Sophie vor der Ehe ein Liebesverhältnis hatte. Nachts wird Alcests Geld gestohlen. Aus unterschiedlichen Gründen befanden sich in der Nacht alle Figuren in Alcests Zimmer. Es entwickelt sich eine Kette von gegenseitigen Beschuldigungen und Verdächtigungen.

● **Kurs 2214**

**Dudweiler Stadt-Theater**

Sa. 30.11.2024, 19:00 Uhr

Schlosskeller, Saarbrücker Schloss

EUR 14,00 (11,00)

**Vortrag**

**Jane Austen und Bridgerton – Tanz, Gesellschaft und die Kunst des Verheiratens**

„Zwischen tanzen und sich verlieben war nur noch ein kleiner, ein fast unvermeidlicher Schritt.“

Jane Austen, „Stolz und Vorurteil“

In unserem Bild über die Zeit des englischen Regency steht ein Thema immer im Fokus: Rauschende Bälle mit romantischen Tänzen. Anhand von Austens Romanen, die die subtile Dynamik und

Etikette einfangen, wie der Erfolgsserie „Bridgerton“ auf Netflix, die diese Zeit mit modernen Elementen verknüpft, wird uns dieses Bild vermittelt. Der Vortrag reflektiert sowohl die historische Realität als auch diese romantischen Vorstellungen und zeigt, warum die gerade in der heutigen Popkultur so relevant sind.

● **Kurs 2215**

**Michaela Mettel,**

**Dipl. Kulturwissenschaftlerin**

Fr. 29.11.2024, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 8,00

**Abendkurs**

**Tänze des englischen Regency**

„Es ist vielleicht möglich, ganz auf das Tanzen zu verzichten. [...] Aber wenn ein Anfang gemacht ist - wenn die Freuden der schnellen Bewegung einmal, wenn auch nur leicht, gefühlt worden sind - muss es ein sehr schweres Unterfangen sein, das nicht nach mehr verlangt.“  
Jane Austen, „Emma“

Es werden klassische Longways, Quadrillen und Cotillions getanzt – mit einer Einführung in die wichtigsten Tanzschritte der Zeit! Die Tänze sind für EinsteigerInnen wie auch für erfahrenere TänzerInnen geeignet. Um bequeme Kleidung und flaches, tanztaugliches Schuhwerk wird gebeten – nicht umsonst schätzte Jane Austen den Tanz als gutes Workout, um sich fit zu halten!

● **Kurs 2215A**

**Michaela Mettel,**

**Dipl. Kulturwissenschaftlerin**

ab 06.12. 2024, 10 Termine (06.12.,

13.12.2024, 10.01., 17.01., 24.01., 31.01.,

07.02., 14.02., 21.02., 07.03.2025)

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 75,00 (60,00)

**Dozentinnen und Dozenten**



**MICHAELA METTEL**  
**Kulturwissenschaftlerin**  
**und Tanzhistorikerin**

» Michaela Mettel ist studierte Kulturwissenschaftlerin/Tanzhistorikerin. Sie bildet sich aktuell als Gesundheitsmanagerin (DHfPG) weiter und arbeitet im Bereich Gesundheit und Prävention. Seit 2012 leitet sie Workshops für Historischen Tanz, in der letzten Zeit vor allem über den Hochschulsport und hat bereits mehrere themenspezifische Vorträge (international) und Unikurse als Dozentin gehalten. Nebenberuflich forscht sie im Rahmen ihrer Dissertation über Genderrollen in italienischen Tanztraktaten und engagiert sich im Verein bei Dance @ History e. V.

«

## **Chance to Dance**

Tanztheater

Tanzen! Improvisieren! Nette Menschen kennenlernen!  
Frei nach Musik bewegen, Tanztheater ausprobieren und zusammen  
ein Tanzstück aufführen. Das ist Chance to Dance!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ihr braucht nur Lust auf Bewegung und Musik.

NEU in diesem Jahr auch für Kinder von 6 bis 12 Jahre:

**Donnerstags, 16:00 bis 17:00 Uhr**

Für alle ab 13 Jahren

**Freitags, 18:30 bis 20:00 Uhr**

**Ort:** Mutanth Tanztheater im Movimento  
Dudweiler Landstraße 141, Saarbrücken  
Für Rollstuhlfahrer\*innen besonders geeignet!

Kontakt über: [Julia.Schmitt@mll-saar.de](mailto:Julia.Schmitt@mll-saar.de) / 0681/6879748



## **Theater, Theater**

Inklusiver Theaterworkshop für alle ab 10 Jahren

**Termine: 09.11., 16.11. und 23.11.24**

Wie in jedem Jahr gibt es ihn auch 2024 unseren Theaterworkshop. Ihr steht wieder auf der Bühne als Schatten oder als Darsteller im Schwarzlicht oder auf der Bühne. Wir verbinden wieder Musik und Theater, Licht und Schatten. Ihr gestaltet das Bühnenbild. Und dann: Bühne frei für eure Fans!

Und unser Thema in diesem Jahr? Das bestimmt ihr!

Wir gestalten ein buntes, spannendes und musikalisches Bühnenstück. Zur Aufführung könnt ihr wie immer eure Eltern und Freunde einladen.

**Ort:** Freiraum Saarbrücken  
Rollstuhlgerecht

**Kosten für 3 Tage:**

Eigenanteil:

Für Mitglieder: 60,00 €

Für Nicht-Mitglieder: 65,00 €

Kontakt über: [Julia.Schmitt@mll-saar.de](mailto:Julia.Schmitt@mll-saar.de) / 0681/6879748

## MUSIK, THEATER

**Abendkurs****Schauspielerei für Einsteiger & Fortgeschrittene, Einstieg in die Theaterpraxis**

Dieser Kurs bietet ihnen die Gelegenheit, ganz spielerisch die Welt der Schauspielerei kennenzulernen. Schlüpfen Sie in fremde Rollen und erproben Sie sich in der Entwicklung ungewöhnlicher Charaktere. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene: Hier kann jede/r etwas für sich und seine Bühnenperformance mitnehmen. Improvisation und Spiel fördern die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit. Die TeilnehmerInnen entdecken elementare Möglichkeiten, diese Spiele auch an andere Gruppen weiterzugeben. So eignet sich der Kurs nicht nur für neugierige Theaterliebhaber, sondern auch für Gruppenleiter oder Lehrer und natürlich für alle, die einfach mal Theaterluft schnuppern und selbst erleben wollen.

● **Kurs 2216**

**Sibille Sandmayer, Theaterpädagogin**

Mi. 19:00 – 19:30 Uhr  
ab 02.10.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 65,00 (50,00)

**Vortrag****Programmvorstellung: FREISTIL 24 – Das Festival der Freien Szene**

Schon zum dritten Mal findet das Festival der freien Szene im Saarland statt. Im Weltkulturerbe Völklinger Hütte zeigt sich vom 2. bis 13. Oktober die ganze Vielfalt darstellender Kunst: Theaterstücke, Stückentwicklungen, Tanz- und Klangperformances, Kindertheater, Konzerte, musikalische Improvisationen u.v.m. Bei diesem Termin stellen die MacherInnen des Festivals das Programm im Detail vor.

● **Kurs 2217**

**Mirka Borhardt/Julien Blondel**

Do. 26.09.2024, 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Theater kennt keine Grenzen.**

Neugierig auf Theater? Dann sind Sie hier richtig! Ob vor oder hinter der Bühne, ob in den Werkstätten oder bei Proben, ob im Ballettsaal oder in der Schneiderei: Unter Leitung von Dramaturgin Simone Kranz können Sie in den Kursen „Theater kennt keine Grenzen“ Einblicke in die Welt des Theaters bekommen. Gespräche mit Künstlern und Mitarbeitern der Sparten Ballett, Schauspiel- Oper und Konzert stehen ebenso auf dem Programm wie Probenbesuche. Natürlich darf auch ein Blick über die Grenze zu unserem französischen Nachbartheater nicht fehlen. Im Wintersemester wird es erstmals einen Vormittags- und einen Abend-Kurs geben. Die Anfangszeiten und Kursorte können wegen Probenbesuchen variieren – was jedoch rechtzeitig bekannt gegeben wird.

● **Kurs 2218A**

**Simone Kranz, Dramaturgin, Saarländisches Staatstheater**

Di. 11:00 – 12:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
Saarländisches Staatstheater, Treffpunkt am Bühneneingang (Pforte)  
EUR 60,00 (45,00, zzgl. Theaterkarten)

● **Kurs 2218B**

**Simone Kranz, Dramaturgin, Saarländisches Staatstheater**

Di. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
Saarländisches Staatstheater, Treffpunkt am Bühneneingang (Pforte)  
EUR 60,00 (45,00, zzgl. Theaterkarten)

**Dozentinnen und Dozenten**

Foto: @horkphoto

**SIMONE KRANZ**  
**Schauspiel dramaturgin am Saarländischen Staatstheater**

» Nach meinem Studium arbeitete ich als Dramaturgin u. a. am Düsseldorfer Schauspielhaus, am Theater Dortmund, am Schauspiel Köln und am Theater Oberhausen, bevor ich 2017 als Schauspiel dramaturgin ans Saarländische Staatstheater kam. In meinen Kursen bei der vhs führe ich die TeilnehmerInnen nicht nur hinter die Kulissen des Theaters, sondern ermögliche ihnen, u. a. auch auf Grund meiner Fortbildung zum Thema „Interkulturelles Projekt Management“, einen Blick über die Grenzen zu den französischen Nachbartheatern. «

**Junge vhs**

**Nix wie Kartentricks!**

✳ 6 bis 14 Jahre

Die Kinder lernen drei einfache aber sehr verblüffende Zaubertricks mit Spielkarten und bekommen jede Menge Tipps und Tricks vom Profi. Jedes Kind erhält sein eigenes Tarot-Kartenspiel. Deshalb ist vor Ort zusätzlich eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10 € zu entrichten. Wir bitten Sie außerdem, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.

● **Kurs 2219A**

**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Do. 17.10.2024, 10:00 - 14:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

EUR 18,00 (zzgl. Materialkosten EUR 10,00 pro Person)

**Junge vhs**

**Ich kann zaubern!**

✳ Zauberkurs für Kinder im Alter von 6 bis 14 Jahren

Vorhang auf für eine geballte Portion Magie! Dieser Kurs lässt die Kinder hinter die Kulissen eines Magier-Alltags blicken. Gemeinsam werden wir uns mit verschiedenen Zaubertricks beschäftigen. Jedes Kind erhält seinen eigenen Zauberkasten. Deshalb ist vor Ort zusätzlich eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10 € zu entrichten.

Wir bitten Sie außerdem, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.

● **Kurs 2219B**

**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Mo. 30.12.2024, 10:00 - 15:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 1 OG

EUR 20,00 (zzgl. Materialkosten EUR 10,00 pro Person)

**Bildung für Alle**

Inklusion ist uns bei der Volkshochschule ein Anliegen, das wir sehr ernst nehmen.

Das bedeutet konkret, dass wir jedem Menschen, egal ob er irgendwelche Einschränkungen hat oder nicht, grundsätzlich die Teilnahme an allen Veranstaltungen ermöglichen wollen. Falls es Hindernisse gibt, z. B. durch die bauliche Situation, sprechen Sie uns bitte an. Wir werden uns um eine inklusive Lösung bemühen.

Manche Menschen mit Mobilitätseinschränkungen planen ihre Freizeitaktivitäten gerne in der Gemeinschaft.

Für sie gibt es bei der vhs eine eigene Gruppe, die Sie auch willkommen heißt, wenn Sie gut zu Fuß sind. Selbstverständlich können Sie als NutzerIn eines Rollstuhls oder einer Gehhilfe unsere Veranstaltungen alleine oder mit Partner, Familie oder Freunden besuchen.

Wir freuen uns auf Sie.

**Konzert des Orgelrast e. V.**

**Fado und Folklore – Musik der Sehnsucht**

● **Kurs 2220A**

**Erich Keßler/Hildegard Keßler**

So. 22.09. 2024, 17:00 Uhr

Gemeindezentrum Knappenroth gebührenfrei

**Jubiläumskonzert des Orgelrast e. V. zur Vereinsgründung**

● **Kurs 2220B**

**Erich Keßler/Hildegard Keßler**

So. 24.11.2024, 17:00 Uhr

Gemeindezentrum Knappenroth gebührenfrei

● **Kurs 2220C**

**Erich Keßler/Hildegard Keßler**

So. 19.01.2025, 17:00 Uhr

Gemeindezentrum Knappenroth gebührenfrei

**Theaterbesuch**

**Theater im Viertel (TiV) im Gebäude**

**Alte Feuerwache,**

**Aktuelle Vorstellung: Lesung, Musikdarbietung oder Schauspiel**

● **Kurs 2220D**

**Hildegard Keßler/Erich Keßler**

So., 20. 10. 2024, 17:00 Uhr (rollstuhlgerechter Zugang) Treffen 16:20 Uhr

Theater im Viertel (TiV)

Ermäßigter Eintritt auch für Begleitperson

**Staatstheater, aktuelle Aufführung im Großen Haus**

● **Kurs 2220E**

**Erich Keßler/Hildegard Keßler**

So. 29.10.2023, 18:00 Uhr

Alte Feuerwache (barrierefreier Zugang)

Ermäßigter Eintritt auch für Begleitperson

Staatstheater, Saarbrücken Großes Haus gebührenfrei

**Beratung und Information**



**Thomas Roessler**  
 Hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter  
 Altes Rathaus, Zi. 31  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4322  
 Fax 0681 506-4390  
 thomas.roessler@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**



**Julia Decker**  
 Sachbearbeiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 2  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4317  
 Fax 0681 506-4399  
 julia.decker@rvsbr.de

**Film, Medien**

Saarbrücken ist eine Filmstadt mit vielen Traditionslinien. Wer kennt nicht Max Ophüls, den Namensgeber des Festivals für den deutschsprachigen Filmm Nachwuchs. Oder Wolfgang Staudte, der zum Beispiel 1946 „Die Mörder sind unter uns“ mit Hildegard Knef gedreht hat. Etwas weniger bekannt ist, dass Saarbrücken auch heute eine rege Szene der Filmproduktion hat. Insbesondere die Hochschule der Bildenden Künste Saar mit ihrer Filmklasse bringt immer wieder sehr originelle Spiel- und Dokumentarfilme in die Kinos.

Die Volkshochschule versteht sich als Förderer der regionalen cineastischen Aktivitäten. Filmfans können sich zum Beispiel der Wolfgang Staudte Gesellschaft anschließen, die an der vhs angesiedelt ist. Schülerinnen und Schüler können sich für die Jugendjury bewerben, die das Filmfestival Max Ophüls Preis zusammen mit der vhs Regionalverband Saarbrücken ausschreibt.

Medienkompetenz ist heute wichtiger denn je. Das gilt für NutzerInnen genauso wie für Menschen, die selbst produktiv werden wollen. Deshalb bieten wir in Kooperation mit der Landesmedienanstalt Saarland verschiedene Kurse für Medienpraxis und Medienpädagogik an. Ob Sie einen eigenen Podcast starten wollen oder ihre Pressearbeit ausbauen wollen, finden Sie hier ein passendes Angebot.



**FILM, MEDIEN**

Veranstaltungen in Kooperation mit der Landesmedienanstalt Saarland (LMS)

Für alle Kooperationsveranstaltungen mit der Landesmedienanstalt Saarland (LMS) ist eine Anmeldung direkt bei der LMS erforderlich: Fon 0681 38988-12 oder [www.LMSaar.de](http://www.LMSaar.de).

**Wochenendkurs****Professionelle Radio-, Hörspiel- und Podcast-Performance**

ModeratorInnen wollen locker daherkommen und authentisch wirken. Sie brauchen modulations- und schwingungsfähige Stimmen. NachrichtensprecherInnen hingegen transportieren Inhalte verständlich und stellen die eigene Meinung zurück. Stets gilt: reden wie ein Mensch mit einem Menschen. Im Hörspiel und Podcast geht es darum, eine Idee nur durch sprecherischen Ausdruck in eine lebendige, nachvollziehbare Situation zu verwandeln.

Im Seminar werden Sprachaufnahmen gemacht und gemeinsam analysiert. Die handwerklichen Grundlagen der Sprecherziehung werden geübt. „Lieblingstexte“ können vorab an [mkz@LMSaar.de](mailto:mkz@LMSaar.de) gemailt werden.

*Für alle, die auf professioneller Basis sprechen wollen oder bereits sprechen und an ihrem Ausdruck und ihrer Performance arbeiten wollen.*

**● Kurs 2224**

**Bettina Koch, SchauspielerIn, SprecherIn, KabarettistIn**

Sa. 16.11.2024, 10:00 – 17:00 Uhr  
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),  
66115 Saarbrücken  
EUR 50,00

**Wochenendkurs****Videoclips mit dem Smartphone produzieren**

Das Bewerbungsvideo für die eigene Internetseite, ein Interview auf Facebook, eine Produktpräsentation bei YouTube oder ein Urlaubsvideo bei Instagram: authentische und gleichzeitig professionelle Videoclips werden heutzutage in den verschiedensten Situationen benötigt. Dank ausgereifter Smartphones können hochwertige Clips günstig und ohne hohen Aufwand selbst produziert werden. Der Workshop zeigt in verständlichen Schritten, wie ein professioneller Videoclip mit dem Smartphone erstellt wird. Sie erfahren, welche Hardware für ein kontrolliertes Bild und einen perfekten Ton benötigt wird, worauf beim Bildaufbau und der Lichtsetzung geachtet werden muss und wie Schwenks und Effekte richtig eingesetzt werden. Auch geeignet für kleinere Unternehmen, Verbände und Vereine.

*Bitte eigenes Smartphone samt Ladekabel und/oder Powerbank zur Veranstaltung mitbringen!*

**● Kurs 2225**

**Jean M. Laffitau, Fotograf & Filmemacher, Inhaber photography & film schule Saarbrücken**

Sa. 16.11.2024, 10:00 – 17:00 Uhr  
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),  
66115 Saarbrücken  
EUR 50,00

**Workshop****How To Podcast: Mein erster Podcast**

Podcasts sind beliebter denn je. Fast jeder Radiosender bietet Beiträge zum Nachhören an, Zeitungen und Magazine ergänzen ihr Angebot durch Audio und Videobeiträge. Viele Unternehmen aber auch private Podcaster:innen produzieren eigenen Serien zu ausgewählten Themen. Ob Inter-

views, Ratgeber oder das Gespräch mit der besten Freundin, Jede und Jeder kann heute zum Produzenten oder zur Produzentin werden, auch Sie! Es wird nicht nur um die Themenfindung und den richtigen Aufbau eines Podcasts gehen, sondern auch um technische Grundlagen sowie geeignete Software und benötigtes Equipment.

**● Kurs 2226**

**Kevin Schneider, YouTuber und Hörspielproduzent**

Di. 29.10.2024, 16:00 – 20:00 Uhr  
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),  
66115 Saarbrücken  
EUR 20,00

**Seminar****Hilfe, Interview**

Medienanfragen kommen häufig unerwartet – bei aktuellen Ereignissen, politischen Entscheidungen oder Krisensituationen. Selten sind die Fragen angenehm; darauf kluge Antworten zu formulieren, ist eine Herausforderung. „Alles machbar“, sagt Klaus Dittrich (RADIO SALÜ), Medientrainer, Journalist und PR-Berater. Er kennt die Stolperfallen, die manche Karriere schlagartig beendet haben. In diesem Interviewtraining vermittelt er typische Vorgehensweisen und Reaktionsmöglichkeiten, um adäquat die Interessen der Medien bedienen zu können und die eigenen Interessen zu wahren. Grundlagen des Trainings sind Erkenntnisse aus der Kommunikations- und Marketingpsychologie sowie über 25 Jahre Medienerfahrung. Der Kurs wendet sich an alle, die regelmäßig Interviews geben oder Statements vor der Presse verkünden; PressesprecherInnen, (Kommunal-)PolitikerInnen, etc..

**● Kurs 2227**

**Klaus Dittrich, Journalist, Communication Consultant, Moderator, Lehrbeauftragter für Mediation und Konfliktmanagement**

Di. 19.11.2024, 16:00 – 20:00 Uhr  
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),  
66115 Saarbrücken  
EUR 30,00

### Seminar

#### Wie plane ich einen Imagefilm?

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte, ein Imagefilm kann in wenigen Minuten mehr über eine Einrichtung oder ein Unternehmen aussagen als ein mehrstündiger Vortrag. Durch Bilder, Sprache, Musik und das Arrangement dieser unterschiedlichen Medien lassen sich gezielt Inhalte, Emotionen und die eigenen Überzeugungen transportieren. Ob das Unternehmen neuen MitarbeiterInnen präsentiert werden soll oder ob man neue KundInnen durch eine Produktpräsentation gewinnen möchte, ein Imagefilm bietet in vielen Bereichen wertvolle Hilfestellungen für Betriebe, Unternehmen und öffentliche Einrichtungen. Die Veranstaltung zeigt anhand von Beispielen, wie ein guter Imagefilm aussieht und verrät, welchen Umfang eine Produktion haben sollte und welche Feinheiten es im Vorfeld zu beachten gibt. Der Kurs wendet sich an VertreterInnen von Verbänden, Vereinen, öffentlichen Einrichtungen und Unternehmen, sowie an (angehende) MediengestalterInnen JournalistInnen und engagierte HobbyfilmerInnen.

#### ● Kurs 2228

#### Michael Därnbächer, Videojournalist

Sa. 30.11.2024, 10:00 – 17:00 Uhr  
LMS, Nell-Breuning-Allee 6 (Eingang Nr. 5),  
66115 Saarbrücken  
EUR 50,00

### Workshop

#### Pressearbeit für Vereine und Ehrenamtliche

Für Vereine und Ehrenamtliche ist es immens wichtig, eine breite Öffentlich-

keit über die eigenen Tätigkeiten und Belange zu informieren. Ob klassische Tageszeitung, Radio, TV oder Internet: Wer seine Zielgruppe erfolgreich anspricht, hat viel bessere Chancen, seine Arbeit zum Erfolg zu führen. Schließlich sollen Veranstaltungsankündigungen, Positionen und Aufrufe zur Unterstützung auch gehört werden! Im Seminar werden die Grundlagen der Pressearbeit erklärt, von der Ansprache der MedienvertreterInnen über die richtige Aufbereitung der Inhalte für verschiedene Formate bis hin zum Aufbau eigener Verbreitungs Kanäle über die sozialen Medien.

#### ● Kurs 1890

**Meike Stein, M.A. Medienwissenschaft, ausgebildete Rundfunk- und Fernsehjournalistin (ARD), Panel-Mitglied Papierstau Podcast**

### FILMVORTRÄGE, FILMREIHEN

In Kooperation mit dem Kino achteinhalb

#### Filmreihe Neue Polnische Filme

Die Reihe wird vom 7. 10. bis 11. 12. mit sieben neuen Produktionen im Kino achteinhalb präsentiert. Zu einigen Vorführungen werden Beteiligte aus Polen erwartet. Termine und Titel unter: [www.kinoachteinhalb.de](http://www.kinoachteinhalb.de)

In Kooperation mit dem Kino achteinhalb und der Synagogengemeinde Saar

#### Jüdische Filmtage 2024

Die jüdischen Filmtage laufen von 12. bis 19. November. Das Kino achteinhalb präsentiert sieben Filme. Termine und Titel unter [www.kinoachteinhalb.de](http://www.kinoachteinhalb.de)

### Dozentinnen und Dozenten



#### MEIKE STEIN

Medienwissenschaftlerin und Journalistin

[www.papierstauodcast.de](http://www.papierstauodcast.de)

»» *Wie wir die Welt wahrnehmen, wird maßgeblich durch unseren Medienkonsum geprägt. Deshalb ist es wichtig zu wissen, wie Medieninhalte produziert werden. Welche Themen finden statt, wie werden sie umgesetzt? Als Dozentin der vhs möchte ich mein Wissen teilen, das ich als Nachrichtenjournalistin und Literaturkritikerin in den Bereichen Print, TV, Radio und online erworben habe. Außerdem sollen TeilnehmerInnen sich selbst ausprobieren – learning by doing.* ««

**In Kooperation mit dem Kino achteinhalb und dem Historischen Museum Saar im Rahmen des Begleitprogramms zur gleichnamigen Ausstellung**

**Filmreihe ILLEGAL**

Die orts- und zeitverbundenen Kunstformen Street Art und Graffiti lassen sich besonders gut filmisch einfangen. Begleitend zur Ausstellung im Historischen Museum Saar zeigt das Kino achteinhalb sechs Filme, um beiden Schwerpunkten der Ausstellung gerecht zu werden. Karten an der Kinokasse

● **Kurs 2351A**

Wild Style, USA 1983,  
Regie Charlie Ahearn, OmU  
Einführung: PD Dr. Ulrich Blanché  
Fr. 11.10. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2351B**

Double Feature zur Pochoir-Bewegung – französische Schablonen-Graffiti in den 1980er Jahren. Einführung: Dr. Christine Hübner, Universität Leipzig  
Fr. 18.10. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2351C**

Stencil Stories – eine Street Art Geschichte des Stencil Graffiti, D 2023, Regie Ulrich Blanché, Einführung: PD Dr. Ulrich Blanché, Universität Heidelberg  
Fr. 25.10. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2351D**

Style wars, USA 1983, Regie Henry Chalfant, Tony Silver, OmU  
Einführung: Robert Kaltenhäuser, Kurator und Publizist  
Fr. 08.11. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2351E**

Harald Naegeli – der Sprayer von Zürich, Ch/D 2021, Regie Natalie David

Einführung: KP Flügel, Stiftung Wissensart  
Fr. 15.11. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2351F**

Eiffe for President – alle Ampeln auf gelb, D 1995, Regie Christian Bau  
Einführung: KP Flügel, Stiftung Wissensart  
Filmgespräch: Christian Bau, Regisseur  
Fr. 29.11. 2024, 20:00 Uhr

**Im Rahmen des Themenmonats Korea und in Kooperation mit der deutsch-koreanischen Gesellschaft**

**Filme der Regisseurin Sung-Hyung Cho**

Sung-Hyung Cho wurde bekannt durch ihren Dokumentarfilm „Full Metal Village“ über das Wacken-Open-Air-Festival. Sie ist Professorin für Künstlerischen Film/ Bewegtbild an der HBKsaar. Die Regisseurin wird ihre Filme vorstellen und nach der Projektion mit dem Publikum darüber sprechen.

Karten an der Kinokasse.

● **Kurs 2258**

Endstation der Sehnsüchte, D 2009  
Mi. 06.11. 2024, 20:00 Uhr

● **Kurs 2259**

„Verliebt, Verlobt, Verloren“, D 2016  
Mi. 20.11. 2024, 20:00 Uhr

**FILMGESELLSCHAFTEN/  
FILMFESTIVALS**

**Wolfgang Staudte Gesellschaft e. V.**

Die Wolfgang Staudte Gesellschaft e.V. widmet sich dem Vermächtnis des deutschen Filmemachers Wolfgang Staudte, der in Saarbrücken geboren wurde. Dazu gehört die Sicherung des Archivs von Wolfgang Staudte, aber auch die Weiterführung von Wolfgang Staudtes Filmidee. Staudte hat mit seinen Filmen

ein Zeichen für politische Stellungnahmen und Engagement gesetzt. Die Gesellschaft erarbeitet ein Programm, das den ideellen Hintergrund von Wolfgang Staudtes Filmen weiterführt. Die Treffen finden an der vhs Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus am Schlossplatz statt. Informationen und Termine: Uschi Schmidt-Lenhard, 1. Vorsitzende, Fon 0681 816253.

● **Kurs 2260**

**Uschi Schmidt-Lenhard/  
Wolfgang Staudte Gesellschaft**

Mi. 12:00 – 13:30 Uhr  
ab 25.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bei Uschi Schmidt-Lenhard unter 0681 816253.*

**Jugendjury des Filmfestivals**

**Max Ophüls Preis**

Für das Filmfestival Max Ophüls Preis vom 20. bis 26. Januar 2025 loben die vhs Regionalverband Saarbrücken und das Filmfestival Max Ophüls Preis erneut eine deutsch-französische Jugendjury aus. Die Jurymitglieder sollten mindestens 16 Jahre alt sein, eine Schule im Saarland oder in Lothringen besuchen und für die Zeit des Festivals vom Unterricht freigestellt sein. Die Bewerbungsfrist läuft bis zum 10.11. 2024. Bewerbungen und Infos: Thomas Roessler, vhs Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken, Fon 0681 506-4322, E-Mail: thomas.roessler@rvsbr.de oder Filmfestival Max Ophüls Preis, Europaallee 22, 66113 Saarbrücken, Fon +49 (0) 681 90689-23, E-Mail: programm-kurz@ffmop.de

## Beratung und Information



**Dr. Kristina Betz**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 31  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4321  
Fax 0681 506-4390  
kristina.betz@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Mechthild Speicher**  
Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 1  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4316  
Fax 0681 506-4399  
mechthild.speicher@rvsbr.de

## Kunstgeschichte, Bildende Kunst

*Sich mit einem Kunstwerk auseinanderzusetzen, ist zunächst ein intimer Vorgang; dabei spielt es keine Rolle, ob man als Künstlerin vor seinem halb fertigen Bild steht oder als MuseumsbesucherIn vor einer meisterlichen Schöpfung. Das Kunstwerk wird Empfindungen, Assoziationen oder Erinnerungen auslösen, es wird als schön oder hässlich, als gelungen oder misslungen wahrgenommen. Das „innere Gespräch“ zu verlassen, sich mit anderen BetrachterInnen über persönliche Eindrücke auszutauschen, verlangt einigen Mut. Es gelingt leichter in einer vertrauten Gruppe und mit ein wenig Übung. Eigene Gedanken mit Hintergrundinformationen abzugleichen und zu ergänzen, wird helfen, sich noch intensiver auf ein Kunstwerk einzulassen.*

*Darum geht es uns bei unseren Veranstaltungen zur Bildenden Kunst. Bei Vorträgen und Ausstellungsführungen wollen wir mehr bieten als Faktenvermittlung; wir betrachten Kunstwerke nicht bloß als Objekte aus „Öl auf Leinwand“ oder „Bleistift auf Büttelpapier“, sondern auch als gedankliche Konstrukte, die erst in unseren Reaktionen vollständig lebendig werden können. In den praktischen Kunstkursen führen wir diesen Gedanken weiter. Nicht nur der technische Umgang mit den Materialien soll hier vermittelt werden. Wir wollen die individuelle Entwicklung der Teilnehmenden auch dem konstruktiv-kritischen Gespräch im geschützten Raum der Ateliergruppen anvertrauen.*



## KUNSTGESCHICHTE

### Ausstellungsführungen und Kunstfahrten

#### Kunstgespräche

Neuere und aktuelle Kunst in der Modernen Galerie und anderswo.

In den Kunstgesprächen geht es um einen freien Austausch über aktuelle Kunst.

Gibt es irgendwie Alles und wo ist dann das Neue? Spontanes Wahrnehmen und nachforschendes Fragen könnten daher im Mittelpunkt stehen.

Museumseintritte sind vor Ort zu zahlen.

#### ● Kurs 2303

*Prof. Dr. Till Neu*

Di. 04.02.2025, 16:00 – 17:00 Uhr

Saarlandmuseum, Moderne Galerie, Foyer  
EUR 8,00 (zzgl. Museumseintritt)

#### ● Kurs 2303A

*Prof. Dr. Till Neu*

Di. 11.02.2025, 16:00 – 17:00 Uhr

Saarlandmuseum, Moderne Galerie, Foyer  
EUR 8,00 (zzgl. Museumseintritt)

#### ● Kurs 2303B

*Prof. Dr. Till Neu*

Di. 18.02.2025, 16:00 – 17:00 Uhr

Der Ort wird noch bekannt gegeben  
EUR 8,00 (zzgl. eventueller Museumseintritt)

#### ● Kurs 2303C

*Prof. Dr. Till Neu*

Di. 25.02.2025, 16:00 – 17:00 Uhr

Der Ort wird noch bekannt gegeben  
EUR 8,00 (zzgl. eventueller Museumseintritt)

In Kooperation mit der Evangelischen Akademie im Saarland und der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim

#### Architekturführung

#### Die Bischmisheimer Kirche von Karl Friedrich Schinkel

2024 wird das Bischmisheimer Wahrzeichen, die berühmte evangelische Schinkelkirche, 200 Jahre alt. „Keine Maskerade – das Nothwendige der Construction schön gestalten“, so formulierte Karl Friedrich Schinkel den Grundsatz seiner Baukunst. Schinkel, geboren 1781 in Neuruppin und gestorben 1841 in Berlin, war Architekt in preußischen Diensten und stieg bis zum Baumeister des preußischen Königs auf. Seiner von ihm entworfenen und 1822-1824 erbauten Kirche in Bischmisheim hat er eine spektakuläre Achteckform mit einer umlaufenden Empore im Innern gegeben. Altar, Kanzel und Orgel bilden eine Achse, um die sich die Gemeinde in dichter, aber keineswegs enger Form versammelt. Noch heute verkörpert die Kirche die Vorstellungen, welche der größte preußische Baumeister des 19. Jahrhunderts von einer evangelischen Dorfkirche hatte. Die Schinkelkirche gilt heute als ein Meisterwerk des Klassizismus und als „der“ Idealbau einer evangelischen Dorfkirche.

#### ● Kurs 2304

*Delf Slotta, Vorsitzender des Stiftungsrates  
der Stiftung Schinkelkirche Bischmisheim*

Di. 01.10.2024, 17:30 Uhr

Evangelische Kirche, Kirchstr. 1a,  
66132 Bischmisheim

Der Eintritt ist frei. Eine Spende zur Förderung der Stiftungsarbeit wird erbeten.

*Voranmeldung ist nicht erforderlich.*

#### Tagesfahrt

#### Kunststadt Frankfurt Große Ausstellung „Fantasie und Leidenschaft – Carracci bis Bernini“

Das Städel Museum zeigt Meisterzeichnungen des Barock, die durch ihre schwungvolle Linienführung, ihr dramatisches Licht-Schatten-Spiel und ihre Ausdruckskraft überzeugen. Bei den mit Feder und Pinsel, schwarzer Kreide oder Rötelstift ausgeführten Arbeiten handelt es sich um Skizzen, Vorstudien oder präzise ausgeführte, vollendete Werke. Die Blätter machen deutlich, dass das Zeichnen für die großen Meister des Barock ganz unterschiedliche Funktionen erfüllen konnte. Sie spiegeln Vorstellungswelten und Denkprozesse ihrer Schöpfer ebenso wie den Zeitgeist der Epoche.

Nach dem Ausstellungsbesuch bleibt Zeit, „auf eigene Faust“ durch Frankfurt zu bummeln.

#### ● Kurs 2306

*Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler*

Sa. 09.11.2024, 08:00 – 20:30 Uhr

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer,  
Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer,  
Saarbrücken aus Frankfurt

EUR 48,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

*Anmeldung erforderlich bis 01.10.2024*

**Tagesfahrt****Henri-Matisse-Retrospektive in der Fondation Beyeler, Basel**

Matisse, der die Befreiung der Farbe vom Motiv vorangebracht hat, zählt zu den bedeutendsten KünstlerInnen der Moderne. Die Fondation Beyeler zeigt über 70 seiner Hauptwerke aus großen europäischen und US-amerikanischen Museen. Basierend auf Charles Baudelaires Gedicht „Einladung zur Reise“, ist die Ausstellung als Reise durch das Leben von Matisse gestaltet, das ebenfalls durch zahlreiche Reisen geprägt war. Die Begegnung mit den Kulturen und der Natur fremder Länder inspirierte Matisse immer wieder. Seine Leichtigkeit wiederum sollte nachfolgende Künstlergenerationen inspirieren.

● **Kurs 2306A**

**Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler/  
Thomas Roessler, hauptamtlicher  
pädagogischer Mitarbeiter der vhs**

Sa. 07.12.2024, 07:00 – 21:00 Uhr

Abfahrt: 07:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: 21:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken aus Basel

EUR 55,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung erforderlich bis 30.10.2024

**Tagesfahrt****„Die Neue Sachlichkeit“ in der Kunsthalle Mannheim**

1925 konzipierte der damalige Direktor der Mannheimer Kunsthalle, Gustav F. Hartlaub eine legendäre Ausstellung, deren Titel „Neue Sachlichkeit“ später zum Gattungsbegriff für den kulturellen Aufbruch in Deutschland nach dem Ersten Weltkrieg werden sollte. Positionen der „Neuen Sachlichkeit“, rational und jedes Pathos vermeidend, waren auch in Literatur und Architektur vertreten. Die Jubiläumsschau wird die damalige Ausstellung nachvollziehen und würdigen. Sie wird sie gleichzeitig kritisch hinterfragen und um einige Positionen, wie z. B. die von Künstlerinnen ergänzen. Nach dem Ausstellungsbesuch wird Zeit bleiben „auf eigene Faust“ durch Mannheim zu bummeln.

● **Kurs 2306B**

**Fred Weber, Kunstpädagoge, Künstler/  
Thomas Roessler, hauptamtlicher  
pädagogischer Mitarbeiter der vhs**

Sa. 22.02.2025, 08:00 – 20:30 Uhr

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken aus Mannheim

EUR 42,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung erforderlich bis 15.01.2025

**SAARBRÜCKER KUNSTFAHRTEN**

Unter der Leitung des Kunsterziehers und Künstlers Fred Weber

» Mit dieser Reihe bietet die vhs in jedem Semester Exkursionen zu Ausstellungen bekannter europäischer Museen an. Die vhs plant für Anfang Juli eine Kunstreise nach Köln zur großen Ausstellung „Paris 1874: Revolution in der Kunst. Vom Salon zum Impressionismus“. Die Exkursionsleitung hat Fred Weber inne. InteressentInnen können sich vorab informieren und vormerken lassen.

*AnsprechpartnerIn sind*

Dr. Kristina Betz (0681 506-4321

oder kristina.betz@rvsbr.de)

und Mechthild Speicher

(0681 506-4316 oder

mechthild.speicher@rvsbr.de). «



## Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

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

### Tagesfahrt

#### „Early Works“ von Martin Parr im Fotografie Forum Frankfurt

Das Fotografie Forum Frankfurt, FFF, ist ein bedeutendes Europäisches Zentrum für Fotografie, das sich einer umfassenden Betrachtung aller Anwendungen der Fotografie verschrieben hat. Mit Martin Parr zeigt das Haus einen der bekanntesten lebenden britischen Fotografen. Parr ist Mitglied der legendären Fotoagentur MAGNUM. Bekannt wurde er als Chronist des modernen Lebens in der englischen Provinz. Anthropologische Neugier, Empathie und geduldige Beobachtung zeichnen seine Arbeitsweise aus. Mit Gespür für den entscheidenden Moment und britischem Humor hält er uns Zeitgenossen den Spiegel vor. Ein weich streuender Aufsteckblitz und stark gesättigte Farben markieren den typischen Stil Parrs. Seine Ausstellung „Early works“ zeigt bisher weitgehend unveröffentlichte Schwarzweiß-Bilder, die zwischen 1970 und 1984 hauptsächlich im Norden Englands und in Nordirland aufgenommen wurden.

#### • Kurs 2533

##### Thomas Roessler, Fotograf, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs

Sa. 09.11.2024, 08:00 – 20:30 Uhr  
Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken  
Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken aus Frankfurt  
EUR 48,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)  
Anmeldung bis spätestens 10. Oktober 2024

### Ausstellungsführung

#### Sonderausstellung „voir/le temps/en couleurs“ im Centre Pompidou, Metz

Die Ausstellung „voir/le temps/en couleurs“. (sehen/die Zeit/in Farben)

beschäftigt sich mit den Herausforderungen für das Medium der Fotografie. Sie skizziert einen Blick auf die Geschichte der Fotografie, und hinterfragt die Natur dieses Mediums angesichts der Digitalisierung. Sam Stourdzé, der Ausstellungskurator, geht bei seiner Betrachtung von der „Herausforderung der Künste“ durch die Reproduktionsmöglichkeiten der analogen Fotografie aus und zeichnet die künstlerischen Entwicklungen im fotografischen Medium als Reaktionen auf die technologischen Revolutionen bis zur KI nach.

#### • Kurs 2532

##### Thomas Roessler, Fotograf, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs

Sa. 26.10.2024, 10:00 – 11:00 Uhr  
Centre Pompidou, Metz  
EUR 12,00 (incl. Führung zzgl. Eintritt u. evtl. Gastronomie)

*Wir bekommen eine Führung durch eine/n MitarbeiterIn des Centre Pompidou in deutscher Sprache.*

*Eigene Anreise.*

*Anmeldung erforderlich bis 01.10. 2024*

### Stadtteilrundgang

#### Kunst auf dem Campus der Universität Saarbrücken

Die Universität des Saarlandes beherbergt auf ihrem Campus in Saarbrücken viele außergewöhnliche Kunstwerke, die von renommierten KünstlerInnen gestaltet wurden. Diese Kunstwerke und Installationen haben sowohl auf regionaler Ebene als auch international Beachtung gefunden: Ein wahrer Schatz, der sich jedoch zum Teil in verschiedenen Bauwerken des Campus versteckt. Wer die Kunstwerke entdeckt, wird bei näherem Hinsehen spüren, dass sie sich auf unterschiedlichste Art und Weise mit der Architektur, mit dem Forschungsauftrag und den

## KUNSTGESCHICHTE, BILDENDE KUNST

Werten des wissenschaftlichen Denkens auseinandersetzen. Die vhs Regionalverband Saarbrücken lädt zu zwei Streifzügen ein, bei denen jeweils eine Auswahl der Kunstwerke vorgestellt wird.

● **Kurs 2307**

**Peter Michael Lupp, Kulturreferent  
Regionalverband Saarbrücken**

Di. 03.12.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Treffpunkt vor dem Haupteingang  
der Universität  
EUR 8,00

● **Kurs 2307A**

**Peter Michael Lupp, Kulturreferent  
Regionalverband Saarbrücken**

Fr. 07.02.2025, 17:00 – 18:30 Uhr  
Treffpunkt vor dem Haupteingang der  
Universität  
EUR 8,00

**Ausstellungsführung**

**Illegal. Street Art Graffiti 1960 – 1995**

Das Historische Museum zeigt noch bis zum 23. Februar 2025 bahnbrechende Werke aus den Anfängen amerikanischer und europäischer Street Art- und Graffiti-Geschichte. Dabei wird ein Fokus auf frühe, illegale Werke gesetzt, welche ohne kommerzielle Absicht für ein Publikum auf der Straße geschaffen wurden. Die Schau beginnt mit dokumentarischen Graffiti-Aufnahmen des französischen Fotografen Brassäi, die erstmals 1960 ausgestellt wurden und endet im Jahr 1995, als erste Werke Banksys in England auftauchen.

● **Kurs 2307B**

**Historisches Museum Saar,  
Regionalverband**

Mi. 22.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Historisches Museum Saar  
EUR 8,00

**Für Menschen mit oder ohne  
eingeschränkter Mobilität  
Ausstellungsführung**

**Museum für  
Vor- und Frühgeschichte**

Aktuelle Ausstellung mit Führung

● **Kurs 2310**

**Erich Keßler/Hildegard Keßler**

So. 05.01.2025, 15:00 Uhr Führung in Französisch, 16:00 Uhr Führung in Deutsch  
Treffpunkt: Schlossplatz Saarbrücken (vor vhs-Zentrum, rollstuhlgerechter Zugang)  
Museum für Vor- und Frühgeschichte  
Erster Sonntag im Monat: Eintritt frei  
(Führung EUR 5,00)

*Anmeldung erforderlich bis 21.12.2024*

**In Kooperation mit der Tourist Info  
Saarbrücker Schloss**

**Führung**

**Das Böhme'sche Schloss**

Kunsthistorikerin Nicole Baronsky-Ottmann führt auf den Spuren des Architekten Gottfried Böhm durch den KulturOrt Saarbrücker Schloss. Die Führung findet in den ungeraden Monaten jeweils am ersten Samstag statt.

Das Saarbrücker Schloss ist ein Bauwerk mit einer besonderen Geschichte. Schon der erste Blick verrät, dass Barock und Moderne sich in der Architektur nicht ausschließen müssen. Insbesondere die Kühnheit der Entwürfe des Kölner Architekten Gottfried Böhm verlangt nach einer näheren Betrachtung. Entdecken Sie Böhms Interpretation des Barock und ihre städtebauliche Bedeutung neu.

*Treffpunkt ist im Foyer des Saarbrücker Schlosses. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, werden alle Interessierten darum gebeten, sich vorab in der Tourist Info anzumelden: Fon.: Tel.: 0681 506-6006, E-Mail: touristinfo@rvsbr.de*

● **Kurs 2313**

**Nicole Baronsky-Ottmann,  
M.A. Kunsthistorikerin**

Sa. 02.11.2024, 11:00 Uhr  
Treffpunkt Foyer Schloss  
gebührenfrei

● **Kurs 2313A**

**Nicole Baronsky-Ottmann,  
M.A. Kunsthistorikerin**

Sa. 04.01.2025, 11:00 Uhr  
Treffpunkt Foyer Schloss  
gebührenfrei

● **Kurs 2313B**

**Nicole Baronsky-Ottmann,  
M.A. Kunsthistorikerin**

Sa. 08.03.2025, 11:00 Uhr  
Treffpunkt Foyer Schloss  
gebührenfrei

**Vorträge**



**Vortrag**

**Die Nacht in der Malerei**

„Die Nacht malen“, so lautete der Titel einer Ausstellung im Metzger Centre Pompidou vor einigen Jahren. Das Thema hat seit dem nichts von seiner Faszination verloren und so wirft auch diese Veranstaltung einen kurzweiligen Blick auf die Kunstgeschichte der Nacht. Seit wann gibt es überhaupt Nachtstücke in der Malerei? Wie veränderte die Nachtbeleuchtung den Blick auf die Welt der Nacht und wie gestalten Künstler sie heute?

*Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 19.09.2024 erforderlich.*

● **Kurs 2320**

**Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Mi. 25.09.2024, 19:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
EUR 8,00

*Anmeldung für Online-Teilnahme bis spätestens 19.09.2024*



**Vortrag**

**Ägypten und seine Nachbarn von Amarna bis zu Ramses II. – Zur Ausstellung: „Ramses und das Gold der Pharaonen“ in Köln**

Ab dem 13. 07. 2024 präsentiert das Odysseum in Köln die Ausstellung „Ramses und das Gold der Pharaonen“. Zur Zeit Ramses II. gehörte Ägypten bereits seit mehreren Generationen zu den beherrschenden politischen Mächten des östlichen Mittelmeerraumes. Dies brachte kriegerische Auseinandersetzungen, aber auch diplomatische und wirtschaftliche Beziehungen zu den Nachbarstaaten mit sich. Der Vortrag wird einen Überblick über die internationalen Beziehungen Ägyptens von der Zeit des „Ketzerpharaos“ Echnaton bis zu Ramses II. geben. *Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen.*

*Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 04.10.2024 erforderlich.*

● **Kurs 2321**

**Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Mi. 09.10.2024, 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 8,00



**Vortrag**

**Tanz in der Antike**

Musik kann man hören – man kann sie aber auch auf andere Weise aufnehmen, zum Beispiel, indem man sich zu ihrem Klang bewegt oder diesen Bewegungen zusieht. Wenn sich Musik bis in die Frühzeit der Menschheit zurückverfolgen lässt, wie steht es dann mit dem Tanz? Hier können wir nicht mit Originalfunden rechnen, wohl aber die Aussagen von Bildwerken oder schriftlichen Aufzeichnungen auswerten. So wird es gelingen, einen Überblick über die Anfänge des Tanzes und seine Bedeutung für die antiken Kulturen zu geben. *Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 31.10.2024 erforderlich.*

● **Kurs 2323**

**Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Mi. 06.11.2024, 19:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
EUR 8,00



**Vortrag**

**Max Beckmann**

Die Werke des 1884 in Leipzig geborenen Künstlers gehören zu den spannendsten der Kunstgeschichte des 20. Jahrhunderts, und das, obwohl (oder weil?) viel Rätselhaftes in ihnen liegt, man denke nur an die großartige „Messingstadt“ in der Modernen Galerie! Der Vortrag zeichnet die Entwicklung Beckmanns bis zu seinem Tod in New York City 1950 nach und setzt dabei Schwerpunkte auf ausgewählte Hauptwerke jeder Schaffensepoche. *Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertra-*

*gen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 14.11.2024 erforderlich.*

● **Kurs 2324**

**Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Mi. 20.11.2024, 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 8,00



**Vortrag**

**Minotaurus in Mythologie und Kunst – von der Antike bis zu Pablo Picasso**

In der griechischen Mythologie war der Minotaurus ein Mischwesen aus Mensch und Stier und ein hochgefährliches Monster. Daher wurde er in ein Labyrinth gesperrt und erhielt regelmäßige Menschenopfer. Für Picasso war dieses Wesen vor allem in den dreißiger und vierziger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts ein wichtiges Thema, wobei dieses allerdings nicht immer bedrohlich erschien. *Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 21.11.2024 erforderlich.*

● **Kurs 2325**

**Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Mi. 27.11.2024, 19:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
EUR 8,00

## KUNSTGESCHICHTE, BILDENDE KUNST

**Vortrag****Notre-Dame de Paris**

Nach dem Brand der Pariser Kathedrale Notre-Dame und den Bemühungen um eine rasche Wiederherstellung will dieser Vortrag so überschaubar wie möglich die Besonderheiten des Gebäudes herausarbeiten. Dazu werfen wir einen Blick auf die Bauphasen seit Baubeginn 1163, die Turmfassade kommt ab 1200 hinzu, gefolgt von den Umbauten des 13. und 14. Jahrhunderts, einer Barockisierung und schließlich von der Restaurierung unter Viollet-le-Duc 1845-67, die erst einen „Spitzturm“ aufsetzte. Wie ist demgegenüber die Wirkung dieser Architektur zu beschreiben, und was erklärt ihre symbolische Strahlkraft?

*Der Vortrag wird gleichzeitig auch im Online-Format in die vhs-cloud übertragen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob die Teilnahme in Präsenz oder online erfolgt. Für die Online-Teilnahme ist eine Anmeldung bis spätestens 23.01.2025 erforderlich.*

● **Kurs 2326****Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Mi. 29.01.2025, 19:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
EUR 8,00

*Eine Veranstaltung aus der Reihe  
vhs.wissen live*

**Online-Kurs****Stonehenge:****Archäologie, Geschichte, Mythos**

Stonehenge gehört zu den bekanntesten und zugleich rätselhaftesten Denkmälern der europäischen Vorgeschichte. Seine Anfänge reichen ins 3. Jahrtausend v. Chr. zurück. Ähnlich wie die großen Pyramiden von Gizeh ist Stonehenge zum Sinnbild einer Kultur und einer Epoche geworden und, ähnlich wie die Pyramiden

von Gizeh, gab und gibt auch Stonehenge Anlass zu zahllosen Mutmaßungen, Theorien und Spekulationen. In seinem Vortrag wird Bernhard Maier über Stonehenge, seine Erbauer, seine Geheimnisse und seine Rezeption sprechen.

● **Kurs 2330****Prof. Dr. Bernhard Maier,  
Universität Tübingen**

Mi. 25.09.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online, gebührenfrei

*Eine Veranstaltung aus der Reihe  
vhs.wissen live*

**Online-Kurs****Die Hirsche von Lascaux und die  
Wiedergeburtmythologie der  
Höhlenmalerei**

Anhand von 100 Abbildungen werden die Gravuren und Gemälde von Lascaux vorgestellt. Dabei geht es zunächst um die bildarchitektonische Aufteilung der Höhle und die symbolische Funktion der einzelnen Räume. Eine zentrale Bedeutung kommt den Wiedergeburten von Getöten – Tieren und Menschen – zu. Diesen gelten die Zeremonien der beiden Magier, deren Kulthandlungen und Visionsreisen durch das Reich der Totengeister auf den Bildern zu sehen sind. Ein besonderes Augenmerk gilt den Hirsch-Mythen der 88 Hirschartstellungen. Jeder Raum beinhaltet eine zentrale Hirsch-Szene. Miteinander verbunden stellen sie eine Erzählung dar. Am Beispiel von Lascaux können die animistischen Glaubensvorstellungen der Steinzeit nachvollzogen werden.

● **Kurs 2331****Dr. Constantin Rauer, Philosoph,  
Religions- und Kulturwissenschaftler**

Mi. 13.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online, gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten****ARMIN ROHR**

*Freier Maler und Dozent  
für Zeichnen und Malen*

» Die meisten Menschen haben in ihrer Kindheit gemalt und gezeichnet. Wenn Stifte und Papier in der Nähe sind, gibt es kaum ein Kind, das nicht automatisch danach greift und beginnt, auf einem Blatt Papier seine Spuren zu hinterlassen. Nur wenige Menschen aber bleiben in späteren Jahren dabei. Ich möchte in meinen Kursen die Freude an der Malerei und am Zeichnen sowie die Selbstverständlichkeit und auch die Leichtigkeit, mit denen wir als Kinder diesen Tätigkeiten nachgegangen sind, wieder wachrufen. Es geht hier überhaupt nicht um Talent oder Perfektion – wesentlich sind Freude und Lust am Entdecken und Gestalten mit Papier, Leinwand und Farbe. «

In Kooperation mit der Alten Pinakothek, München

*Eine Veranstaltung aus der Reihe vhs.wissen live*

 **Online-Kurs**

### Im Detail die ganze Welt: Werke von Jan Brueghel der Ältere in der Alten Pinakothek

Weite Landschaften, opulente Blumenarrangements, Tiere, Menschen, Stadt und Land – es gibt kaum ein Thema, das Jan Brueghel nicht aufgegriffen hätte. 1568 als Sohn von Pieter Bruegel dem Älteren geboren, folgte er diesem früh in die künstlerische Laufbahn. Mit Nachschöpfungen nach Vorlagen seines Vaters knüpfte er an die Familientradition an, löste sich jedoch sehr bald von seinem Vorbild und setzte eigene Akzente. Nur wenige Pinselstriche genügen ihm, sein Motiv festzuhalten. Für die „Madonna im Blumenkranz“, der ab Sommer eine Ausstellung in der Alten Pinakothek gewidmet ist, arbeitete er mit Peter Paul Rubens zusammen – eine Kooperation auf Augenhöhe, wie die Präsentation zeigt. Die Bayerischen Staatsgemäldesammlungen verfügen über den umfassendsten Bestand von Werken Jan Brueghels d. Ä. weltweit. Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

● **Kurs 2332**

**Dr. Mirjam Neumeister**

Do. 12.12.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
online  
gebührenfrei

In Kooperation mit Papierstau Podcast

### Workshop Unabhängig bloggen und podcasten – wie starte ich mein eigenes Projekt im Internet?

Immer mehr Menschen wollen ihren eigenen Blog oder Podcast starten – doch wie geht man das am besten an? In diesem Seminar soll es um Themenfindung, Format und Zielgruppenansprache gehen, also darum, wie man Inhalte ansprechend gestaltet und sie für das gewünschte Publikum präsentiert. Ob Buch- oder Vereinsblog, Politik oder Beauty, Instagram oder Spotify: An vielen Beispielen werden unabhängige Content Creator und ihre Möglichkeiten besprochen, und natürlich werden auch die Fragen der TeilnehmerInnen beantwortet sowie einige Präsentationsformen ausprobiert.

*Für Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene.*

● **Kurs 2337**

**Meike Stein, M.A. Medienwissenschaft, ausgebildete Rundfunk- und Fernsehjournalistin (ARD), Panel-Mitglied Papierstau Podcast**

Sa. 09.11.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 27  
EUR 25,00

## ZEICHNEN UND MALEN

### Ausstellung

#### Karin Karrenbauer-Müller „Kontraste in Harmonie“

Die Künstlerin hat zwei völlig verschiedene Herangehensweisen, mit denen sie ihr Thema der Strukturen, Farben und Flächen in ebenso eigenwilligen wie komplexen Bildgestaltungen bearbeitet: Für ihre Leinwände geht sie von einem eigens gestalteten Seidenstoff aus, den sie auf den Bildträger bringt. Während der Übermalung mit Acrylfarben arbeitet sie nicht gegen den Bildgrund aus Seide, sondern nimmt teilweise dessen Strukturen und Bewegungen auf und schafft so einen fließenden Übergang zwischen den Ebenen.

Bei ihren Arbeiten mit handgeschöpftem Papier und Pulpenmalerei geht die Künstlerin zum Ursprung der Papierherstellung zurück. Aus dem Rohmaterial, dem „Papierbrei“ und Farbpigmenten lässt sie ihre ungewöhnlichen Werke entstehen.

● **Kurs 2400A**

**Karin Karrenbauer-Müller**

Vernissage: Do. 26.09.2024, 17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)  
Ausstellungsdauer:  
26.09.2024 bis 15.11.2024  
Altes Rathaus, Foyer  
gebührenfrei

### Ausstellung

#### Werner Constroffer: Arbeiten auf Papier – 2016 bis 2024

„Meine Bilder geben eine intuitive, emotionalisierende Formation wieder, die flüchtig, unstet ist und sich immer wieder neu erfindet. Die Arbeiten ermöglichen die Erkenntnis von Gestaltungs-Tendenzen und Form-Kräften. Sie sind vielseitig, offen, verheißungsvoll und düster.“

Werner Constroffer studierte nach seiner Lehre als Plakatmaler im renommierten Saarbrücker Passage-Kaufhaus an der Staatlichen Schule für Kunst und Handwerk bei Oskar Holweck und Robert Sessler. Danach war er als Grafik-Designer in verschiedenen Werbeagenturen tätig, bevor er sich 1986 ganz der Malerei und der Zeichnung zuwandte. Er ist Mitglied im Saarländischen Künstlerbund.

● **Kurs 2400AB**

**Werner Constroffer,**

<https://institut-aktuelle-kunst.de/kuenstlerlexikon/werner-constroffer-1>

Vernissage: Do. 21.11.2024, 17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)

Ausstellungsdauer:

21.11.2024 bis 07.01.2025

Altes Rathaus, Foyer  
gebührenfrei

**Abendkurs**

**Zeichnen für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene**

Schwarz/Weiß und Farbe. Lernen Sie sehen, was Sie zeichnen, und zeichnen Sie, was Sie sehen. Lernen Sie Perspektiven, Größenverhältnisse, Lichter, Schatten, Dreidimensionalität, Oberflächen und Strukturen zeichnerisch darzustellen. Zaubern Sie Dinge aufs Papier, die man greifen möchte.

● **Kurs 2401**

**Stefan Eisen, Dipl.-Designer**

Di. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 17.09.2024, 6 Termine

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 51,00 (38,00)

● **Kurs 2402**

**Stefan Eisen, Dipl.-Designer**

Di. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 12.11.2024, 6 Termine

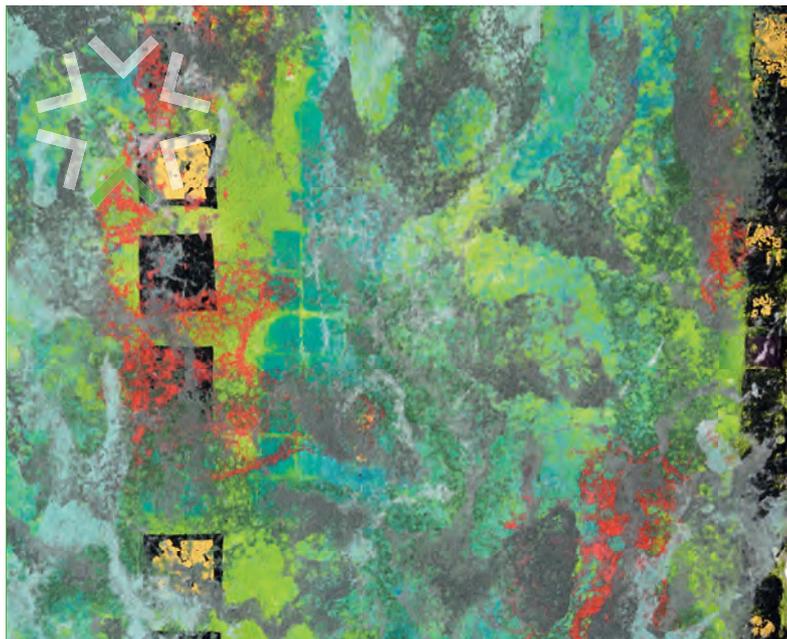
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 51,00 (38,00)

**Abendkurs**

**Freie Malerei**

Der Kurs richtet sich nur an sehr erfahrene und routinierte Teilnehmende. Es gibt kein Programm, außer: Alles ist möglich! Ausgangspunkt ist die Malerei mit Acrylfarben; von da aus kann es fließend weitergehen zu & mit anderen Techniken in der Malerei und der Zeichnung. Dabei fließen Überlegungen zu Komposition und Gestaltung in persönlichen Gesprächen ein. Gefördert wird der individuelle Arbeitsprozess, um zu einer eigenen Bildsprache zu gelangen.



26.09. bis 15.11.2024

AUSSTELLUNG VON  
KARIN KARBENBAUER-MÜLLER

**Kontraste in Harmonie**

› Vernissage: Do. 26.09.2024, 17 Uhr

**Veranstaltungsort**

Altes Rathaus | Foyer (EG, 1. und 2. Etage)  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken

Eintritt frei

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN**

● **Kurs 2403**

**Armin Rohr, Freier Maler,**  
<http://art.arminrohr.de/>

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 8 Termine  
Gesamtschule Bellevue, Zeichensaal  
EUR 88,00 (66,00)

**Wochenendkurs**

**Zeichnen im Saarlandmuseum**

Wir verbringen ein Wochenende im Museum um zu zeichnen. Bilder, Skulpturen, Installationen – vor allem aber Räume. Und natürlich auch Architektur und Menschen. Zwischendurch entspannen und zeichnen wir vielleicht auch mal während einer Tasse Kaffee im „Kunsterz“. Eine Fülle von Motiven und Möglichkeiten an einem unglaublich inspirierenden Ort. Mehr Abenteuer braucht es nicht!

● **Kurs 2403A**

**Armin Rohr, Freier Maler,**  
<http://art.arminrohr.de/>

Vorbesprechung: Di. 22.10.2024, 17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 11  
Sa. u. So. 10:00 – 14:30 Uhr,  
26.10.2024, 27.10.2024  
Saarlandmuseum, Moderne Galerie  
EUR 50,00 (40,00) zzgl. Museumseintritt  
*Anmeldung erforderlich bis 17.10.2024*

**Abendkurs**

**Malen/Zeichnen/Montagskurs**

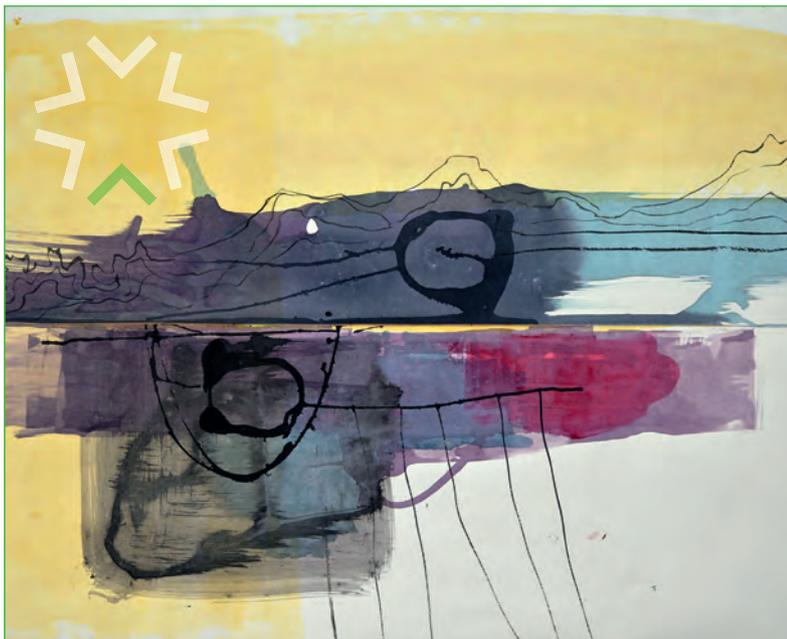
Ursprünglich ein reiner Malkurs, wird hier inzwischen auch gezeichnet und collagiert. Anfängerinnen werden an die gewünschten Techniken herangeführt. Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, sich an eigene Bildkonzepte heranzutasten und diese weiterzuentwickeln.

Vielleicht stellt man aber plötzlich fest, dass für eine bestimmte Bildvorstellung die Frottage geeigneter ist als die Acrylmalerei, die Collage geeigneter als die Zeichnung. Wichtig ist uns vor allem die Auseinandersetzung mit dem, was ein Bild sein kann, wie die Dinge funktionieren und warum sie manchmal nicht funktionieren. Die Betreuung ist individuell, die Techniken sind offen.

● **Kurs 2404**

**Klaus Harth, Diplom Bildende Kunst,**  
[www.zeichenblock.info](http://www.zeichenblock.info)

Mo. 19:00 – 22:00 Uhr  
ab 30.09.2024, 8 Termine, vierzehntägig  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 91,00 (68,00)



28.11.2024 bis 10.01.2025

AUSSTELLUNG VON WERNER CONSTROFFER

**Arbeiten auf Papier**  
**2016 bis 2024**

➤ Vernissage: Do. 28.11.2024, 17 Uhr

**Veranstaltungsort**

Altes Rathaus | Foyer (EG, 1. und 2. Etage)  
Schlossplatz 1, 66119 Saarbrücken

Eintritt frei

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND**  
**Saarbrücken**

## KUNSTGESCHICHTE, BILDENDE KUNST

**Nachmittagskurs****Samstagsmalklasse**

Einmal monatlich finden malerische Treffen statt, die das kontinuierliche Arbeiten der normalen wöchentlichen Kurse mit dem konzentrierten Arbeiten von Wochenendseminaren verbinden. Es treffen sich AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die eine längerfristige Auseinandersetzung mit ihrer Malerei suchen. So gibt es inzwischen eine kleine Kerngruppe, in der man seine Arbeit entwickeln, am Verfolgen des Tuns der anderen auch selbst wachsen kann. Diese Kerngruppe freut sich aber auch auf neue TeilnehmerInnen. Auch AnfängerInnen können gern teilnehmen. Es wird nicht nur gemalt, sondern auch gezeichnet und collagiert.

● **Kurs 2405**

**Klaus Harth, Diplom Bildende Kunst,**  
[www.zeichenblock.info](http://www.zeichenblock.info)

Sa. 14:00 – 18:30 Uhr  
ab 28.09.2024, 5 Termine  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 85,00 (63,00)

**Wochenendkurs****Chinesische Tuschkmalerei –  
Bambus und Orchidee**

Die chinesische Tuschkmalerei, die auf einer über 5000 Jahre alten Denkweise basiert, erfreut sich immer noch großer Beliebtheit. Im Kurs vermittelt die aus der südost-chinesischen Provinz Zhejiang stammende Dozentin verschiedene Tuschetechiken. Bambus, Orchidee, Chrysantheme und Pflaumenblüte sind die Symbolpflanzen für die Jahreszeiten. Der Bambus steht auch für Bescheidenheit und Flexibilität, die Orchidee symbolisiert Eleganz.

*Bitte folgende Materialien mitbringen:  
einige Pinsel für Tuschemalerei (mittelgroß oder groß), Tusche, Reispapier, einen*

*Wasserbehälter sowie eine Filzunterlage oder Zeitungspapier.*

● **Kurs 2407**

**Runxia Deng, B.A. China Academy of Art, Hangzhou, Diplom Freie Kunst, HBK Saar**  
Vorbesprechung: Di. 01.10.2024, 17:00 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
Sa. u. So. 10:00 – 12:00 Uhr  
05.10.2024 u. 06.10.2024  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 21,00 (16,00)

**Wochenendkurs****Chinesische Tuschkmalerei –  
Chrysantheme und Pflaumenblüte**

Die chinesische Tuschkmalerei, die auf einer über 5000 Jahre alten Denkweise basiert, erfreut sich immer noch großer Beliebtheit. Im Kurs vermittelt die aus der südost-chinesischen Provinz Zhejiang stammende Dozentin verschiedene Tuschetechiken. Chrysanthemen stehen in China für eine noble Gesinnung. Pflaumenblüten symbolisieren die Hoffnung, dass der Frühling nahe ist.

*Bitte folgende Materialien mitbringen:  
einige Pinsel für Tuschemalerei (mittelgroß oder groß), Tusche, Reispapier, einen Wasserbehälter sowie eine Filzunterlage oder Zeitungspapier.*

● **Kurs 2407A**

**Runxia Deng, B.A. China Academy of Art, Hangzhou, Diplom Freie Kunst, HBK Saar**  
Vorbesprechung: Di. 01.10.2024, 17:00 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
Sa. u. So. 10:00 – 12:00 Uhr  
02.11.2024 u. 03.11.2024  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 21,00 (16,00)

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**KLAUS HARTH**  
Diplom Bildende Kunst,  
Dozent für Zeichnen und Malen

» In meinen Kursen treffen sich AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die eine längerfristige Auseinandersetzung mit ihrem künstlerischen Tun suchen. Es wird aber nicht nur gemalt, sondern genauso gut gezeichnet wie auch collagiert. Im Vordergrund steht nicht die jeweilige Technik, sondern das Sehen-Lernen, das Erproben, das Entdecken und das Ausprobieren, die Freude am bildnerischen Tun sowie das Auseinandersetzen mit einer Bildidee. Die Technik lernt sich ganz nebenbei. «

**Abendkurs****Malerei: Ausdrucksmittel und Ausdruckskraft des eigenen Körpers**

Losgelöst von der realen Existenz an Objekten und Wesen, alles Denkbare entstehen zu lassen, macht die Besonderheit der Malerei aus. Vor der Staffelei stehend, lassen wir die rastlosen Bewegtbilder und Lichtreize unserer Zeit hinter uns und lernen, in einem scheinbar bewegungslosen Gemälde, Dynamik zu kreieren. Mittel und Thema unseres Ausdrucks soll unsere eigene Anatomie werden. Der menschliche Körper fungiert dann als kommunikative Landschaft, um Inhalte, die anders vielleicht nicht greifbar sind, malerisch zu erfassen. Dabei können ebenso dramatische wie skurrile Momentaufnahmen entstehen. Falls Interesse besteht, werden wir gelegentlich mit einem (Akt-)Modell arbeiten, dafür fallen dann Modellkosten an. *Für Fragen zum Kurskonzept, zu Materialien etc. kontaktieren Sie bitte vorab die Dozentin unter: isabeller.rein@gmail.com.*

● **Kurs 2408****Isabelle Rein, Absolventin der HBKsaar**

Di. 19:30 – 21:30 Uhr  
ab 07.01.2025, 7 Termine  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 70,00 (50,00)

**Abendkurs****Zeichnen und Skizzieren**

Der kurze Kurs dauert nur zwei Abende. Am ersten Abend zeichnen wir Objekte. Wir verwenden die darstellerischen Mittel Linie und Fläche. Am zweiten Abend wenden wir uns Motiven und Szenen aus unserer Vorstellung zu. Die Zeichnungen, die dabei entstehen, können wahlweise flüchtig skizziert oder präziser ausformuliert sein. Der Kurs ist für EinsteigerInnen ebenso geeignet wie für fortgeschrittene ZeichnerInnen.

*Wir verwenden Materialien, die man leicht überallhin mitnehmen kann: Bleistift, Radiergummi, Holzfarbstifte, Kugelschreiber, Skizzenbuch oder -block, Schreibbrett mit losen Blättern.*

● **Kurs 2410A****Birgit Bysiak, Dipl. Künstlerin**

Mo. 23.09.2024 und Mo. 30.09.2024,  
19:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 14  
EUR 12,00 (9,00)

● **Kurs 2410B****Birgit Bysiak, Dipl. Künstlerin**

Mo. 28.10.2024 und Mo.04.11.2024,  
19:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 14  
EUR 12,00 (9,00)

**Abendkurs****Gegenständliches Zeichnen und Malen**

In diesem Kurs werden Grundlagen der gegenständlichen Darstellung vermittelt sowie vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen erweitert. Motive sind dabei vorzugsweise real vorhandene Objekte (einzelne Gegenstände, Arrangements, Stillleben), aber auch Stadtansichten, Landschaften nach eigenen Fotos. Wesentliche Themen des Kurses sind räumliche Modellierung mittels Darstellung von Licht und Schatten, Wirkung von Kontrasten, Erzeugung von Tiefenwirkung, Erkennen von Proportionen. *Techniken nach Wahl (Bleistift, Kohle, Farbstifte, Kreide, Pastell, Aquarell, Acryl).*

● **Kurs 2411****Klaus R. Ecke**

Vorbesprechung: Do. 19.09.2024, 18:30 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

**Dozentinnen und Dozenten**

**ISABELLE REIN**  
Malerin

» Schon immer war es die Darstellung des menschlichen Körpers, die mich faszinierte.

*An ihm erkenne ich die Möglichkeit, innere Erfahrungen sichtbar zu machen. Narben, Falten, Farben, all diese Merkmale machen uns zu den Individuen, die wir sind und gewähren Einblicke. In einer Welt voller Anonymität, in der unsere (bekleideten) Körper Gefahr laufen, bloße Fassaden unserer Persönlichkeit zu werden, ist es doch unser Innerstes, welches sich zu äußern, also nach außen zu kommunizieren, versucht. Diese Beobachtung wurde zum künstlerischen Ausgangspunkt, bildete die Essenz meiner Arbeiten.*



## KUNSTGESCHICHTE, BILDENDE KUNST

Do. 18:30 – 20:45 Uhr  
 ab 26.09.2024, 8 Termine  
 Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)  
 EUR 90,00 (70,00)

**Vormittagskurs****Malen für AnfängerInnen  
und Fortgeschrittene**

Sie lernen den Umgang mit Techniken wie Aquarell, Gouache, Pastellkreide, Acryl. In jedem Semester gibt es thematische Schwerpunkte: Farbmischen mit den drei Grundfarben, Bildaufbau, Expression von Formen, Bildthemen.

Alle Teilnehmenden werden zur individuellen Weiterentwicklung angeregt und gefördert.

*Benötigte Arbeitsmaterialien bitte mitbringen, gerne auch begonnene oder fertig gestellte Bilder.*

● **Kurs 2415**

**Arne Menzel, Dipl. Künstler, Meisterschüler bei Prof. Winter, Dozent an der HTW**

Mi. 10:00 – 13:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 12 Termine  
 Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalaïs)  
 EUR 150,00 (112,00)

**Atelierbesuche**

Auch in diesem Semester laden wir wieder zu Atelierbesuchen bei regionalen KünstlerInnen und Kunstschaffenden im weiteren Sinn ein. In einer ungezwungenen Atmosphäre geben Sie Einblicke in Ihre Produktion. Die Gespräche in den Ateliers kreisen immer wieder um individuelle Zugänge zur Kunst, um Wahrnehmungserfahrungen, aber auch um kulturelles Wirken in gesellschaftlichen und ökonomischen Spannungsverhältnissen. Die Atelierbesuche in kleinen Gruppen werden begleitet von unserem hauptamtlichen pädagogischen Mitarbeiter, Thomas Roessler. Jeder Atelierbesuch kann einzeln gebucht werden. Eigene Anreise.

**Atelierbesuch****Atelierbesuch bei Albert Herbig**

Wissenschaft und Kunst gelten als grundverschiedene Methoden, sich die Wirklichkeit zu erschließen. Albert Herbig ist in beiden Welten zuhause. Als Wissenschaftler beschäftigt er sich mit Kommunikation, als Künstler liegt sein Arbeitsschwerpunkt in der Malerei. Als sein „Credo“ zitiert er gerne Grayson Perry: „Es ist wichtig, Kunst zu machen, denn diejenigen, die am meisten von ihr profitieren, sind vielleicht die Leute, die sie herstellen.“ Auch die Vermittlung von Kunst ist ihm wichtig. So unterrichtet er an der vhs und betreibt in der Nähe seines Ateliers eine kleine Galerie, die wir nach dem Atelier mit ihm besuchen können. Eigene Anreise

● **Kurs 2430A**

**Albert Herbig, Kommunikationswissenschaftler, Bildender Künstler und Autor, [www.albertherbigART.de](http://www.albertherbigART.de)/Thomas Roessler**

**Dozentinnen und Dozenten****ARNE MENZEL**

**Diplom-Künstler, Maler und Bildhauer, Dozent für Grundlagen der Gestaltung und Freihandzeichnen an der HTW Saar/Schule für Architektur**

» *Jedes Kind hat den Drang zu malen. Mit den Jahren verliert sich das leider, aber die Anlage bleibt. Möchte man daran anknüpfen und die Malerei wieder beleben, muss man sich erst wieder an das Gestalten heranarbeiten. Regelmäßiges Üben und genaues Hinsehen sind der Schlüssel zum Erfolg! Der gemeinsame Austausch über das Geschaffene oder das Gesehene ist ein wesentlicher Aspekt, um effektiv und schnell zu lernen. Ganz wichtig ist es, die Freude an den gestalterischen Prozessen nicht zu verlieren.* «

Di. 12.11.2024, 19:00 Uhr  
Kursort wird bei Anmeldung bekannt gegeben  
EUR 8,00 (5,00)

### Atelierbesuch

#### Atelierbesuch bei Vera Kattler

Vera Kattler, die ihr Studium im Fach Mixed Media/Malerei an der HBK Saar mit Auszeichnung abschloss, zeichnet und malt. In den letzten Jahren hat sie sich vor allem der Kohlezeichnung zugewandt, die sie häufig subtil verwischt. Tiere spielen in ihrem Werk oft eine wichtige Rolle, aber man läge falsch, wenn man sie in kunsthistorische Traditionen der Tiermalerei, wie sie beispielsweise von Rosa Bonheur (\*1822, +1899) praktiziert wurde, einordnen wollte. Vera Kattlers Bilder entfernen sich weit von der Realität. Obwohl sie auch schon eine Wildkamera eingesetzt hat, um Szenen am Futterplatz zu dokumentieren, zieht sie es doch vor, Wesen aufs Papier zu bannen, die aus einem anderen Universum zu kommen scheinen. Vielleicht dient die Natur Vera Kattler nur als Vorwand, sich mit inneren Bildern und seriellen Recherchen zu beschäftigen. Der Atelierbesuch bietet Gelegenheit, derartige Fragen mit ihr in einer kleinen Runde zu diskutieren.

Eigene Anreise

#### ● Kurs 2430B

**Vera Kattler/Thomas Roessler,**

Di. 05.11.2024, 18:00 Uhr  
Atelier Vera Kattler im KuBa  
EUR 8,00 (5,00)

### Nachmittagskurs

#### Experimentelles Gestalten

In diesem Kurs werden traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen kombiniert. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen Sie viele Techniken kennen und erschaffen neben klassischen Kunstwerken auch jahreszeitliche Dekorationen. Alle Materialien sind vorhanden und dazu eine Dozentin, die Sie mit Charme, Witz und einer gehörigen Portion künstlerischer Leidenschaft ansticken und begleiten wird. Kunsthistorische Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern werden diesen Kurs beleben.

*Malkittel oder Kleidung, die bunt werden darf, wird empfohlen.*

#### ● Kurs 2432

**Tatjana Freiler, Freie Künstlerin,**  
[www.keshyana.de](http://www.keshyana.de)

Di. 14:00 – 16:15 Uhr  
ab 08.10.2024, 7 Termine, vierzehntägig  
08.10., 29.10., 12.11., 26.11., 10.12.2024,  
14.01., 28.01.2025  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 67,00 (54,00)

### Wochenendkurs

#### Acrylic-Pouring

Haben Sie Spaß am kreativen Experimentieren? Dann ist diese derzeitige Trendtechnik der Farbverarbeitung genau das Richtige für Sie, da sie alle Möglichkeiten bietet. Wie es dem Wortlaut nach schon heißt, handelt es sich nicht um ein gegenständliches Malen, sondern um eine spezielle Gießtechnik, die vom englischen Pouring abgeleitet ist. Je nach Technik wird die Farbe ineinander gegossen oder zusammen auf die Leinwand gekippt. Durch das individuelle Gießen und Bearbeiten der Farbe auf der Leinwand und des von Ihnen verwendeten Pouring-Mediums entstehen die vielfältigsten Muster. *Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Materialliste.*

#### ● Kurs 2433

**Heike Hellenthal**

Vorbesprechung: Mi. 20.11.2024, 17:00 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
Sa. u. So. 10:00 – 16:00 Uhr  
ab 23.11.2024, 2 Termine  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 63,00 (50,00)

**AKT UND PORTRAIT****Hinweis:**

Bei allen Akt- und Porträtkursen fallen noch zusätzlich Modellkosten an. Genaue Preise erfahren Sie beim ersten Termin.

**Wochenendkurs****Aktzeichnen und figürliches Zeichnen**

Der Kurs richtet sich an AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Sehen lernen am Beispiel des menschlichen Körpers – die Figur im Raum, Proportionen, Hell-Dunkel, Licht und Schatten. Wichtig ist der Mut zum Experiment, um eventuell eingefahrene Wege und konventionelle Sichtweisen zu hinterfragen. Gefördert wird der individuelle Arbeitsprozess, um zu einer persönlichen Bildsprache zu gelangen. *Es fallen zusätzliche Modellkosten an, die im Kurs vor Ort zu entrichten sind.*

● **Kurs 2451**

**Armin Rohr, Freier Maler,**  
<http://art.arminrohr.de/>

Vorbesprechung: Di. 19.11.2024, 17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13

Sa. u. So. 10:00 – 14:30 Uhr  
ab 23.11.2024, 2 Termine

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 58,00 (45,00, zzgl. Modellkosten)

**Wochenendkurs****Künstlerische Collage  
Workshop für Experimentierfreudige**

Der amerikanische Maler und Collagist Robert Motherwell hat einmal gesagt: „Die Collage ist die größte künstlerischer Erfindung des zwanzigsten Jahrhunderts“. Die Technik, Fragmente schon vorhandener Bilder und Texte so zu arrangieren, dass völlig neue Bildwelten entstehen, hilft uns, unsere kreativen und künstlerischen Potentiale freizusetzen und weiter zu entwickeln. Im Workshop experimentieren wir mit den vielfältigen Möglichkeiten der Gestaltung von künstlerischen Collagen, von der Idee bis zum fertigen Bild. Die Gestaltung beginnt dabei beim Auswählen, Ausschneiden oder -reißen der Materialien. Beim Collagieren (frz. coller = kleben) ergeben sich dann vielfältige Verzahnungen, die sichtbaren Schnitt- und Risslinien werden Teil des Bildes, auch Farbe und grafische Elemente können zum Einsatz kommen.

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Scheren, Kleber, Papier, Bildmaterial aller Art (Zeitungen und Zeitschriften, alte Bildbände etc.), Mal- und Zeichenmaterial nach Belieben*

● **Kurs 2457**

**Albert Herbig, Kommunikationswissenschaftler, Bildender Künstler und Autor,**  
[www.albertherbigART.de](http://www.albertherbigART.de)

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 14:30 Uhr

So. 20.10.2024, 10:00 – 14:30 Uhr

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 48,00 (38,00)

**Dozentinnen und Dozenten**

**TATJANA FREILER**  
*Freie Künstlerin*

» In meinen Kursen verbinde ich traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen die TeilnehmerInnen viele neue Techniken kennen. Dabei stehen Spaß und Freude am künstlerischen Gestalten im Vordergrund. Gleichzeitig möchte ich mit kunsthistorischen Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern in meinen Kursen wichtiges Hintergrund- und Fachwissen vermitteln. «

# Tage der bildenden Kunst

28. & 29.  
September  
'24

Offene  
Ateliers  
und Galerien  
in Saarbrücken



[www.saarbruecken.de/tagederkunst](http://www.saarbruecken.de/tagederkunst)

**SAAR  
BRÜ  
CKEN**

## Beratung und Information

**Thomas Roessler**

Hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter  
Altes Rathaus, Zi. 31  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4322  
Fax 0681 506-4390  
thomas.roessler@rvsbr.de

## Anmeldung und Service

**Mechthild Speicher**

Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 1  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4316  
Fax 0681 506-4399  
mechthild.speicher@rvsbr.de

## Fotografie

*Fotografie ist eine kreative Freizeitbeschäftigung. Fotografie ist ein Massenmedium mit höchst fraglicher Glaubwürdigkeit. Fotokunst erzielt gelegentlich Rekordpreise, gleichzeitig nimmt die globale Bilderflut zu und unsere Aufmerksamkeit ab. Es lohnt sich, das Medium aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten.*

*Wer fotografieren will, muss sich damit auseinandersetzen, dass zwischen der Bild-idee und ihrer Verwirklichung ein Apparat steht. Wenn man die Gestaltung seiner Bilder selbst übernehmen und nicht einer Automatik überlassen will, sollte man die Zusammenhänge zwischen den einzustellenden Messgrößen und deren Auswirkung auf die Komposition verstehen. Wir bieten die entsprechenden Kurse dazu an. Im Bereich „Grundlagen“ finden Sie Kurse zu den technischen, gestalterischen und sogar zu den juristischen „Basics“.*

*Unter der Überschrift „Horizonte der Fotografie“ haben wir Vorträge, Präsentationen und Exkursionen zusammengefasst. Hier wollen wir unterschiedliche fotografische Kulturen und Auffassungen zur Diskussion stellen. Die ReferentInnen kommen aus der Kunst, aus dem Fotojournalismus, aus der Mediengeschichte und der Museumssammlung.*

*Eine Reihe von Veranstaltungen, die wir unter „Fotografische Projekte und Aufgabenstellungen“ auflisten, soll ihnen Anregungen für eigene fotografische Vorhaben bieten und natürlich das nötige handwerkliche und gestalterische Rüstzeug mitliefern.*



## FOTOGRAFIE

### Grundlagen

#### **Einzelveranstaltung** **Infoabend Fotografie & Bildbearbeitung**

Sie möchten Fotos aufnehmen und bearbeiten, oder Plakate oder Broschüren für den Druck entwerfen? Sie sind bereits auf unser Angebot zu Fotografie, Bildbearbeitung, Grafik und Desktop Publishing gestoßen, wissen aber nicht so recht, welche Kurse Ihre Interessen am besten bedienen? Wir stellen unser Kursangebot zu diesen Themenbereichen vor und beraten Sie – soweit die Teilnehmerzahl es zulässt – gerne auch individuell. Der Schwerpunkt liegt auf unserem umfassenden Angebot zu Fotografie und Bildbearbeitung.

#### ● **Kurs 2500**

**Thomas Roessler/Jürgen Roland**

Do. 19.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
gebührenfrei

*Voranmeldung bis zum 16.09.2024 erforderlich!*

#### **Abendkurs**

#### **Grundlagen der Fotografie**

Wer mit der eigenen Kamera qualitativ hochwertige Fotos für unterschiedliche Anlässe und Verwendungen produzieren möchte, sollte das nötige technische und gestalterische Fachwissen mitbringen. Dies ist ein Kurs für AnfängerInnen und FotografInnen, die bisher mit ihrer Kamera immer im Automatikmodus fotografiert haben. Inhalte: Fachbegriffe verstehen und wie sie interagieren (Blende, Weißabgleich, Belichtungszeit, Brennweite, Blitzlicht, und vieles mehr); Regeln der Fotografie; Kennenlernen der Kamera;

wie gebe ich konstruktives Feedback zu einem Bild? Am Samstag, 07.12., gehen wir gemeinsam fotografieren, um die neu erworbenen Fähigkeiten vor konkreten Motiven anzuwenden.

#### ● **Kurs 2501**

**Klaus Hinze**

Mo. 18:00 – 20:15 Uhr  
ab 28.10.2024, 5 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 62,00

#### **Abendkurs**

#### **Grundlagenwissen Digitalfotografie**

Das Seminar führt in die Technik der Fotografie ein: Aufbau und Funktionsweise von Kameras und Objektiven (Brennweite & Bildwinkel, Blende, Verschluss), Licht und Farbe, Belichtung, Fokussierung. Automaten und ihre Beeinflussung. Entstehung und Aufbau digitaler Bilder, Bilddateiformate (JPG, TIF, RAW) und Metadaten (EXIF, IPTC). Grundlegende Kameraeinstellungen (u. a. ISO-Wert, Dateiformat, Kompression, Auflösung, Weißabgleich). Kleine Zubehörlkunde, Datenübertragung zum PC, rechtliche Aspekte der Fotografie.

#### ● **Kurs 2502**

**Jürgen Roland**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
Do. 05.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
EUR 40,00 (30,00)

#### **Vortrag**

#### **EDV-Grundlagen für FotografInnen**

Die meisten FotografInnen sind keine EDV-Experten und nutzen ihre Zeit lieber kreativ. Die digitale Bildaufzeichnung erspart uns aber keineswegs die Auseinandersetzung mit elementaren Grundlagen der Datenverarbeitung. Der Vortrag geht auf Sensorauflösung und Speicherplatzbedarf verschiedener Dateiformate ein,

### Dozentinnen und Dozenten



**KLAUS HINZE**

» Der Fotoapparat begleitet mich schon seit jungen Jahren. Anfangs natürlich noch analog. Mit zunehmendem Alter wurde die Fotografie immer intensiver und durch die Digitalfotografie auch immer interessanter. Meine favorisierten Motive sind Menschen und das Fotografieren bei Dunkelheit. In der sogenannten „Blauen Stunde“ haben Fotos einen ganz besonderen Charme.

*Ich freue mich immer wieder, meine Leidenschaft für Fotografie weiterzugeben und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der vhs Regionalverband Saarbrücken damit anzustecken. «*

## FOTOGRAFIE

auf den Umgang mit Speicherkarten und die Datenübertragung zum PC. Fragen zur Aufbewahrung, Sicherung und Archivierung Ihrer kostbaren Bilder sowie zur benötigten Hardware werden erörtert, kryptische Begriffe wie z. B. NAS oder RAID erklärt.

*Telefonische Voranmeldung unter 0681 506 4341 (oder -4346) bis Montag, 03.06.2024 erforderlich!*

● **Kurs 2503**

**Jürgen Roland**

Do. 12.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
gebührenfrei

**Workshop**

**Fotografie und Datenschutz**

Die Verunsicherung ist groß: dürfen Menschen überhaupt noch ohne Einwilligung fotografiert werden? Macht „der Datenschutz“ die Street Photography kaputt? Welche Regeln gibt es für die Verbreitung von Personenfotos? Diese und andere Fragen stellen sich dem Berufs- aber auch dem Hobbyfotografen. Mit dem Workshop „Fotografie und Datenschutz“ erhalten Sie einen Überblick über die rechtlichen Fragen der Personenfotografie. Es bleibt aber nicht bei Fragen: natürlich werden Ihnen auch Lösungsbeispiele vorgestellt. *Sie können der Dozentin schon im Vorfeld Ihre drängendsten Fragen zukommen lassen.*

● **Kurs 2504A**

**Katrin Sude, Datenschutzbeauftragte des Regionalverbandes Saarbrücken**  
**Kathrin.Sude@rvsbr.de**

Mi. 12.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
gebührenfrei

**Workshop**

**Fotografie und Urheberrecht**

Fotografie und Urheberrecht haben in verschiedenen Bereichen Berührungspunkte: Fotografien sind urheberrechtlich geschützt. Wie geht der Fotograf/die Fotografin mit diesen Rechten um und wie kann man sich z. B. gegen unberechtigte Nutzungen wehren?

Durch die Presse gingen die Urteile zu Fototapeten, die auf einem Foto abgebildet waren: wann und wie dürfen also urheberrechtlich geschützte Werke auf Fotos abgebildet werden? Sowohl die Rechte an den eigenen Fotografien als auch die an auf den Fotos abgebildeten Werken werden in dem Vortrag „Fotografie und Urheberrecht“ erläutert werden. Außerdem werden praktische Umsetzungsbeispiele vorgestellt.

*Sie können der Dozentin schon im Vorfeld Ihre drängendsten Fragen zukommen lassen.*

● **Kurs 2504B**

**Katrin Sude, Datenschutzbeauftragte des Regionalverbandes Saarbrücken**  
**Kathrin.Sude@rvsbr.de**

Mi. 19.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



**KATHRIN SUDE**

**Fachanwältin für Urheber-, Medien- und IT-Recht**

» Kathrin Sude war viele Jahre als Fachanwältin für Urheber- und Medienrecht und als Fachanwältin für IT-Recht in ihrer eigenen Kanzlei tätig, bevor sie als behördliche Datenschutzbeauftragte zum Regionalverband Saarbrücken wechselte. Sie ist nicht nur mit Fragen rund um das Fotorecht und den Datenschutz vertraut, sondern auch eine erfahrene Dozentin. Ihr Fokus liegt darauf, auch bei vermeintlich „trockenen“ juristischen Themen die Zuhörer mitzunehmen und zu unterhalten. Die berufliche Beschäftigung mit der Kreativbranche lag bei Frau Sude nahe: sie ist auch selbst künstlerisch tätig – insbesondere als Saxophonistin. «

## Horizonte der Fotografie

### Vortrag

#### Vom Lichtbildmeister über Blow Up zum Lethal Selfie Fotografie als Beruf und Berufung 1964 - 2024

Vor 1966 war die Welt der deutschen Fotografie scheinbar in Ordnung: Es gab Kunstschulen mit Fotoklassen in Leipzig, Dortmund und Essen (vorher Saarbrücken), und es gab das Handwerk, bis ins letzte Detail organisiert mit Innungen, Lehrlingswarten und Niederlassungsbeschränkungen – alles auf Basis der NS-Handwerksgesetze von 1935. Einer, der immer mit diesem System haderte, starb 1964: August Sander. Mit ihm wird der Vortrag begonnen, dann wird der Schock des Films Blow Up und der nachfolgenden Begeisterung für den Modeberuf Fotografie beschrieben sowie die folgenden Veränderungen durch den Zusammenbruch der Schwerindustrie und schließlich durch die Digitalisierung. Der Vortrag geht diesen Entwicklungen nach und stellt die Frage, ob es den Beruf der Fotografin überhaupt noch gibt – ja doch, eben als Berufung. Und fotografiert haben immer schon alle, seit es das Medium gibt – und am liebsten immer sich selbst; Selfies gibt es seit 1840, sogar als Totenbilder.

#### ● Kurs 2510

**Prof. Dr. Rolf Sachsse**

Mi. 15.01.2025, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 8,00

### Ausstellungsführung

#### Sonderausstellung „voir/le temps/en couleurs“ im Centre Pompidou, Metz

Die Ausstellung „voir/le temps/en couleurs“. (sehen/die Zeit/in Farben) beschäftigt sich mit den Herausforderungen für das Medium der Fotografie. Sie skizziert einen Blick auf die Geschichte der Fotografie und hinterfragt die Natur dieses Mediums angesichts der Digitalisierung. Sam Stourdizé, der Ausstellungskurator, geht bei seiner Betrachtung von der „Herausforderung der Künste“ durch die Reproduktionsmöglichkeiten der analogen Fotografie aus und zeichnet die künstlerischen Entwicklungen im fotografischen Medium als Reaktionen auf die technologischen Revolutionen bis zur KI nach.

#### ● Kurs 2511

#### Thomas Roessler, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs

Sa. 26.10.2024, 10:00 – 11:00 Uhr

Centre Pompidou, Metz

EUR 12,00 (incl. Führung zzgl. Eintritt u. evtl. Gastronomie)

*Wir bekommen eine Führung durch eine/n MitarbeiterIn des Centre Pompidou in deutscher Sprache.*

*Eigene Anreise.*

*Anmeldung erforderlich bis 01.10. 2024*

### Tagesfahrt

#### „Early Works“ von Martin Parr im Fotografie Forum Frankfurt

Das Fotografie Forum Frankfurt, FFF, ist ein bedeutendes Europäisches Zentrum für Fotografie, das sich einer umfassenden Betrachtung aller Anwendungen der Fotografie verschrieben hat. Mit Martin Parr zeigt das Haus einen der bekanntesten lebenden britischen Fotografen. Parr ist Mitglied der legendären Fotoagentur MAGNUM. Bekannt wurde er als Chronist

## Dozentinnen und Dozenten



**PROF. DR. ROLF SACHSSE**

» Rolf Sachsse (Bonn 1949), Fotografenlehre, Arbeit als Architektur-, Industrie- und Dokumentationsfotograf, damit Finanzierung des Studiums der Kunstgeschichte, Kommunikationsforschung und Literaturwissenschaft in München und Bonn.

Promotion zu einem fotohistorischen Thema 1983. Freischaffender Autor, Künstler, Kurator, Fotograf.

Ab 1980 Lehraufträge an europäischen Kunsthochschulen, 1985-2004 Professur für Fotografie und elektronische Bildmedien an der FH Niederrhein in Krefeld, ab 1995 Assoziierter Professor für Theorien der Gestaltung an der HfG Karlsruhe, 2004-17 Professur für Designgeschichte und Designtheorie an der Hochschule der Bildenden Künste Saar in Saarbrücken. «

## FOTOGRAFIE

des modernen Lebens in der englischen Provinz. Anthropologische Neugier, Empathie und geduldige Beobachtung zeichnen seine Arbeitsweise aus. Mit Gespür für den entscheidenden Moment und britischem Humor hält er uns Zeitgenossen den Spiegel vor. Ein weich streuender Aufsteckblitz und stark gesättigte Farben markieren den typischen Stil Parrs. Seine Ausstellung „Early works“ zeigt bisher weitgehend unveröffentlichte Schwarzweiß-Bilder, die zwischen 1970 und 1984 hauptsächlich im Norden Englands und in Nordirland aufgenommen wurden.

● **Kurs 2512**

**Thomas Roessler, Fotograf u. Kommunikationsdesigner**

Sa. 09.11.2024, 08:00 – 20:30 Uhr

Abfahrt: 08:00 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken

Rückkehr: 20:30 Uhr an der Schlossmauer, Saarbrücken aus Frankfurt

EUR 60,00 (zzgl. Eintritt u. Gastronomie)

Anmeldung bis spätestens 01. Oktober 2024

**Vortrag****Die Pole meiner Arbeit**

Jörg Heiecks Leben wie auch seine künstlerische Arbeit bewegen sich zwischen recht weit entfernten Polen. Als Künstler interessiert er sich für die Landschaften seiner Heimat genauso wie für die großen Städte der Welt. Erkenntnisse aktueller physikalischer Forschungen werden ebenso Gegenstand seiner Arbeiten wie ganz persönliche Erlebnisse.

In seinem Vortrag wird Jörg Heieck mit Hilfe von Büchern, Original-Prints und Filmaufnahmen die Bandbreite seiner Arbeit vorstellen.

● **Kurs 2513**

**Jörg Heieck, [www.heieck.net](http://www.heieck.net)**

Fr. 07.02.2025, 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 8,00

**Vortrag****making of – N0madsLand, ein mehrjähriges Foto- und Filmprojekt**

In Erinnerung an ihren Lebensgefährten, den aus dem Saarland stammenden Fotografen und international publizierten Bildjournalisten Günther Menn (\*1958 +2018), berichtet die Videojournalistin Rea La Greca aus ihrem gemeinsamen Foto- und Filmprojekt N0madsLand:

„Mit dem Menschen im Focus unseres Interesses zog es uns dorthin, wo Bewegung Tradition und Überleben bedeutet: Zu den Nicht-Sesshaften, den Nicht-Angekommenen, die fernab globalisierter Uhren unbeirrt versuchen, ihre Vorstellung von Leben aufrechtzuerhalten – zu den letzten Nomaden und Halbnomaden Afrikas. Für dieses Projekt durchquerten wir in 4 Jahren 8 afrikanische Länder und viele tausend Quadratkilometer Land, wurden selbst zu Nomaden. Wir sammeln Geschichten aus dem afrikanischen Alltag mit politischer Brisanz um jenen, die an den gesellschaftlichen Rändern leben, eine Stimme, ein Gesicht zu geben, an sie zu erinnern.“

● **Kurs 2514**

**Rea La Greca, Videojournalistin**

Di. 11.02.2025, 19:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 2 OG

EUR 8,00

**Dozentinnen und Dozenten****REA LA GRECA****Videojournalistin**

» Im Saarland geboren als Tochter sizilianischer Einwanderer. Aufgewachsen im Spannungsfeld italienisch-deutscher Kulturen und Traditionen, heute Kosmopolitin mit einer Passion für Bilder, Geschichten und Reisen. Seit meinem Studium der angewandten Kulturwissenschaften arbeite ich als Medien-Spezialistin für verschiedene Organisationen wie z. B. Greenpeace in ökologischen und sozialen Spannungsfeldern. Die Herausforderung meiner Arbeit, des Reisens und letztendlich des Lebens besteht für mich vor allem darin, Länder und deren Menschen kennen zu lernen, ohne Vorurteile oder Überzeugungen wahrzunehmen und der Verantwortung als Beobachtende und Berichtende gerecht zu werden. «

### Sammlungsbesuch Subjektive Fotografie – ein europäisches Projekt

Bei unserem Besuch wird Dr. Roland Augustin, der Leiter der Fotografischen Sammlung vor Originalen über jene fotografische Richtung sprechen, die einst dem Saarland internationale Aufmerksamkeit bescherte und heute einen bedeutenden Sammlungsschwerpunkt der Modernen Galerie ausmacht: „subjektive fotografie“ steht für eine Fotografie, die gestaltet, die Geltung als Kunst beansprucht, die abstrahiert, und als fotografisches Pendant zum Informel gilt. Historisch gesehen hängt die „subjektive fotografie“ zusammen mit den Ambitionen des in den 1950er Jahren autonomen Saarlands und den Bestrebungen, die Verwaltung der Montanunion in Saarbrücken anzusiedeln.

#### ● Kurs 2515

**Dr. Roland Augustin, Leiter der Fotografischen Sammlung des Saarlandmuseums**  
Mi. 16.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Saarlandmuseum  
EUR 8,00 (zzgl. Eintrittsgebühr)

#### Vortrag

### Das Bildgedächtnis der Großregion

FotografInnen aus der Großregion (Lothringen, Luxemburg, Rheinland-Pfalz, Saarland und Wallonie) zu vernetzen und ihnen ein Forum des Austauschs sowie eine Plattform zur Präsentation ihrer Arbeiten zu bieten, ist Ziel des Vereins PixelCult. Engagierte Amateure und professionelle FotografInnen können sich mit ihren Bilderserien um die Aufnahme in das Online-Archiv [www.pixelcult.de](http://www.pixelcult.de) bewerben. Eine Jury, besetzt mit ExpertInnen aus allen Teilregionen, hält das Qualitätsniveau so hoch, dass die Aufnahme einer Auszeichnung gleichkommt.

Der Referent stellt vor allem jene Serien vor, die von der Jury ganz aktuell aufgenommen wurden.

#### ● Kurs 2516

**Thomas Roessler, hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter der vhs, Vorsitzender von PixelCult e.V.**

Di. 18.02.2025, 19:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 8,00 (6,00)

#### Vortrag

### Der Photoklatsch in Thionville

„Photoklatsch“ ist eine Wortschöpfung aus „Kaffeeklatsch“ und Photographie. So nennt sich ein Kollektiv von FotografInnen, das im Centre Social Le Lierre in Thionville untergebracht ist. Er steht daher allen offen, unabhängig von Alter, Geschlecht und sozialer Herkunft, im Sinne der Vermittlung von Wissen und einer fotografischen Kultur. Der Photoklatsch ist also ein Ort des Wortes und der Praxis, der sich der zeitgenössischen Fotografie widmet. Stark im grenzüberschreitenden Raum verankert, organisiert der Photoklatsch Workshops, Fortbildungen, Ausstellungen und veröffentlicht fotografische Arbeiten. Mit dem Vortrag möchte ich den experimentellen Charakter der Projekte des Photoklatsch sowie seine soziale Mission vorstellen.

*Der Vortrag wird in französischer Sprache mit deutscher Konsektiv-Übersetzung gehalten.*

#### ● Kurs 2517

**Arnaud Pagnier, Fotograf und Historiker**  
Mo. 21.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

### Dozentinnen und Dozenten



**SVEN MEURS**  
Fotojournalist

» Ich bin Sven Meurs, Jahrgang 1980 und arbeite seit über 10 Jahren als Fotojournalist, Vortragsreferent, Autor und Moderator. Nachdem ich mich von 2008 bis 2014 mit der Natur meiner Heimatstadt Köln befasst habe, hat mich die Stadtnatur nicht mehr losgelassen. Schon als Kind haben mich Begegnungen mit wilden Tieren fasziniert und beeindruckt. Heute bringen mich diese Begegnungen immer noch zum Staunen.

Mit meinem Thema „Mensch & Natur“ möchte ich zum Nachahmen, Träumen, Nachdenken und Umdenken anregen. Mein neues Vortragsprojekt „mensch & natur – Deutschlands letzte Paradiese?“ soll Bewusstsein schaffen für Biodiversität, Fragilität und Schönheit unserer heimischen Natur und dazu ermutigen, sich mit dieser auseinanderzusetzen und sie zu schützen. «

## FOTOGRAFIE

## Fotografische Projekte und Aufgabenstellungen

### Workshop

#### Tiere beobachten und fotografieren

In meinem ca. 3 stündigen Seminar gebe ich einen ersten Einblick in die Arbeit als Tierfotograf. Neben Bildaufbau und Umgang mit natürlichem Licht geht es vor allem um die Themen: Wie finde ich Wildtiere, was gilt es zu beachten, wie komme ich zu besseren Bildern. Des Weiteren stehen die Themen Tarnung, Wildkamera und vor allem Wildtierbiologie auf dem Programm. Die BesucherInnen bekommen einen Einblick in Planung und Durchführung von Fototrips zu wilden Tieren in unserer Heimat und wie man unsere Wildtiere in ein gutes Licht rückt. Auch wenn Sie mit einem Fernglas statt einer Kamera „auf die Pirsch“ gehen wollen, werden Sie aus diesem Workshop bei einem Profi-Tierfotografen viele wertvolle



Tipps mitnehmen.

#### ● Kurs 2520

**Sven Meurs, Tierfotograf und Fotojournalist, [www.svenmeurs.de](http://www.svenmeurs.de)**

So. 15.09.2024, 15:00 – 18:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
EUR 65,00 (50,00)

#### Abendkurs

#### Portraitfotografie

Der Kurs bietet eine Einführung in die Portraitfotografie. Nach einer Erläuterung der fototechnischen Grundlagen werden die besonderen Anforderungen an die Portraitfotografie besprochen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem sicheren Umgang mit der eigenen Kamera und der Lichtführung. Es wird sowohl mit dem vorhandenen Licht, als auch mit einfacher Beleuchtung bis zur hin zur Blitzanlage gearbeitet. Bei Exkursionen (deren Termine je nach Wetterlage besprochen werden) wollen wir auch im Freien arbeiten und die Möglichkeiten der Aufhellung mit Blitzlicht und mit Reflektoren üben.

#### ● Kurs 2521

**Tom Gundelwein, M.A., <https://www.tom-gundelwein.de/>**

Do. 18:00 – 20:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 8 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 90,00 (75,00)

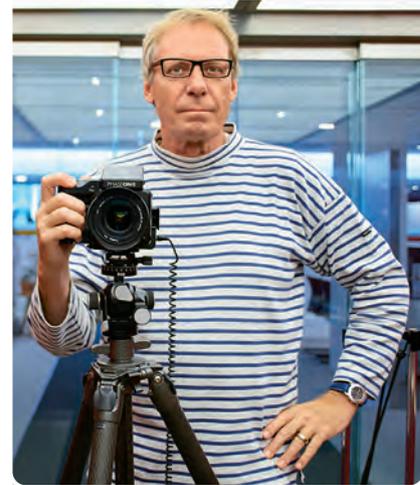
#### Wochenendkurs

#### Infrarotfotografie für Einsteiger

Der Kurs eignet sich auch für Interessierte, die noch keine infrarotaugliche Kamera besitzen. Behandelt werden die Themen

- Grundlagen der Infrarotfotografie
- welche Kamera ist dafür geeignet?
- klassische Infrarotmotive
- kleine Infrarot-Praxis
- Bildbearbeitung – Wege zum fertigen

## Dozentinnen und Dozenten



**TOM GUNDELWEIN**  
Fotograf

» Schon während meines Studiums beschäftigte ich mich mit Film und Fotografie. Ich unternahm größere Fernreisen und präsentierte die mitgebrachten Bilder in ersten Ausstellungen. Nach dem Abschluss des Germanistik- und Kunstgeschichte-Studiums, gab ich die wissenschaftliche Tätigkeit auf, um mich ganz der Fotografie zu widmen. Seither arbeite ich als freier Fotograf mit eigenem Fotostudio in den Bereichen Werbung, Industrie, Architektur, Mode und Reportage. Parallel dazu habe ich immer gerne auch unterrichtet, so zum Beispiel an der Hochschule der Bildenden Künste Saar und an der Hochschule für Technik und Wirtschaft. «

Farb- oder Schwarz-Weiss-Infrarotbild

- Sonderfälle der Infrarotfotografie  
*Voraussetzungen: Grundkenntnisse der Fotografie und Bildbearbeitung.*

● **Kurs 2522**

**Gerhard Schneider, EDV-Kaufmann**

Sa. 21.09.2024, 10:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
EUR 30,00

**Abendkurs**

**Fotoclub der vhs**

Der Fotoclub ist ein offenes Format, wo über alle Aspekte der Fotografie gesprochen wird. Immer wieder werden wir uns mit der Frage beschäftigen: Was zeichnet eine gelungene fotografische Arbeit aus? Was sind unsere eigenen Bewertungskriterien für Fotografie? Wenn Sie die über die Fragen nach der richtigen Belichtungszeit bzw. Blende „hinausgewachsen“ sind und Sie überlegen, neue, vielleicht unkonventionelle Wege mit der Fotografie zu

beschreiten, sind Sie hier richtig. Fotografische Projekte, an denen Sie schon länger arbeiten, können mitgebracht und zur Diskussion gestellt werden. Wir unterhalten uns auch über Fotobücher oder interessante Bildstrecken in Magazinen. Bei Interesse können wir Ausstellungen besuchen oder eigene Ausstellungen und Publikationen vorbereiten. TeilnehmerInnen können Inhalte für Clubabende vorschlagen und selbst präsentieren.

● **Kurs 2523**

**Thomas Roessler, Dipl. Des., DGPh**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 23.09.2024, 9 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 65,00 (50,00)

**Dozentinnen und Dozenten**



**JÖRG HEIECK**

**Künstler und promovierter Physiker**

- » Er studierte in Frankfurt, Edinburgh und Rochester NY. Als Forscher war er mehrere Jahre für Agfa, Kodak und die Europäische Kommission (ITER Fusionsprojekt) tätig. In Kaiserslautern lehrt Heieck Physik und Fotografie. Er ist berufenes Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Photographie, DGPh und des Berufsverbandes Bildender Künstler, BBK. Heieck ist Autor zahlreicher Buchpublikationen, seine Arbeiten werden im In- und Ausland ausgestellt und befinden sich in öffentlichen und privaten Sammlungen. Er betreibt den Brownian Motion Art Space und ist Mitgründer und Kurator des internationalen FotoFests Kaiserslautern. «



## FOTOGRAFIE

**Workshop****Magische Momente – von der Idee bis zur Verwirklichung**

Der Workshop gibt Beispiele für die kulturelle, ästhetische und gesellschaftliche Bedeutung des fotografischen Bildes in einer zunehmend visuellen Welt, wo steigende Qualität der Fotos unabdingbar erscheint.

Der Workshop vermittelt Wege und Einblicke in die kreative Fotografie, deren Ergebnisse sich grundsätzlich von der „Allerweltsfotografie“ unterscheiden. Die Steuerung der emotionalen Bildwirkung durch eine Vielfalt kreativer Ansätze wird nachvollziehbar. Anhand von mehr als 100 Fine-Art-Prints werden einzelne Schritte zum Zustandekommen der Bilder detailliert erläutert. Offene Fragen werden präzise beantwortet; Diskussionen sind erwünscht und werden unterstützt.

● **Kurs 2524**

**Werner Richner, Profi-Fotograf,**  
[www.wernerrichner.de](http://www.wernerrichner.de)

Mo. 04.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 40,00

**Workshop****Abend- und Nachtaufnahmen von der Schlossmauer Saarbrücken**

Der Blick von der Schlossmauer bei Einbruch der Dunkelheit ist eines der schönsten Motive für Nachtaufnahmen im Saarland. Durch die Krümmung der Autobahn und der Saar können hier mit Langzeitbelichtungen eindrucksvolle Bilder entstehen. Die während des Workshops gewonnenen Erkenntnisse lassen sich natürlich auch bei ähnlichen Motiven anwenden.

*Mitzubringen: Kamera mit Objektiv(en) zwischen leichtem Weitwinkel und mittlerem Tele sowie unbedingt ein Stativ.*

*Voraussetzung: Kenntnis der Kamerabedienung für Langzeitbelichtungen*

● **Kurs 2525**

**Klaus Hinze**

Fr. 08.11.2024, 16:30 – 21:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
EUR 25,00  
*Anmeldeschluss: 04.11.2024*

**Workshop****Cyanotypie**

Die Cyanotypie ist eine alte photographische Technik und wird auch als Eisenblaudruck bezeichnet. Es lassen sich Photogramme von Pflanzen, Federn oder sonstigen Gegenständen erstellen. Ebenfalls sind blaue analoge Photographien möglich.

Für den Prozess braucht man zwei lichtunempfindliche Einzelchemikalien, die dann gemischt werden um UV-lichtempfindlich zu werden. Aquarellpapier wird mit der Lösung bestrichen, ca. 10 Minuten in der Sonne belichtet und dann in Wasser entwickelt.

● **Kurs 2526**

**Jörg Heieck, [www.heieck.net](http://www.heieck.net)**

Sa. 08.02.2025, 10:00 – 12:30 Uhr und  
14:30 – 17:00 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 50,00 (35,00, zzgl. EUR 10,00 für Material)

**Workshop****Serielles Fotografieren am Rosenmontag**

Während des ersten Treffens gibt Lukas Ratius eine Einführung in seine eigene fotojournalistische Arbeit und die TeilnehmerInnen lernen sich kennen. Ziel der gemeinsamen Exkursion des zweiten Termins ist der traditionelle Rosenmontagsumzug in Saarbrücken. Der Trubel und die Ausgelassenheit der Menschen

**Dozentinnen und Dozenten****LUKAS RATIUS**

*Fotograf, Dokumentarfilmer*

» Lukas Ratius hat an der HBK Saar studiert. Seit 2018 arbeitet er als Fotograf an eigenen Projekten und für unterschiedliche Auftraggeber\*innen wie z. B. das ZEITmagazin, die Süddeutschen Zeitung, die taz oder das 11 Freunde Magazin. Seit 2020 realisiert Lukas Ratius in Zusammenarbeit mit Philipp Majer auch Dokumentarfilme für die ARD. In freien Projekten beschäftigt er sich mit der Sichtbarmachung gesellschaftlicher, politischer und ökonomischer Mechanismen, Netzwerke und Strukturen. Seine künstlerische Praxis basiert auf fotografischen Langzeitbeobachtungen; dabei bewegt er sich zwischen subjektiven Fragestellungen und fotojournalistischer Aufarbeitung. «

im Karneval bieten unendlich viele Möglichkeiten, das Gesehene in fotografischen Bildern festzuhalten. Während der Exkursion steht der Dozent den TeilnehmerInnen beratend zur Seite. Am dritten und vierten Termin werden die Ergebnisse präsentiert und gemeinsam besprochen. Ziel ist, dass jede/r Teilnehmende eine eigene abgeschlossene Serie zusammenstellt.

*Der Kurs ist für Anfänger und fortgeschrittene FotografInnen geeignet. Die eigene Kamera oder ein Mobiltelefon mit Kamera bitte mitbringen.*

● **Kurs 2527**

**Lukas Ratius, Fotograf**

Fr. 28.02.2025, 18:00 – 20:30 Uhr,

vhs Zentrum, Saal 2 OG

Mo. 03.03.2025, 09:00 – 15:00 Uhr,

Treffpunkt wird noch bekanntgegeben

Do. 06.03.2025, 18:00 – 21:00 Uhr,

vhs Zentrum, Saal 2 OG

Fr. 07.03.2025, 18:00 – 21:00 Uhr,

vhs Zentrum, Saal 2 OG

vhs-Zentrum, Saal 2 OG

EUR 75,00 (60,00)



**Online-Kurs**

**Sensor-Reinigung  
und Kamera-/Objektivpflege**

Der Online-Kurs zeigt, wie und womit Sie Ihren Kamerasensor, Objektive und die Kamera selbst gefahrlos, gründlich und sicher reinigen können. Weitere Informationen zum Kurs finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

● **Kurs 2528**

**Karl H. Warkentin, Fotograf**

Mo. 04.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

Zoom

EUR 37,00

**Ausstellung**

**Spiegelungen**

Fotografien von Spiegelungen können mehrere Perspektiven auf die Wirklichkeit in einem gewählten Ausschnitt verdichten

● **Kurs 1600A**

Fotogruppe der Akademie für Ältere

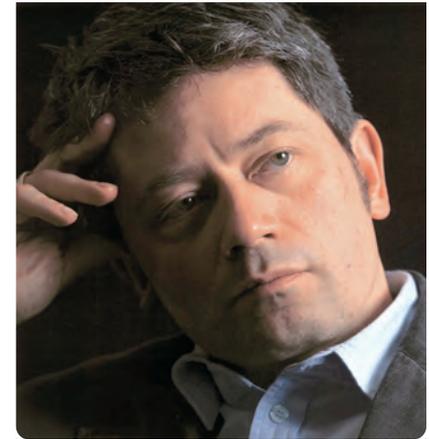
Vernissage: 16.01.2025, 17:00 Uhr

Ausstellungsdauer: 16.01. – 21.02.2025

Altes Rathaus, Foyer (1. Etage)

gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**DR. ROLAND AUGUSTIN**

**Kunsthistoriker**

» Roland Augustin, geboren 1963, ist Kunsthistoriker. Er studierte an der Universität Trier und an der Rijksuniversiteit Utrecht und promovierte über das Thema „Der Geschmack des Neuen: das Motiv des Tabakrauchens und seine Modernität in der niederländischen Kunst“ ab. Seit 1994 arbeitet er am Saarlandmuseum, pflegte den Nachlass der Fotografin Monika von Boch in die Sammlung der Modernen Galerie ein und ist dort seit vielen Jahren Leiter der Fotografischen Sammlung. Er kuratierte zahlreiche Ausstellungen im Kontext Fotografie, so jüngst: „Mythos Paris. Fotografie von 1860 bis 1960“. Roland Augustin ist Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Photographie, DGPh. «

**Alles, überall,  
zu Deiner Zeit.**

Finde sofort, was Dir im  
Saarland wichtig ist: SR.de

Auch als App.



→ SR.de

**SR**

MEIN LAND.  
MEIN SENDEK.

**Beratung und Information**

**Dr. Kristina Betz**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 31  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4321  
 Fax 0681 506-4390  
 kristina.betz@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**

**Mechthild Speicher**  
*Sachbearbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 1  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4316  
 Fax 0681 506-4399  
 mechthild.speicher@rvsbr.de

**Kunsth Handwerk**

*Im Kunsthandwerk geht es immer wieder darum, Nützlichkeit und Schönheit oder Form und Funktion in ein ausbalanciertes Verhältnis zu bringen, das Sie selbst bestimmen. Soll der Strohhut sie in erster Linie vor der Sonne beschützen – oder wollen Sie zum „Hingucker“ auf der Strandpromenade werden? Wollen Sie ein alltagstaugliches Kleidungsstück nähen – oder eine opulente Abendrobe?*

*Bevor Sie sich ans Werk machen, stehen Ihnen unsere qualifizierten DozentInnen als AnsprechpartnerInnen zur Verfügung, um Sie zu beraten und auf allen Schritten von der Vision zur Realisierung kompetent zu begleiten.*

*In den kunsthandwerklichen Berufen braucht es meist Jahre, um ein Talent zu vollem Können zu entfalten. Nicht umsonst spricht man vom Hand-Werk; es ist nötig, sich in manuellen Fertigkeiten zu üben, bevor man sich an allzu komplexe Herausforderungen wagen kann. Die DozentInnen der vhs haben über die Jahre viele KursteilnehmerInnen während der Phasen des Übens angeleitet und betreut. Vertrauen Sie sich der Einschätzung und Beratung dieser Profis an, dann werden Sie Ihren Kurs mit einem Erfolgserlebnis abschließen.*



**KUNSTHANDWERK****Hutmacherei****Wochenendkurs****Mut zum Hut****Eigener Kopf – eigener Strohhut**

Ob Sie nach Ascot wollen, oder an den Strand der Adria: Ein passender Hut wird Ihr Outfit komplettieren. Wir verarbeiten Strohgewebe zu schönen luftigen Hüten, können aber auch alte Strohhüte zu einem neuen Hut umgestalten. Ich zeige Ihnen Techniken, um von Hand oder mit der Maschine Ihren Hut zu dekorieren; werden Sie mit mir kreativ!

*Mitzubringen: alte Schere, Nähnadeln, Stecknadeln, Fingerhut, altes T-Shirt, Wasserkocher, Maßband. Die Hutrohlinge und sonstige Materialien werden von der Dozentin in einer Sammelbestellung, zum Selbstkostenpreis, beim Fachhändler bestellt.*

● **Kurs 2600**

**Sabrina Neukirch, Modistin,**  
[facebook.com/FrauLunaHutmanufaktur](https://facebook.com/FrauLunaHutmanufaktur)

Fr. 27.09.2024, 16:00 – 20:30 Uhr

Sa. 28.09.2024, 10:00 – 15:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 25 (Textiler Werkraum)

EUR 90,00 (75,00) zzgl. Materialkosten)

**Wochenendkurs****Eigener Kopf – eigener Filzhut**

Es stehen Ihnen Formen aus Holz oder Masse, inspiriert von den 20er, 60er Jahren bis zur aktuellen Mode zur Verfügung, um Ihren eigenen Hut zu kreieren. Wir verarbeiten neue Wollfilzstumpen, können aber auch alte Hüte zu einem neuen Hut umgestalten. Ich zeige Ihnen Techniken, um von Hand oder mit der Maschine Ihren Hut zu dekorieren. Werden Sie mit mir kreativ.

*Mitzubringen: alte Schere, Nähnadeln, Stecknadeln, Fingerhut, altes T-Shirt, Wasserkocher, Maßband. Zusatzkosten für Material (Hutrohling, Bänder, Dekorationen, Draht) für einen Hut von ca. 15 Euro je nach Verbrauch sind direkt bei der Dozentin zu entrichten. Je nach Modellauswahl können ein oder zwei Hüte aus Filz angefertigt werden.*

● **Kurs 2600A**

**Sabrina Neukirch, Modistin,**  
[facebook.com/FrauLunaHutmanufaktur](https://facebook.com/FrauLunaHutmanufaktur)

Sa. 12.10.2024, 10:00 – 15:15 Uhr

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 15:15 Uhr

Altes Rathaus, Raum 25 (Textiler Werkraum)

EUR 95,00 (80,00) zzgl. Materialkosten)

**Schmuckgestaltung****Wochenendkurs****Silberschmuck mit Art Clay**

Art Clay besteht aus ganz fein gemahlendem Silber, Bindemittel und Wasser. Nach dem Modellieren, Trocknen und Brennen besteht das Schmuckstück aus 99,9 Prozent reinem Silber. Dank dieser fantastischen Modelliermasse können sogar AnfängerInnen unter fachmännischer Anleitung schon tolle Schmuckstücke selbst gestalten. Zudem können Zirconia, Glas, Porzellan, Edelsteine mit eingearbeitet werden. Da man keine Werkstatt oder teuren Werkzeuge benötigt, kann man später auch mal zu Hause damit arbeiten. Dem freien Gestalten mit Art Clay sind wenig Grenzen gesetzt.

*Die Materialkosten werden direkt an die Dozentin gezahlt.*

● **Kurs 2601**

**Roswitha Parduhn**

Vorbesprechung: Fr. 08.11.2024, 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

Sa. u. So. 10:00 – 17:00 Uhr,

**Dozentinnen und Dozenten**

**SABRINA NEUKIRCH**  
Modistin

» „Kleider machen Leute“, sagt man. Das gilt erst recht für Hüte, finde ich. Kopfbedeckungen können jedem Look ein markantes i-Tüpfelchen verleihen und die Persönlichkeit des Trägers oder der Trägerin unterstreichen. Seit meiner Kindheit war ich fasziniert von den farbenprächtigen Hüten der Queen, von den Melonen, die Stan Laurel und Oliver Hardy trugen oder von den eleganten Hüten, die das sinnliche „Kleine Schwarze“ von Audrey Hepburn in „Frühstück bei Tiffany“ ergänzten. Humphrey Bogart im Trenchcoat, aber ohne Hut – unvorstellbar, meine ich. Um unter meiner Anleitung ihren Wunsch-Hut zu gestalten, brauchen Sie keine Vorkenntnisse. Um diesen Hut dann auf der Straße zu tragen: nur ein klein wenig Mut. «

## KUNSTHANDWERK

jeweils 1 Std. Pause  
 ab 16.11.2024, 2 Termine  
 Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
 EUR 57,00 (45,00) zzgl. Materialkosten)

● **Kurs 2602**

**Roswitha Parduhn**

Vorbesprechung: Fr. 10.01.2025, 18:00 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 Sa. u. So. 10:00 – 17:00 Uhr,  
 jeweils 1 Std. Pause  
 ab 18.01.2025, 2 Termine  
 Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
 EUR 57,00 (45,00, zzgl. Materialkosten)

**Einzelveranstaltung**

**„Ich habe da mal eine Frage“ –  
 Alles zum Thema Schmuck**

Dieses Angebot richtet sich an alle, die Interesse an Schmuck haben. Sie hatten bereits einen Kurs besucht und würden gerne weiter machen oder wieder einsteigen? Sie wissen nicht, ob unser Angebot für Sie interessant sein kann? Sie sind einfach am Thema interessiert? Da liegt seit Jahren etwas in der Schublade und Sie wissen nicht so genau? Vielfältige Menschen haben vielfältige Fragen, so z. B.: „Wieso heißt das eigentlich „Goldschmied“, wenn mit Messing und Silber gearbeitet wird?“ Gemeinsam versuchen wir uns all dem zu nähern.

● **Kurs 2603**

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,  
 Goldschmiedin, [www.MarionHenne.de](http://www.MarionHenne.de)**  
 Mi. 08.01.2025, 19:30 Uhr – 21:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 EUR 8,00 (zzgl. Materialkosten)  
*Anmeldung erforderlich*

**Wochenendkurs**

**Goldschmieden für AnfängerInnen**

Sie erhalten die Möglichkeit, Einblicke in handwerkliche Arbeit und gestalterische Vorgehensweisen zu erwerben. Werkstatteinweisung, Grundkenntnisse und Entwurfsübertragung werden in professioneller Weise vermittelt. Eigene Ideen werden besprochen und gemeinsam in einen realisierbaren Entwurf umgesetzt. *Material: Messing, später auch Silber. Es fallen Kosten in Höhe von 7,00 Euro für Verbrauchsmaterial an. Silber kann erworben werden. Bequeme Arbeitskleidung; falls vorhanden: Leselampe, Dreifachsteckdose bzw. Verlängerungskabel, Lesebrille, Papier, Bleistift. Werkzeug, Zirkel, wasserfester Stift. Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich.*

● **Kurs 2603A**

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,  
 Goldschmiedin, [www.MarionHenne.de](http://www.MarionHenne.de)**  
 Vorbesprechung: Fr. 10.01.2025, 19:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 Fr. 18:30 – 21:00 Uhr  
 Sa. u. So. 10:00 – 17:15 Uhr,  
 jeweils 1 Std. 15 min. Pause  
 ab 17.01.2025, 3 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 EUR 110,00 (77,00), zzgl. Materialkosten

● **Kurs 2603B**

**Marion Henné, Dipl.-Designerin,  
 Goldschmiedin, [www.MarionHenne.de](http://www.MarionHenne.de)**  
 Vorbesprechung: Fr. 10.01.2025, 19:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 Fr. 18:30 – 21:00 Uhr  
 Sa. u. So. 10:00 – 17:15 Uhr,  
 jeweils 1 Std. 15 min. Pause  
 ab 24.01.2025, 3 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 EUR 110,00 (85,00)  
 zzgl. Materialkosten

**Dozentinnen und  
 Dozenten**

**MARION HENNÉ**

**Dipl.-Designerin, Goldschmiedin**

» Meine Ausbildungen habe ich in Idar-Oberstein absolviert und gebe mein Wissen, meine Erfahrungen und meine Leidenschaft als Goldschmiedin & Diplom-Designerin für Edelsteine und Schmuck, gerne weiter. Seit über 15 Jahren auch an der Volkshochschule meiner Heimatstadt. Kurse zu unterschiedlichen Themen decken ein weites Feld des Schmuckschaffens ab. Gelegentliche Ausflüge in angrenzende Gefilde sind natürlich möglich. Der kleine Kurs: „Wie kommt der Finger in den Löffel?“ ist ein Beispiel dafür. Ohne Vorkenntnisse mit viel Freude und Ideen und einem geeigneten Besteckteilchen – kann Jede/r zu respektablen Ergebnissen kommen. Ich freue mich darauf. «

### Floristik

#### **Workshop** **Rindengefäß**

Entdecken Sie die Fülle des Herbstes in unserem Kurs: Gestalten Sie ein Gefäß aus natürlicher Rinde und verleihen Sie ihm mit Blumen, Beeren und Dachwurz-Pflanzen einen herbstlichen Zauber. *Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere*

● **Kurs 2610A**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Sa. 26.10.2024, 14:00 – 16:15 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 12,00 (10,00, zzgl. Materialkosten)

#### **Workshop** **Loop**

Kommen Sie in unseren Herbstkurs und kreieren Sie einen einladenden Türschmuck! Wir verwenden biegsame Zweige und binden damit einen herbstlichen Loop, den wir mit den Schätzen der Natur in warmen Herbstfarben schmücken. So kommt saisonale Eleganz an die Haustür. *Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere*

● **Kurs 2610B**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Sa. 09.11.2024, 14:00 – 16:15 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 12,00 (10,00, zzgl. Materialkosten)

#### **Workshop** **Adventskranz**

Tauchen Sie ein in die festliche Welt des Advents mit unsrem Kurs: Erschaffen Sie Ihren einzigartigen Adventskranz aus duftendem Eukalyptus und traditionellem Tannengrün, verziert mit funkelnden Accessoires.

*Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere*

● **Kurs 2610C**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mi. 13.11.2024, 18:30 – 20:45 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 12,00 (10,00, zzgl. Materialkosten)

#### **Workshop** **Drahtstern**

Entdecken Sie die Magie des Winters in unserem Kurs: Erschaffe Sie Ihren funkelnden Drahtstern, kunstvoll verziert mit duftendem Eukalyptus, zarten Trockenblumen und einer zauberhaften Lichterkette. Werden Sie kreativ und erleben Sie, wie Ihr Zuhause im Glanz der Vorweihnachtszeit erstrahlt.

*Bitte bringen Sie, wenn möglich, eigenes Werkzeug mit: Gartenschere, Schere und Drahtschere*

● **Kurs 2610D**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Sa. 07.12.2024, 14:00 – 16:15 Uhr  
Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)  
EUR 12,00 (10,00, zzgl. Materialkosten)

### 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 BlumenliebhaberInnen 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. «

## KUNSTHANDWERK

## Nähen

Zu allen Nähkursen bitte folgende Materialien mitbringen:  
Stoffreste, Nähgarn, Maßband, Schere, Stecknadeln, Nähadeln, Schneiderkreide, Kopierädchen, Kopierpapier, Schnittmuster usw.

**Nachmittagskurs****Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Der Kurs hat keine Vorbesprechung. Die Nähvorhaben bitte zum 1. Termin mitbringen.

*Bitte mitbringen: Stoff, Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster. Nähmaschinen sind vorhanden.*

● **Kurs 2652**

**Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin**

Mi. 15:30 – 18:30 Uhr  
ab 25.09.2024, 11 Termine  
GS Bruchwiese, Nähraum Gebäude B,  
Sachsenweg 8, 66121 SB  
EUR 88,00 (66,00)

● **Kurs 2653**

**Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin**

Mi. 18:30 – 21:30 Uhr  
ab 25.09.2024, 11 Termine  
GS Bruchwiese, Nähraum Gebäude B,  
Sachsenweg 8, 66121 SB  
EUR 88,00 (66,00)

**Vormittagskurs****Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Der Kurs hat keine Vorbesprechung. Die Nähvorhaben bitte zum 1. Termin mitbringen. Es besteht die Möglichkeit, die mitgebrachten Nähmaschinen in einem abschließbaren Schrank zu deponieren. Falls keine eigene Nähmaschine vorhanden ist, stehen Nähmaschinen der vhs

zur Verfügung.

*Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), Stoff, Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster.*

● **Kurs 2654**

**Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin**

Mo. 09:00 – 12:00 Uhr  
ab 23.09.2024, 11 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
EUR 88,00 (66,00)

**Abendkurs****Nähglück für alle**

Tauchen Sie ein in die wunderbare Welt des Nähens und entdecken Sie die Vielfalt der gestalterischen Möglichkeiten für Ihre persönlichen Mode-Ideen. Ob Sie AnfängerIn sind oder schon Erfahrungen mit dem Nähen haben, Sie werden individuell und fachlich begleitet, damit Sie Ihre persönlichen Nähziele mit viel Spaß und Erfolg erreichen können. Lassen Sie sich von unserer kreativen Umgebung und gleichgesinnten KursteilnehmerInnen motivieren und inspirieren.

*Die Nähmaschinen und Grund-Schnittmuster werden zur Verfügung gestellt.*

*Bitte mitbringen: Stecknadeln, Schere, Maßband, evtl. Schnittmuster und Stoff.*

● **Kurs 2655**

**Viktoria Maslennikov, Schneiderin und Modekonstrukteurin**

Do. 17:00 – 20:00 Uhr  
ab 09.01.2025, 9 Termine  
GS Bruchwiese, Nähraum Gebäude B,  
Sachsenweg 8, 66121 SB  
EUR 80,00 (68,00)

## Dozentinnen und Dozenten



**GABRIELE BROCKMÜLLER**  
Schneidermeisterin

» Ich hatte das Glück, mein Hobby zum Beruf machen zu können. Nach erfolgreicher Meisterprüfung arbeitete ich seit 1979 freiberuflich in Saarbrücken. Seit vielen Jahrzehnten leite ich an einer Familienbildungsstätte und seit ca. 25 Jahren auch an der vhs Nähkurse. Mein Motto lautet: Jeder kann Nähen lernen, wenn er sich kreativ betätigen möchte, Geduld und Ausdauer mitbringt und lernwillig ist. Vom Einkaufsbeutel über Kinderkleidung bis zur Abendrobe oder zum Hochzeitskleid – alles ist möglich. «

**Stricken und häkeln**

**Abendkurs**

**Stricken und Häkeln – kreativ und meditativ**

Rund, eckig, dreidimensional – alles, was sich häkeln oder stricken lässt, vom Erlernen der Grundlagen bis zum Erstellen aufwendiger Teile – all das ist in diesem Kurs möglich. Kleidung, Tiere/Figuren, Decken und vieles mehr: Verrücktes und Praktisches, Traditionelles und Modernes warten auf Verwirklichung.

Fragen zum Kurs gerne vorab an die Kursleiterin (Fon 06806 45681 oder le-bec@gmx.de).

● **Kurs 2662**

**Barbara Schnabel**

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 17.09.2024, 6 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
EUR 50,00 (35,00)

● **Kurs 2663**

**Barbara Schnabel**

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 12.11.2024, 6 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
EUR 50,00 (35,00)

● **Kurs 2664**

**Barbara Schnabel**

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 07.01.2025, 6 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
EUR 50,00 (35,00)

**Dozentinnen und Dozenten**



**VIKTORIA MASLENNIKOV**  
Schneiderin

» Mein Name ist Viktoria Maslennikov, ich bin 46 Jahre jung und bin glückliche Mama von 3 Kindern. Vor 22 Jahren habe ich in meiner Heimat meinen Abschluss als Zuschneiderin und Modekonstrukteurin gemacht. Danach konnte ich in einem Maßschneider-Atelier wertvolle Erfahrungen im Design und in der Modeanfertigung sammeln. In Deutschland habe ich 14 Jahre lang in einem Modekaufhaus-Atelier gearbeitet. Vor drei Jahren konnte ich endlich meinen Traum verwirklichen und begann, Näh- und Schneiderkurse zu geben. Dies bereitet mir große Freude, da ich mein Wissen und meine Leidenschaft fürs Nähen mit anderen teilen und ihnen helfen kann, ihre eigenen kreativen Projekte zu verwirklichen. «

**PLATZ GESUCHT.  
ZUKUNFT  
gefunden.  
#teamherz**

Werde auch du Teil des #teamherz und finde einen Job, der dich erfüllt.  
[www.awo-saarland.de/jobs](http://www.awo-saarland.de/jobs)

**AWO** | Saarland

## KUNSTHANDWERK

## Arbeiten mit natürlichen Materialien

**Workshop****Korbflechten**

Hier erlernen Sie die ersten Schritte in der Jahrtausende alten Kulturtechnik des Korbflechtens.

Sie fertigen Ihren eigenen runden Henkelkorb aus ungeschälten Weiden. Dabei werden Sie grundlegende Flechttechniken wie Fitzen, Kimmen und Schichten kennen lernen. Zusätzlich werden grundlegende theoretische Informationen zu Weiden, ihrer Verarbeitung und Bezugsmöglichkeiten vermittelt.

Wir beginnen mit runden Körben, die viele Form- und Farbvariationen möglich machen. Die im Kurs vermittelten Techniken bilden mit entsprechender Übung die Grundlage für alle weiteren möglichen Korbformen und Flechtarbeiten.

*Für jede/n TeilnehmerIn steht ein kompletter Satz Werkzeug zur Verfügung. Wer gerne mit eigenem Werkzeug arbeitet, benötigt ein kräftiges, scharfes, gerades Messer, eine scharfe Gartenschere, ein Metermaß und ein Schlageisen (alternativ einen Meißel oder ein ähnliches, stumpfes Metallschlagwerkzeug). Je nach Weidensorte fallen zusätzlich Materialkosten in Höhe zwischen 10,00 und 15,00 Euro an. Die Materialkosten sind vor Ort direkt an den Dozenten zu zahlen. Anmeldung bis spätestens drei Wochen vor Kursbeginn.*

● **Kurs 2670**

**Torsten Göbel, Hobby Korbflechter,**  
<https://weide-und-korb.de>

Fr. 11.10.2024, 16:00 – 20:00 Uhr

Sa. 12.10.2024, 09:00 – 17:00 Uhr,

1 Std. Pause

Vorstadtstraße 29-31 (Kunstpalais)

EUR 80,00 (64,00) zzgl. Materialkosten

**Torsten Göbel**

„Mein erster, noch unverbindlicher Kontakt zum Flechten war bereits 2012. Seit 2017 hat mich die Leidenschaft für das uralte und doch immer neue Kunsthandwerk gepackt und nicht mehr losgelassen. Mein Fokus liegt auf der Herstellung von Körben und anderen nützlichen Flechtwerken mit Weiden in einfacher, klarer Form. Die Weitergabe des Wissens ist mir sowohl persönliches Anliegen als auch große Freude.“ Torsten Göbel (geb. 1975) lebt und arbeitet in Saarbrücken.



## Verantwortlich für den Programmbereich



**Sarah Bergmann**  
*Programmbereichsleiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 21  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4320  
Fax 0681 506-4390  
sarah.bergmann@rvsbr.de

## Gesundheit und Ernährung



## Inhalt

• Gesundheitsbildung	168
• Prävention	168
• Entspannung und Stressbewältigung	173
• Yoga	177
• Tai Chi, Qi Gong	183
• Gesundheitspflege	185
• Bewegung und Fitness	185
• Outdoor	192
• Wintersport	192
• Selbstverteidigung/ Gewaltprävention	195
• Tanzen	196
<b>• Ernährung und Kochen</b>	<b>201</b>
• Grundwissen Ernährung und Gesundheit	202
• Ernährungstrends	204
• Andere Länder, andere Küchen	205
• Backkurse	209
<b>• Wein- und Getränkekultur</b>	<b>211</b>
• Weinkultur	212
• Getränkekultur	216
• Exkursionen	219

**Beratung und Information**

**Anika Adam**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 22  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4333  
Fax 0681 506-4390  
anika.adam@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**

**Nicole Naumann**  
Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 2  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4332  
Fax 0681 506-4399  
nicole.naumann@rvsbr.de

**Gesundheitsbildung**

*Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können.*

*Auch in diesem Semester erwarten Sie spezielle Angebote aus dem Bereich der Gesundheitsbildung. Die medizinische Vortragsreihe in Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken beschäftigt sich mit den Themen Blasenschwäche, Patientenverfügung, Herzgesundheit und Endometriose. Weiterhin sind Workshops zum Stressmanagement sowie ernährungsspezifische Vorträge fester Bestandteil des Programms.*

*Freuen Sie sich auf zahlreiche Angebote an Gesundheits- und Entspannungsmethoden sowie auf vielfältige Bewegungs- und Fitnesskurse.*

*Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen verknüpfen Sachinformationen und Lernen mit allen Sinnen. Gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.*



## GESUNDHEITSBILDUNG

### Gesundheitsakademie

Unter der Kategorie der Gesundheitsakademie erwerben Sie grundlegendes und spezialisiertes Wissen über den Themenbereich der Gesundheit. Die erworbenen Kenntnisse tragen zur Verbesserung Ihrer Gesundheitskompetenz bei. Mithilfe der Kurse und Vorträge im Bereich der Gesundheitsakademie erweitern Sie Ihren Sachverstand und erlangen die Befähigung, sich mit Gesundheitsthemen kritisch auseinanderzusetzen und das erworbene Wissen im Alltag umzusetzen.

### Prävention

#### Vortrag

#### Infoabend: Rauchfrei leben

Wollen Sie endlich das Rauchen loswerden und ein gesünderes Leben beginnen? Der Infoabend lädt unverbindlich dazu ein, sich über den bevorstehenden „Rauchfrei leben“-Workshop zu informieren. Im Mittelpunkt des Vortrags stehen die Inhalte und der Nutzen des anstehenden Workshops und wie dieser unterstützen kann, mit dem Rauchen aufzuhören. Die Möglichkeit für Fragen und individuelle Beratung sind ebenso gegeben.

#### ● Kurs 2701

#### Wolfgang Fögen, Kursleiter IFT Rauchfrei

Fr. 20.12.2024, 18:00 – 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

gebührenfrei

Zum Vortrag wird der Wochenend-Workshop AQ2701A am 11.01.2025 angeboten.

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von dem Dozenten.

#### Wochenend-Workshop

#### Rauchfrei leben

Wollen Sie endlich das Rauchen loswerden und ein gesünderes Leben beginnen? Der Workshop „Rauchfrei leben“ ermöglicht, den ersten Schritt zu einem rauchfreien Leben zu machen. Praktische Tipps und Strategien, um mit dem Rauchen aufzuhören sowie Information über die gesundheitlichen Vorteile eines rauchfreien Lebensstils sind Inhalte des Workshops. Wichtige Bausteine sind außerdem gemeinsame Diskussionen und der Austausch mit Gleichgesinnten und Unterstützung bei der Bewältigung von Entzugserscheinungen und Rückfallprävention. Egal, ob Sie gerade erst mit dem Rauchen aufhören möchten oder bereits den Versuch unternommen haben und Unterstützung benötigen - dieser Workshop ist für alle geeignet, die den Schritt in ein rauchfreies Leben wagen wollen.

#### ● Kurs 2701A

#### Wolfgang Fögen, Kursleiter IFT Rauchfrei

Sa. 11.01.2025, 10:00 – 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

EUR 170,00

#### Workshop

#### Die Kunst des Neuanfangs: Den inneren roten Faden entdecken und sinnvoll leben

Die Suche nach einem Neuanfang, weil sich das jetzige Leben nicht mehr richtig anfühlt. Aufgrund vieler Pflichten und Zwänge ist man antriebslos geworden und erschöpft vom eigenen Durchhalten. In diesem Workshop werden Wege aufgezeigt, den eigenen inneren roten Faden

wieder zu entdecken, um mit dieser Erkenntnis einen Neuanfang in seinem Leben zu wagen.

#### ● Kurs 2702

#### Dr. Christel Weins, Logotherapeutin

Mi. 13.11.2024, 17:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 20,00

#### Wochenend-Workshop

#### Stress & Stressbewältigung

Stress kennen wir alle. Neu für den ein oder anderen ist vielleicht, dass es sowohl positiven als auch negativen Stress gibt. Aber was ist Stress überhaupt und welche Symptome werden durch Stress verursacht?

In diesem Workshop werden Tools und Techniken zur besseren Wahrnehmung von Stressoren, Stressbewältigungsstrategien und Möglichkeiten zur Stressprävention erlernt.

#### ● Kurs 2703

#### David Schork, B.A. Fitnessökonomie, M.A.

#### Prävention und Gesundheitsmanagement

Sa. 16.11.2024, 10:00 – 14:00 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 27,00

#### Workshop

#### Wenn die Eltern altern!

Für die erwachsenen Kinder geschieht es schleichend, dass Sie erleben müssen, dass das Altern ihrer Eltern ein Lebensumbruch darstellt. Nach dem Auszug der Kinder oder dem Wegfall der Erwerbsarbeit kann bei den Eltern ein Gefühl entstehen, nicht mehr gebraucht zu werden. Dies kann eine sich ausbreitende Leere oder gar ein Sinnlosigkeitsgefühl nach sich ziehen, was für Kinder und Eltern eine hohe psychische Belastung darstellen kann, insbesondere wenn ein

Elternteil bereits verstorben ist oder sich getrennt hat. Nach dem Impulsvortrag soll in einem anschließenden Gespräch überlegt werden, wie die erwachsenen Kinder, trotz ihrer hohen Arbeitsbelastung, die Eltern unterstützen können, ein erfülltes Leben zu führen.

● **Kurs 2705**

**Dr. Christel Weins, Logotherapeutin**

Do. 26.09.2024, 17:00 – 20:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 20,00

**Vortrag**

**Wie 30 Sekunden TikTok das Leben Ihres Kindes verändern**

Schon wieder Weihnachten?! 30 Sekunden TikTok, zack, ist ein ganzes Jahr vorbei – digitale Medien. Es ist, als wäre eine unsichtbare Macht am Werk, die Kinder und Jugendliche in ihren Bann zieht. Doch wie stark ist diese Macht eigentlich? Und wie wirkt sie sich auf das physische und psychische Wohlbefinden unserer Schützlinge aus? Neben der Wirkung des Medienkonsums auf das Zeiterleben, die Konzentrationsfähigkeit und den Schlaf, werden mögliche Maßnahmen zur Medienerziehung und -prävention beleuchtet.

● **Kurs 2706**

**Miriam Fuchs, M.A. Gesundheitsmanagement/CaraVita Physiotherapie GmbH**

Mi. 20.11.2024, 18:00 – 19:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 6,00

**Workshop**

**Stress – die Würze macht's**

Stress – unser täglicher Begleiter, egal ob im Beruf oder Privat. Doch Stress ist per se nicht schlecht. Die Würze macht's! In dem Workshop lernen Sie die positive Seite von Stress kennen. Sie erfahren, in welchen Momenten Stress

sinnvoll sein kann oder wann lieber eine Entspannungsmethode angebracht wäre. Zusammen finden wir Ihre persönliche Mischung, mit der Sie zukünftig Stress erfolgreich vorbeugen, bewältigen und managen können.

● **Kurs 2707**

**Svenja Lawall, M.A. Gesundheitsmanagement/CaraVita Physiotherapie GmbH**

Di. 21.01.2025, 17:00 – 19:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 2 OG

EUR 6,00

**Workshop**

**Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop**

Neben theoretischem Grundwissen stehen in diesem Praxisworkshop vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort im Mittelpunkt.

● **Kurs 2708**

**Andrea Grucza, Rettungsassistent**

Sa. 02.11.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 20,00

**Junge vhs**

**Pflasterpass® Bronzekurs**

✳ 4 – 5 Jahre

Welchen Gefahren begegnen Kinder im Alltag? Wie können Kinder in einer Notfallsituation helfen? Mit Pflasterpass® entdecken Kinder altersentsprechend und kindgerecht mit Igelchen und seinen Freunden die Grundlagen der Ersten Hilfe und werden für Notfallsituationen gestärkt.

● **Kurs 2709**

**Silke Jensen, MTLA,**

**Pflasterpass® Kursleiterin**

Fr. 20.09.2024, 16:30 – 17:15 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 15,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**DAVID SCHORK**  
**Gesundheitscoach**

» Als Gesundheitscoach mit ganzheitlichem Konzept liegen meine Schwerpunkte in den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation. Hier arbeite ich unter anderem mit Personal Training, Ernährungsberatung, Massagen, Kinesio Taping und einigen spezialisierten Anwendungen. Kombiniert wird das Ganze mit psychischer Gesundheit und Mentaltraining. Diese Kombination und den ganzheitlichen Ansatz lasse ich auch in meine Seminare und Workshops mit einfließen. Meine TeilnehmerInnen gehen mit geballtem Wissen und viel gelernter Praxis nach Hause. Ich freue mich darauf dieses Wissen auch bei der vhs weitergeben zu können. «

### Junge vhs

#### Pflasterpass® Silberkurs

🌟 5 – 6 Jahre

Welchen Gefahren begegnen Kinder im Alltag? Wie können Kinder in einer Notfallsituation helfen? Mit Pflasterpass® entdecken Kinder altersentsprechend und kindgerecht mit Igelchen und seinen Freunden die Grundlagen der Ersten Hilfe und werden für Notfallsituationen gestärkt.

● **Kurs 2710**

*Silke Jensen, MTLA,*

*Pflasterpass® Kursleiterin*

Sa. 12.10.2024, 10:00 – 11:45 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 22,00

In Kooperation mit der  
Landesfachstelle Demenz

### Vortrag

#### Demenz – Was dann?

Pflegende Angehörige sind mit der Betreuung von Menschen mit Demenz vor besondere Aufgaben gestellt. Angehörige von Menschen mit Demenz (z. B. Alzheimer-Krankheit) sind nicht nur den Belastungen ausgesetzt, wie man sie auch bei Angehörigen von PatientInnen mit schweren chronischen, körperlichen Erkrankungen findet. Hinzu kommen vielmehr noch spezielle Probleme durch Desorientiertheit, Umkehr des Tag-Nacht-Rhythmus, Vergesslichkeit, Aggressivität und Wesensveränderung, die die Beziehung zwischen BetreuerIn und betreuter Person zunehmend belasten und verändern, häufig die Zuneigung auslaugen. Saarlandweit sind derzeit ca. 25.000 Menschen von Demenz betroffen. 80% der Betroffenen werden im Saarland von ihren Angehörigen, in der Häuslichkeit versorgt, mehr als im Bundesdurchschnitt. Die Veranstaltung

bietet die Möglichkeit zur Information, zur Diskussion und zum Erfahrungsaustausch über demenzielle Erkrankungen.

● **Kurs 9569**

*Andreas Sauder, Landesfachstelle Demenz Saarland*

Di. 03.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

gebührenfrei

In Kooperation mit der Tanzschule  
Bootz-Ohlmann und dem Malteser  
Hilfsdienst

### Mittagskurs

#### Tanzen gegen das Vergessen

Mit einem niedrigschwelligen Angebot wird Menschen mit Demenz ein schöner Nachmittag mit Kaffee und Kuchen, toller Musik und Tänzchen, die sie zurück in ihre Jugend hinein- und aus dem Alltag entfernen, geboten.

● **Kurs 2711**

*Tanzschule Bootz-Ohlmann*

Jeden ersten Dienstag im Monat,

14:00 – 16:30 Uhr

Tanzschule Bootz-Ohlmann,

Europaallee 4 a, 66113 Saarbrücken

gebührenfrei

*Teilnahme ohne Anmeldung möglich.*

*Für Fragen stehen der Malteser Hilfsdienst*

*mit Sabine Eis (Fon 0681 379975122)*

*und die Tanzschule Bootz-Ohlmann mit*

*Alice De Grazia (Fon 0681 3733333) als*

*Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.*

### Ernährung und Gesundheit

#### Workshop

#### Ayurveda

In diesem vierstündigen Workshop wird die Entstehung des Ayurvedas und die heutige Bedeutung als eine der ältesten Gesundheitslehren sehr ausführlich

erklärt. Da im Ayurveda die Doshas (Konstitutionstyp), die jedem Menschen zugeordnet sind, die zentrale Rolle spielen, werden diese Doshas anhand eines umfangreichen Fragebogens für die TeilnehmerInnen bestimmt. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Ayurveda in den Alltag integriert werden kann, ganz nach den individuellen Vorstellungen ohne dass Ayurveda zu einem Dogma wird, denn genau das ist Ayurveda nicht.

● **Kurs 2714**

*Rainer Hartkorn, Ayurveda Life Coach*

Sa. 16.11.2024, 14:00 – 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00

### Wochenend-Workshop

#### Teeseminar – Tee aus China

An diesem Nachmittag werden Sie durch eine kleine Reise in die Welt des chinesischen Tees geführt. Tee beurteilen, aufbrühen und kosten stehen im Mittelpunkt. Auch die Wirkung des Tees wird erläutert. Der Schwerpunkt des zu verkostenden Tees wird durch die Jahreszeit bestimmt.

● **Kurs 2978**

*Chunhong Hu*

Sa. 21.09.2024, 14:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17

EUR 9,00 (zzgl. Umlage von EUR 25,00 für Tees)

### Workshop

#### Einführung in die ostasiatische Teezeremonie

Theorie und Praxis des ostasiatischen Tee-Weges werden erlernt. Eine klare Struktur beim grünen Tee hilft ganzheitlich zur Ruhe und sich selbst näher zu kommen.

● **Kurs 2715**

*Bernd Mathieu*

Do. 03.10.2024, 09:00 – 11:30 Uhr  
 Tai-Chi-Schule Mathieu,  
 Innovationscampus Saarland,  
 Altenkesseler Str. 17,  
 Gebäude D1, 66115 SB  
 EUR 17,00 (zzgl. Umlage von EUR 3,00)

● **Kurs 2715A**

**Bernd Mathieu**

Sa. 01.02.2025, 09:00 – 11:30 Uhr  
 Tai-Chi-Schule Mathieu,  
 Innovationscampus Saarland,  
 Altenkesseler Str. 17,  
 Gebäude D1, 66115 SB  
 EUR 17,00 (zzgl. Umlage von EUR 3,00)

**Vortrag**

**Mit Achtsamkeit zum Wohlfühlgewicht**

Durch die Prinzipien der Achtsamkeit gelingt es uns, ganz bewusst zu essen und wieder auf unser Körpergefühl zu hören. Je achtsamer wir essen, desto gesünder essen wir und finden so zu unserem Wohlfühlgewicht. Tipps, Tricks und Übungen für den Alltag werden im Vortrag thematisiert.

● **Kurs 2716**

**Robin-Jessica Sanzo, B.A. Ernährungsberatung, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 23  
 EUR 6,00

**Vortrag**

**Wie ich mich vegan und gesund ernähre**

Eine Ernährung auf der Basis vollwertiger Kohlenhydrate sowie hochwertigem pflanzlichen Eiweiß. Hier erfahren Sie die Grundkenntnisse einer pflanzlichen vollwertigen Ernährung (vegane Ernährung).

● **Kurs 2717**

**Robin-Jessica Sanzo, B.A. Ernährungsberatung, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Do. 09.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 23  
 EUR 6,00

**Medizinwissen**

In Kooperation mit dem Klinikum Saarbrücken

**Vortrag**

**Blasenschwäche bei Frauen – moderne Behandlungsmöglichkeiten können helfen**

Damit das Thema Blasenschwäche bei Frauen zum Thema wird: Oberärztin und Spezialistin für den Fachbereich der sogenannten „Urogynäkologie“, Prof. Dr. Carolin Spüntrup, informiert wie moderne Behandlungsmöglichkeiten bei unkontrolliertem Urinverlust helfen können. Die Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe erklärt neben den anatomischen Gegebenheiten die besonderen Untersuchungsmöglichkeiten bei dem Krankheitsbild Blasenschwäche, wie beispielsweise die Ultraschalluntersuchung des Beckenbodens oder die Funktionsprüfung der Blase mittels urodynamischer Messung. Darüber hinaus werden operative Eingriffsmöglichkeiten aus dem speziellen Fach der „Urogynäkologie“ thematisiert.

● **Kurs 2720**

**Oberärztin Prof. Dr. Carolin Spüntrup, Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe**

Mi. 09.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
 vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
 gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



**ROBIN-JESSICA SANZO**  
 Mental-Coach und  
 Gesundheitsmanagerin

» Ein gesunder Lebensstil war mir schon immer wichtig. Deshalb habe ich meine Leidenschaft rund um das Thema Gesundheit zum Beruf gemacht. Als studierte Ernährungsberaterin und Gesundheitsmanagerin habe ich meinen Schwerpunkt auf das Thema mentale Gesundheit gelegt. Ich biete zu den Themen „Ernährung und mentale Gesundheit“ verschiedene Workshops und Vorträge bei der vhs Regionalverband Saarbrücken an, um mein Wissen mit den TeilnehmerInnen zu teilen. «

### Vortrag

#### Patientenverfügung – weil ich mir wichtig bin

Das Leben lässt sich nicht immer planen, aber wir alle können für den medizinischen Notfall, der lebensbedrohlich sein kann, unter anderem mit einer sogenannten Patientenverfügung vorsorgen. Die Patientenverfügung gibt der Familie und Freunden die Gewissheit, im Sinne des Erkrankten zu handeln, und ist eine wichtige Entscheidungsgrundlage für die behandelnden MedizinerInnen. Neben praktischen Informationen bietet die Veranstaltung eine offene Gesprächsrunde unter der Leitung von Intensivmediziner PD Dr. Konrad Schwarzkopf, der als Chefarzt die Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin im Klinikum Saarbrücken leitet. Dieser beantwortet Fragen aus ärztlicher Sicht und auf Basis seiner Erfahrungswerte von den Intensivstationen.

#### ● Kurs 2721

**Chefarzt PD Dr. Konrad Schwarzkopf, Chefarzt der Anästhesiologie und operativen Intensivmedizin/Zentrum für Intensiv- und Notfallmedizin**

Di. 26.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
gebührenfrei

### Vortrag

#### Gesundes Herz dank gesunder Ernährung

Essen und Trinken fürs Herz: Unser „Motor“ und das Gefäßsystem reagieren mit den Jahren immer sensibler auf einen erhöhten Blutdruck, auf erhöhte Cholesterinwerte und auf Übergewicht. Die Ernährungsmedizinerin Dr. Annette Hammes erklärt, wie man mit einer angepassten Ernährung seine Herzgesundheit positiv beeinflussen und die Verkalkung der

Gefäße verlangsamen kann. Außerdem berichtet die Fachärztin für Allgemeinmedizin, Diabetologie und Ernährungsmedizin darüber, wie der Zuckerkonsum unser Einkaufsverhalten beeinflusst und warum uns Ernährungspausen guttun.

#### ● Kurs 2722

**Dr. Annette Hammes, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Diabetologie, Ernährungsmedizin, Adipologin GGG**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 15  
gebührenfrei

### Vortrag

#### Endometriose verstehen und behandeln

Das Krankheitsbild „Endometriose“ ist behandelbar. PD Dr. Ralph Sascha Baum, Chefarzt der Gynäkologie und Geburtshilfe im Klinikum Saarbrücken, informiert über die Ursachen, die Symptome aber auch über die Behandlungsmöglichkeiten der chronischen Erkrankung, die Einfluss auf verschiedene Lebensbereiche hat und oftmals Lebensqualität nimmt.

#### ● Kurs 2723

**Chefarzt PD Dr. Ralph Sascha Baum, Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe**

Di. 04.02.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 5  
gebührenfrei

Korea jetzt hautnah erleben!

### Vortrag

#### Traditionelle koreanische Medizin und Gesundheit

Im Mittelpunkt des Vortrags steht die traditionelle koreanische Medizin. Was ist Gesundheit? Warum kommt es zu Krankheiten? Was ist Konstitution in der traditionellen, koreanischen Medizin? Auch auf die östliche Meditationskultur

wird eingegangen.

#### ● Kurs 2725

**Dr. Jino Ra**

Fr. 29.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 5,00

### Gesundheitsmethoden

#### Wochenend-Workshop

#### Atem – Ruhe und Bewegung

Nach der Methode von Prof. Ilse Middendorf® den eigenen Atem erkunden. Achtsame Hinwendung, sanfte Dehnungen und leichte, spielerische Bewegungen vertiefen den natürlichen Atemfluss. Wo er ins Stocken geraten ist, kann er freier werden, das Zwerchfell wieder leichter schwingen. So können Gelassenheit, Freude und neue Kraft entstehen. Die Übungen werden meist im Sitzen oder Stehen ausgeführt.

*Bitte bequeme Kleidung und warme Strümpfe mitbringen.*

#### ● Kurs 2730

**Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf**

Sa. 19.10.2024, 15:00 – 18:00 Uhr  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 20,00

#### ● Kurs 2730A

**Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf**

Sa. 16.11.2024, 15:00 – 18:00 Uhr  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 20,00

#### ● Kurs 2730B

**Ute Mühlbauer, Atempädagogin nach Middendorf**

Sa. 11.01.2025, 15:00 – 18:00 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 20,00

### Workshop

#### Klangschalenentspannung – Herbstzeit

Ein Wechsel von längeren zu kürzeren Tagen steht uns bevor. Energie tanken mit passiver Entspannung durch Klanginstrumente und sich in einen positiven, wohltuenden Zustand mit Klangschalen versetzen lassen.

#### ● Kurs 2732

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach

Mi. 25.09.2024, 19:15 – 20:45 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 10,00

### Wochenend-Workshop

#### Geführte Meditation mit Klang

Entspannen ohne großen Aufwand. Klanginstrumente wie Klangschalen, Sansula und Shanti, die zum Einsatz kommen, entspannen, berühren und stärken. Diese Instrumente können im Anschluss erklärt und ausprobiert werden.

#### ● Kurs 2732A

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach

Fr. 04.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 10,00

#### ● Kurs 2732B

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach

Mi. 04.12.2024, 19:15 – 20:45 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 10,00

### Wochenend-Workshop

#### Klangentspannung mit Lachyoga

Der Schwerpunkt des Abends liegt im Training der Wahrnehmung. In diesem Workshop geht es darum, die positive Wirkung des Klangs und des Lachens zu spüren. Passive und aktive Entspannung bewirken im Körper ein gesundes Feuerwerk an Reaktionen.

#### ● Kurs 2732C

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach,

Lachyogalehrer

Fr. 20.09.2024, 19:30 – 21:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 13,00

### Wochenend-Workshop

#### Klanginstrumente kennenlernen

Im Mittelpunkt stehen Handpan und Klangschalen, hinzu kommen Shanti und Körperbasstambura. Diese Instrumente kennenlernen und selbst ausprobieren. Sie erhalten eine Einweisung in die Instrumente, so dass Sie am Ende des Workshops diese selbst einsetzen können, um sich und anderen meditative Klänge zu schenken. Eine spannende Erfahrung für diejenigen, die Neues schon immer ausprobieren wollten, mit dem ein oder anderen Instrument geliebäugelt haben oder Instrumente für sich suchen um Ruhe, Zufriedenheit und Gelassenheit zu finden.

#### ● Kurs 2733

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach

Sa. 12.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 26,00

#### ● Kurs 2733A

Joachim Fell,

zert. Klangentspannungskoach

Sa. 23.11.2024, 14:00 – 17:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 26,00

### Entspannung und Stressbewältigung

#### Abendkurs

#### Autogenes Training

Erleben Sie die Kunst der Selbstentspannung und Stressbewältigung. In nur acht Stunden erlernen Sie die Grundlagen dieser bewährten Entspannungstechnik und entdecken, wie Sie durch gezielte Übungen mehr Ruhe und Gelassenheit in Ihren Alltag integrieren können.

#### ● Kurs 2742

Wolfgang Fögen,

Dipl. Gesundheitspädagoge

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 08.01.2025, 8 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 75,00

#### Abendkurs

#### Die Feldenkrais Methode® – Bewusstheit durch Bewegung

Die ganzheitliche Bewegungslehre nach Dr. Moshe Feldenkrais ist hilfreich bei Stress, Haltungproblemen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen. Aber auch interessant, wenn es um Eleganz und Effizienz von Bewegungen geht (z. B. SportlerInnen, TänzerInnen, MusikerInnen). Durch leichte und angenehme Bewegungsabläufe im Liegen wird die Bewusstheit für sämtliche Körperpartien und deren Zusammenspiel verfeinert. Für die Teilnahme ist es nötig, innerhalb der Kursdauer auf dem Rücken liegen zu können.

#### ● Kurs 2743

Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin

Di. 19:15 – 20:15 Uhr

ab 17.09.2024, 14 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 75,00

### Wochenend-Workshop

#### Die Feldenkrais Methode® – Bewusstheit durch Bewegung

##### ● Kurs 2744

**Dominique Aatz, Feldenkraislehrerin**

Sa. 16.11.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 24,00

### Wochenend-Workshop

#### Feldenkrais

Die Feldenkrais-Methode ist ein auf den Körper bezogener Lernprozess mit der Möglichkeit, die eigenen Bewegungsmuster besser kennenzulernen. Viele Bewegungen sind oft mit mehr Anspannung und Anstrengung verbunden, als es eigentlich erforderlich ist. So entstehen Bewegungsgewohnheiten, die manchmal zu Schmerzen führen können. Die Methode verhilft zu einer Erweiterung des Bewegungsspielraums und fördert die Wiederherstellung der Beweglichkeit. Die Übungen werden langsam und achtsam ausgeführt. Das Lernen der Methode ist unabhängig vom Alter. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

##### ● Kurs 2745

**Elke Bruce Boye, Feldenkraislehrerin**

Sa. 28.09.2024, 10:00 – 15:00 Uhr  
(inkl. Pause)  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 41,00

##### ● Kurs 2745A

**Elke Bruce Boye, Feldenkraislehrerin**

Sa. 23.11.2024, 10:00 – 15:00 Uhr  
(inkl. Pause)

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 41,00

### Wochenend-Workshop

#### Entspannungsmethoden und Körperwahrnehmung

Die TeilnehmerInnen lernen unterschiedliche Entspannungsmethoden und Wahrnehmungsübungen kennen, die sie im Alltag anwenden können. Sie werden befähigt, den Körper und seine Vorgänge bewusst wahrzunehmen und achtsam mit dem Körper umzugehen. So kann Stress im Alltag vermieden und bewältigt werden.

##### ● Kurs 2746

**Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin**

Sa. 14.12.2024, 09:30 – 12:15 Uhr  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 21,00

### Abendkurs

#### Ruhe und Gelassenheit: Progressive Muskelrelaxation und Stressmanagement für den Alltag

Die Progressive Muskelrelaxation (PMR) nach E. Jacobson ermöglicht es, durch gezieltes An- und Entspannen bestimmter Muskelgruppen, tiefe Entspannung und innere Ruhe zu erreichen. Diese Technik ist einfach zu erlernen und effektiv in der Anwendung. Durch die Verbindung mit dem Stressmanagement lernen Sie, Stressoren und Stresssymptome im Alltag frühzeitig zu erkennen und gezielt entgegenzuwirken.

##### ● Kurs 2747

**Lisa Schlegel, Entspannungstrainerin**

Di. 18:00 – 19:20 Uhr  
ab 29.10.2024, 8 Termine  
Altes Rathaus, Raum 8 Literaturlounge  
EUR 79,00

### Workshop

#### Achtsamkeit trifft Lebensfreude

In diesem Workshop treffen Achtsamkeitstraining und Lachyoga aufeinander. Wir kombinieren Achtsamkeitstraining mit den Vorteilen des Lachyoga und lassen somit in einer lebendigen Gruppe eine zunehmende Heiterkeit entstehen; wir wollen Stress abbauen, das Immunsystem stärken, die Gesunderhaltung fördern, zu mehr Gelassenheit finden und eine positive Grundhaltung entwickeln. Der Kurs endet mit einer entspannenden Meditation und basiert auf den Lachyogaübungen und der Philosophie des Begründers des Lachyoga, dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria.

##### ● Kurs 2748

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga**

Fr. 16:15 – 18:15 Uhr  
am 17.01.2025 und 31.01.2025  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 27,00

##### ● Kurs 2748A

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga**

Fr. 16:15 – 18:15 Uhr  
am 07.02.2025 und 14.02.2025  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 27,00

### Junge vhs

#### Entspannungskurs für sensible und hochsensible Kinder

⊕ 8 – 12 Jahre

Hochsensible Kinder müssen mehr Eindrücke verarbeiten, da ihre natürlichen Filter grobmaschiger sind. Sie brauchen mehr Ruhephasen und Zeit zum Verarbeiten der Reize und Informationen. Für hochsensible Kinder ist es wichtig, Methoden zu erlernen und sich regelmäßig Auszeiten zu schaffen. In diesem Kurs werden verschiedene Entspannungsmög-

lichkeiten gezeigt und erklärt, um sich in einer stressigen Situation weniger aus der Ruhe bringen zu lassen.

● **Kurs 2749**

**Claudia Verhoeven, Doz. für Meditation**

Do. 15:45 – 16:45 Uhr  
ab 23.01.2025, 6 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 40,00

**Junge vhs**

**Entspannungskurs für sensible und hochsensible Jugendliche**

✳ 13 – 17 Jahre

Hochsensible Kinder und Jugendliche müssen mehr Eindrücke verarbeiten, da ihr natürlicher Filter grobmaschiger ist. Deshalb brauchen sie mehr Ruhephasen und mehr Zeit zum Verarbeiten all dieser Reize und Informationen. Unsere schnelllebige Zeit, die immer lauter und greller geworden ist und immer weniger Pausen zulässt, ist oft eine große Herausforderung für Hochsensible. Umso mehr sollten vor allem sensible und hochsensible Kinder und Jugendliche Methoden erlernen, um in dieser hektischen Zeit, Ruheoasen und Auszeiten zu schaffen. In diesem Kurs werden verschiedene Entspannungsmöglichkeiten gezeigt und erklärt, wie sich Kinder und Jugendliche in einer stressigen Situation weniger aus der Ruhe bringen lassen.

● **Kurs 2749A**

**Claudia Verhoeven, Doz. für Meditation**

Do. 17:00 – 18:00 Uhr  
ab 23.01.2025, 6 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 40,00

**Meditation**

**Wochenend-Workshop**

**Achtsamkeitsmeditation-Vipassana**

In dieser Reihe von sechs einmal im Monat stattfindenden Veranstaltungen werden TeilnehmerInnen zur Achtsamkeitsmeditation hingeführt. Die einzelnen Abende bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln besucht werden. Vipassana ist eine buddhistische Meditations-technik, die frei von religiöser Bindung ist. Im Zentrum der Achtsamkeitsmeditation steht der Atem. Wir beobachten all unsere Gedanken und Gefühle und lernen den eignen Körper von Moment zu Moment zu erfahren. Menschen gelingt es auf diesem Wege gütiger, liebevoller und freundlicher mit sich und anderen umzugehen. Innere Kraft und tiefe Ruhe durch das gesammelte Verweilen auf dem achtsamen und bewussten Atmen.

● **Kurs 2750**

**Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge,  
Atemtherapeut, Heilpraktiker**

Fr. 27.09.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 27,00

**Wochenend-Workshop**

**Die vier Grundlagen der Achtsamkeitspraxis: Körper – Gefühl – Denken – Bewusstheit**

● **Kurs 2750A**

**Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge,  
Atemtherapeut, Heilpraktiker**

Fr. 11.10.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 27,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**CLAUDIA A. VERHOEVEN**  
Dozentin für Meditation

» Bei meiner Tätigkeit an der vhs ist es für mich von großer Bedeutung, die Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit, so wie sie sind, bedingungslos anzunehmen. Mit Vorträgen, Kursen und Workshops zum Thema „Hochsensibilität“ helfe ich Betroffenen, die positiven Seiten mehr zu leben und mit den „negativen“ Seiten besser umgehen zu lernen. Außerdem ist es mir wichtig, Eltern, PartnerInnen, LehrerInnen, ErzieherInnen, FreundInnen usw. zu informieren, was Hochsensibilität ist, und so mehr Verständnis zu erreichen. Des Weiteren biete ich verschiedene Entspannungskurse und Workshops für mehr Gelassenheit an. Gerade in unserer heutigen schnelllebigen Zeit ist es wichtiger denn je, ruhig und gelassen zu bleiben. Ich freue mich, Sie begleiten zu dürfen auf dem Weg zur inneren Ruhe. «

### Wochenend-Workshop

#### Die drei Arten der Existenz als Wesensmerkmale unseres Lebens

● **Kurs 2750B**

*Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker*

Fr. 15.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 27,00

### Wochenend-Workshop

#### Die drei Geistesgifte und ihre Transformation in weises Verstehen

● **Kurs 2750C**

*Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker*

Fr. 13.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 27,00

### Wochenend-Workshop

#### Kluges Umgehen mit den acht weltlichen Bedingungen

● **Kurs 2750D**

*Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker*

Fr. 24.01.2025, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 27,00

### Wochenend-Workshop

#### Innere Gelassenheit für ein verständiges und reifes Umgehen mit den Dingen und Personen im Leben

● **Kurs 2750E**

*Klaus Eitel, Dipl.-Pädagoge, Atemtherapeut, Heilpraktiker*

Fr. 21.02.2025, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 27,00

### Abendkurs

#### Meditation

Die Meditation, Hintergrundwissen über das Meditieren und das Erlernen verschiedener Meditationstechniken stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Es werden verschiedene Körperübungen aus dem Hatha Yoga praktiziert sowie Entspannungs- und Atemtechniken, die eine gute Voraussetzung zum Meditieren sind. Bitte eine Matte und ein Handtuch mitbringen.

● **Kurs 2751**

*Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY*

Do. 19:00 – 20:15 Uhr

ab 26.09.2024, 10 Termine

Pyramide, Försterstraße 12 a, 66111

Saarbrücken

EUR 96,00



### Online-Kurs

#### Meditation für sensible und hochsensible Menschen

In der Meditation geht es darum, Gedanken zur Ruhe zu bringen und inneres Gleichgewicht zu erlangen. Meditation ist der Schlüssel für positives Denken, inneren Frieden, Kreativität und Lebensfreude. Sie hilft mit schwierigen Situationen gelassener umzugehen. Diverse Meditationstechniken werden durchgeführt und ausprobiert.

● **Kurs 2752**

*Claudia Verhoeven, Doz. für Meditation*

Fr. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 20.09.2024, 4 Termine

Zoom

EUR 40,00 (32,00)

● **Kurs 2752A**

*Claudia Verhoeven, Doz. für Meditation*

Fr. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 08.11.2024, 3 Termine

Zoom

EUR 30,00 (24,00)

### Abendkurs

#### Auf dem Weg zu mir mit Meditation

Was sind meine Werte, was sind Konditionierungen und wie kann ich das eine vom anderen unterscheiden? Diese Fragestellungen werden gemeinsam erarbeitet, um mehr zu sich selbst zu finden. Durch anschließende Meditation wird gemeinsam das Annehmen oder Loslassen praktiziert. Bequeme Kleidung und eine Unterlage zum Schreiben sind zu empfehlen.

● **Kurs 2753**

*Claudia Verhoeven, Doz. für Meditation*

Di. 19:30 – 21:30 Uhr

ab 28.01.2025, 5 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 56,00

### Wochenend-Workshop

#### Einführung in die Zen-Meditation

Dieser dreistündige Workshop bietet Interessierten einen einfachen Einstieg in die Zen-Meditation. Die wichtigste Übung ist dabei Zazen, das Sitzen in Kraft und Stille. Dabei kommen die Gedanken zur Ruhe, was Kraft und Freude schenkt. Weitere Inhalte sind Sarei (Teezeremonie) und Körperübungen (Körper-Geist-Training) sowie Tipps zum eigenen Meditieren zu Hause.

● **Kurs 2754**

*Marion Douba, Yogalehrerin BDY/EYU, Zendoleiterin des Daishin Zen-Klosters*

Sa. 14.09.2024, 15:00 – 18:00 Uhr

Rosenstraße 21 (im Hinterhof),

66111 Saarbrücken

EUR 28,00

## Yoga

Aus hygienischen Gründen und zum Schutz der Matten bitte ein Badetuch oder eine Decke mitbringen.

Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von der Dozentin.

### Abendkurs

#### YOGA nach der Lehre von B.K.S. IYENGAR

Der B.K.S. IYENGAR-Methode folgend werden die Übungen den individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten der TeilnehmerInnen angepasst und somit besonders bedarfsgerecht sein. Entspannung und Regeneration sind fester Bestandteil jeder Übungsstunde. Der Yogakurs ist idealerweise geeignet, um die Gesundheit zu erhalten sowie dem ganzen Körper einen Schutz zu geben und hilft einen unvermeidlichen Sinn der Selbstsicherheit und des Selbstvertrauens zu entwickeln.

#### ● Kurs 2771

**Nicole Schmidt, Yogalehrerin**

Mi. 17:00 – 18:45 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
Nahestraße 19,  
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl  
EUR 170,00

#### ● Kurs 2771A

**Nicole Schmidt, Yogalehrerin**

Mi. 17:00 – 18:45 Uhr  
ab 08.01.2025, 5 Termine  
Nahestraße 19,  
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl  
EUR 65,00

#### ● Kurs 2771B

**Nicole Schmidt, Yogalehrerin**

Mi. 19:15 – 20:45 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
Nahestraße 19,  
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl  
EUR 150,00

#### ● Kurs 2771C

**Nicole Schmidt, Yogalehrerin**

Mi. 19:15 – 20:45 Uhr  
ab 08.01.2025, 5 Termine  
Nahestraße 19,  
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl  
EUR 58,00

#### ● Kurs 2771D

**Nicole Schmidt, Yogalehrerin**

Do. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 12 Termine  
Nahestraße 19,  
66113 Saarbrücken/Rastpfuhl  
EUR 138,00

### Nachmittagskurs

#### Hatha-Yoga

Hatha Yoga ist ein sehr altes Übungssystem für Körper, Geist und Seele. Der Unterricht besteht aus Anfangsentspannung, Atemübungen, dynamischen und gehaltenen Übungen, Tiefenentspannung und Meditation. Körperliche Fitness und Dehnfähigkeit werden nicht vorausgesetzt. Ziel ist die völlige Entspannung, um Stress abzubauen.

#### ● Kurs 2772

**Gisela Tritz, Yogalehrerin**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 09.10.2024, 10 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 84,00

## Dozentinnen und Dozenten



### KLAUS EITEL

*Dipl. Pädagoge, Atemtherapeut,  
Heilpraktiker*

» Vor über 40 Jahren erlernte und praktizierte ich in einem buddhistischen Kloster in Sri Lanka die Achtsamkeitsmeditation, auch Einachtsmeditation genannt. Als ich nach vier Wochen mit einem großen Glücksgefühl, tieferer Klarheit und neuen Erkenntnissen über mein Leben diesen Ort der Ruhe und Innenschau wieder verließ, wusste ich, dass diese Meditationspraxis mich weiter in meinem Leben begleiten wird. Als Atem- und Meditationslehrer vermittele ich seit über 20 Jahren mit großer Freude interessierten Menschen diese Meditationsweise, sodass auch sie innere Stille, größere Geduld und umfassendere Gelassenheit in ihrem Leben finden können. Seit über einem Jahrzehnt bin ich an der vhs in Saarbrücken tätig. «

### Vormittagskurs

#### Hatha-Yoga am Morgen für AnfängerInnen und NeueinsteigerInnen

Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yoga kennenlernen. Die Basis trainieren sowie die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken kräftigen als auch dehnen und den Gleichgewichtssinn stärken. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems und der Beruhigung des Geistes.

#### ● Kurs 2773

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Di. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 17.09.2024, 12 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 108,00

#### ● Kurs 2773A

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Do. 08:00 – 09:15 Uhr

ab 19.09.2024, 10 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 75,00

### Vormittagskurs

#### Hatha-Yoga am Morgen für Geübte

Geübte TeilnehmerInnen vertiefen Grundhaltungen des Hatha-Yoga und trainieren weiterhin die Basis, Achse, Stand- und Sitzhaltung. Die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken wird gekräftigt und gedehnt sowie der Gleichgewichtssinn gestärkt. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems und der Beruhigung des Geistes.

#### ● Kurs 2774

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Do. 09:30 – 11:00 Uhr

ab 19.09.2024, 10 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 90,00

### Mittagskurs

#### Hatha-Yoga in der Mittagspause für AnfängerInnen

#### ● Kurs 2774A

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Mo. 12:15 – 13:15 Uhr

ab 16.09.2024, 12 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 72,00

### Mittagskurs

#### Hatha-Yoga in der Mittagspause für Geübte

#### ● Kurs 2774B

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Di. 12:15 – 13:15 Uhr

ab 17.09.2024, 12 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 72,00

### Wochenend-Workshop

#### Hatha Yoga und Entspannung

Der Workshop ist für Menschen, die länger nicht in Bewegung gekommen sind, für WiedereinsteigerInnen und als Aufbaukurs für TeilnehmerInnen mit geringen Vorkenntnissen. Geübt werden Yoga-Haltungen aus dem Hatha-Yoga. Weitere Schwerpunkte sind Atem- und Entspannungsübungen. Zusätzlich werden verschiedene Tiefenentspannungsverfahren, wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und Bodyscan, vorgestellt und eingeübt.

#### ● Kurs 2774C

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Sa. 21.09.2024, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 13,00

#### ● Kurs 2774D

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Sa. 09.11.2024, 11:00 – 12:30 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 13,00

#### ● Kurs 2774E

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Sa. 23.11.2024, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 13,00

### Wochenend-Workshop

#### „Yoga Intensiv“ für Geübte Hatha-Yoga – Asanas exakt ausgeführt

Alignment bzw. die Ausrichtungsprinzipien der verschiedenen Yogastellungen (Asanas) nach der Tradition B.K.S. Iyengar erzeugen eine größtmögliche physische, energetische und krankheitspräventive Wirkung auf die Yogapraxis. Es wird auf die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen eingegangen und dabei helfen einen gezielten Aufbau von Kraft, Ausdauer und Flexibilität zu erreichen.

#### ● Kurs 2775

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Fr. 20.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 19,00

**Wochenend-Workshop****„Yoga Intensiv“ für Geübte  
Yoga Sequenzen, Vinyasa Flow**

In diesem Workshop werden fließende und dynamische Aneinanderreihungen von Sonnengrußvariationen und gehaltener Asanas geübt. Der Aufbau geht von einfach zu komplex.

● **Kurs 2775A**

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Fr. 08.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Pyramide, Försterstraße 12 a,  
66111 Saarbrücken  
EUR 19,00

**Wochenend-Workshop****„Yoga Intensiv“ für Geübte  
Yoga Sequenzen, Yin Yoga**

Durch längeres Halten von Yin Yoga Positionen werden die tieferen Schichten des Bindegewebes wie Faszien, Bänder und Gelenke passiv gedehnt und gekräftigt. Gewebespannungen und Blockaden werden gelöst und Lebensenergie zum Fließen gebracht.

● **Kurs 2775B**

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Fr. 22.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 15,00

**Wochenend-Workshop****„Yoga Intensiv“ für Geübte  
Hatha-Yoga – Asanas exakt  
ausgeführt**● **Kurs 2775C**

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Fr. 06.12.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 15,00

**Ferienkurs****Yoga-Woche – Fit in 5 Tagen in den  
Ferien für AnfängerInnen**

Es werden unterschiedliche Yogastunden für AnfängerInnen angeboten, die mit sanften Übungen beginnen und sich weiter steigern. Durch die verschiedenen Körperhaltungen (Asanas) wird Kraft, Gleichgewicht und Konzentration trainiert, um mehr Energie und Klarheit für den Alltag zu gewinnen sowie das Empfinden von Harmonie und Zufriedenheit durch die Verbindung von Körper, Geist und Seele zu verstärken.

● **Kurs 2776**

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Mo. – Fr. 08:30 – 09:30 Uhr  
ab 17.02.2025, 5 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 31,00

**Ferienkurs****Yoga-Woche – Fit in 5 Tagen in den  
Ferien für Geübte**

Es werden verschiedene Asanas, Atemübungen sowie Meditation, Konzentrations- und Entspannungsübungen durchgeführt, um intensiv in die Praxis einzusteigen. Eine Beständigkeit und Regelmäßigkeit in der Praxis eröffnet den Weg zu innerer Kraft, Gleichgewicht und Ruhe.

● **Kurs 2776A**

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY**

Mo. – Fr. 09:45 – 10:45 Uhr  
ab 17.02.2025, 5 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 31,00

**Nachmittagskurs****Hatha-Yoga – Iyengar-Stil**

Der Iyengar-Stil steht im Mittelpunkt dieser Yogastunden.

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**GUILLERMO BÖTTCHER**  
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe Psychologie studiert und als Dozent an der Universität Buenos Aires, später an der Universität des Saarlandes und in Institutionen mit Menschen mit Behinderungen gearbeitet. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, bei dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. «

**KOSMETIK & Beauty**

Stadt Apotheke  
**25% Rabatt\***  
 auf einen **KOSMETIK-ARTIKEL** Ihrer Wahl.

\*Gültig für 1 Person, nur mit diesem Coupon. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Rabatten.

**Stadt Apotheke**  
 www.stadtapotheke-sb.de

Bahnhofstraße 37  
 66111 Saarbrücken

f | Instagram | 1A GESUND

● **Kurs 2777**

**Imme Benn, Yogalehrerin SKA**

Mo. 17:00 – 18:00 Uhr  
 ab 23.09.2024, 14 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
 EUR 60,00

**Abendkurs**

**Yoga und Meditation**

In diesem Kurs werden Asanas (Körperübungen) vermittelt, die Energie und Beweglichkeit in den Körper bringen. Durch Pranayama (Atemübungen) werden Blutkreislauf und Stoffwechsel angeregt. Tiefenentspannung und Meditation fördern Gelassenheit und verbessern das Konzentrationsvermögen. Der Kurs ist auch ohne Yogavorkenntnisse für AnfängerInnen leicht umsetzbar. Bitte ein Sitzkissen mitbringen.

● **Kurs 2778**

**Annette Müller, Yogalehrerin BYV**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 23.09.2024, 12 Termine  
 Turnhalle Gymnasium am Schloss,  
 Spichererbergstr. 15, 66119 Saarbrücken  
 (Eingang über Talstraße Schulhof)  
 EUR 100,00 (79,00)

**Abendkurs**

**Yin Yoga**

Yin Yoga ist eine sanfte Yoga-Form, in der einzelne Asanas länger und mit entspannter Muskulatur gehalten werden. Der Fokus liegt auf dem tiefer liegenden Bindegewebe, um mehr Beweglichkeit zu erreichen. Kombiniert werden die Übungen mit Pranayama (Atemübungen), wodurch völlige Tiefenentspannung erlangt wird.

● **Kurs 2779**

**Annette Müller, Yogalehrerin BYV**

Do. 19:45 – 21:15 Uhr  
 ab 26.09.2024, 12 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
 Raum für gesunde Balance  
 EUR 100,00

**Abendkurs**

**Vinyasa-YOGA – Bewegliche Gelenke**

Die Gelenke sind die Verbindungsglieder unserer Knochen. Versteifungen führen zu vermehrter Unbeweglichkeit und damit zu einem eingeschränkten Lebensgefühl. Gezielte Asanas für Hüft-, Schulter-, Fuß- und Handgelenke fördern die Beweglichkeit und Geschmeidigkeit dieser Gelenke. In fließenden Abläufen der Asanas in Verbindung mit tiefer und bewusster Atmung werden die Gelenke geschmiert und die umliegende Muskulatur gekräftigt; Körper, Geist und Seele kommen dadurch in Einklang und Harmonie. Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und ein Handtuch mitbringen.

● **Kurs 2780**

**Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin, Yogalehrerin BDY**

Mi. 18:00 – 19:15 Uhr  
 ab 25.09.2024, 14 Termine  
 Pyramide, Försterstraße 12 a,  
 66111 Saarbrücken  
 EUR 125,00

**Nachmittagskurs**

**Yoga Schulter-Nacken für BürotäterInnen & friends**

In der heutigen Zeit arbeiten viele Menschen lange Stunden vor dem Bildschirm. Dieses lange Sitzen macht starr und unbeweglich, erzeugt Schmerzen und Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich, führt zu Verkürzungen und vielem mehr. Der Fokus liegt darauf, den Schulter-Nacken-Bereich zu entspannen, eine aufrechte Haltung einzuüben, den Verkürzungen in der Beinrückseite entgegenzuwirken und mit Yoga dem Stress

lächelnd „Adieu“ zu sagen.

● **Kurs 2781**

**Pamela Schon, Yogalehrerin, Hatha & Vinyasa Yoga**

Fr. 15:00 – 16:30 Uhr  
ab 27.09.2024, 12 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 100,00

**Junge vhs**

**Kinderyoga**

✎ Vor- und Grundschulkinder  
Beim Kundalini Yoga für Kids spielen wir mit den Kindern Yoga. Der Leitsatz „Bereifen kommt durch greifen“ (Motorik/ Erfahrung), spielt eine entscheidende Rolle. Das erwartet mein Kind: Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Stärkung der Muskulatur, Förderung des sozialen Miteinanders, Umgang mit den eigenen Gefühlen verbessern, Schaffen von Sicherheit mit Ritualen u. v. m.

● **Kurs 2782**

**David Müller, Kundalini-Yogalehrer für Kinder & Jugendliche**

Di. 15.10.2024, 16:00 – 17:00 Uhr  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 8,00

**Junge vhs**

**Kundalini Yoga für Jugendliche**

✎ ab 13 Jahren  
Dieser Kurs ist eine gute Gelegenheit, um zu erfahren, ob Yoga etwas für dich ist! Im Kundalini Yoga arbeiten wir behutsam mit dem inneren Potential. Es erwarten dich fordernde Übungen, eine tiefe Entspannung und deine eigene meditative Erfahrung.

● **Kurs 2782A**

**David Müller, Kundalini-Yogalehrer für Kinder & Jugendliche**

Mi. 23.10.2024, 16:00 – 17:00 Uhr  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 8,00

**Wochenend-Workshop**

**Zeit für Entspannung, Zeit für Weiblichkeit**

Dieser Workshop ist eine Einladung an uns Frauen, uns wieder mit uns selbst und anderen Frauen zu verbinden. Gönn dir einen Tag Auszeit mit viel sanftem Yoga sowie Tanz, wo wir uns ganz unserem Körper und unserem Wohlbefinden widmen. Finde Entspannung und Freude und stärke deine innere Balance.

● **Kurs 2784**

**Marion Douba, Yogalehrerin BDY/EYU**

Sa. 26.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 22,00

**Nachmittagskurs**

**Yoga am Montag für einen entspannten Wochenauftritt**

Sanft angeleitete Körperbewegungen in dynamischer und statischer Form in Verbindung mit Atemübungen und einer geführten Abschlussentspannung sind Inhalt dieses Yogakurses. Achtsamkeit und die Berücksichtigung von individuellen Möglichkeiten und Einschränkungen stehen im Vordergrund. Eine regelmäßige Übungspraxis kann zu größerer Zufriedenheit und mehr Gelassenheit in der hektischen Alltagswelt führen.

● **Kurs 2785**

**Karina Stoye, Yogalehrerin BDY/EYU**

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 12 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 78,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**DAVID MÜLLER**  
Kundalini-Yogalehrer  
für Kinder & Jugendliche

» Ich bin vor mehreren Jahren, scheinbar zufällig auf Yoga gestoßen. Seither praktiziere ich regelmäßig mein Sadhana und habe mich auch zum Yogalehrer ausbilden lassen. Mein Wunsch ist es, mit den Kursen der vhs Regionalverband Saarbrücken, Kindern und Jugendlichen einen spielerischen Einblick in die Philosophie des Yogas zu geben. «

### Abendkurs

#### Mit Yoga den Rücken stärken

Eine kräftige Rumpfmuskulatur, Flexibilität, leichte Schultern und ein freier Nacken sind die Voraussetzungen für eine aufrechte Haltung und einen schmerzfreien Rücken. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

#### ● Kurs 2786

**Andrea Ecker, Dipl.-Sportlehrerin, Yogalehrerin**

Mo. 18:15 – 19:45 Uhr

ab 23.09.2024, 16 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 110,00

### Abendkurs

#### Yoga am Abend

Sanfte Yogaübungen lösen Verspannungen und Stress. Die optimale Vorbereitung für einen entspannten Tagesausklang und eine erholsame Nachtruhe. Ein Kurs für alle.

#### ● Kurs 2786A

**Andrea Ecker, Dipl.-Sportlehrerin, Yogalehrerin**

Mo. 20:00 – 21:30 Uhr

ab 23.09.2024, 16 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 110,00

### Nachmittagskurs

#### Yoga für deine Achtsamkeit

Ziel des Kurses ist es, mehr Beweglichkeit, Konzentration und Gelassenheit durch Yoga zu erreichen. In der Kombination der Yogastile Hatha Yoga, Yin Yoga und Yoga Nidra wird gelernt, Momente der Ruhe und Stille zu genießen, andererseits sich achtsam zu bewegen und Spannungen abzubauen. In den einzelnen Sequenzen wird auf die Atmung und

die Ausführung der Haltungen besonderen Wert gelegt. Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

#### ● Kurs 2787

**Waltraud Ewen, Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin**

Fr. 17:15 – 18:45 Uhr

ab 20.09.2024, 10 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 65,00

#### ● Kurs 2787A

**Waltraud Ewen, Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin**

Fr. 17:15 – 18:45 Uhr

ab 10.01.2025, 6 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 39,00

### Wochenend-Workshop

#### Auszeit vom Alltag – mit Yoga und Massage zu tiefer Entspannung

Sanfte Übungen aus dem Hatha-Yoga dehnen und mobilisieren den Körper und vertiefen die Wahrnehmung von Körper und Atem. Eine Tiefenentspannung lässt den Yoga-Part ausklingen und im Anschluss werden wohltuende Massage-Techniken erprobt. Idealerweise Anmeldung mit PartnerIn, aber nicht zwingend erforderlich.

#### ● Kurs 2788

**Marion Douba, Yogalehrerin BDY/EYU**

Sa. 18.01.2025, 14:00 – 17:00 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 22,00

### Nachmittagskurs

#### AYI Ashtanga Yoga für EinsteigerInnen

Erlebe die Wirkung des Yoga ohne

### Dozentinnen und Dozenten



#### ANDREA ECKER

**Dipl.-Sportlehrerin, Yogalehrerin**

» Als Dipl.-Sportlehrerin gehört Bewegung und Gesundheit zu den zentralen Punkten meines Lebens. Ich habe viele Jahre intensiv Ausdauersport betrieben, doch mir fehlte ein Ausgleich zu den intensiven Belastungen. So bin ich vor 20 Jahren zum Yoga gekommen. Mit der Zeit habe ich festgestellt, wie umfangreich Yoga ist und dass es viel mehr kann, als das Dehnen und Kräftigen der Muskulatur. Daher habe ich 2017 eine Yogalehrer-Ausbildung bei dem Schweizer Remo Rittiner in Thailand absolviert. Die Praxis des „Ayur-Yoga“ ist achtsam, angepasst auf die jeweilige Konstitution des Einzelnen und möchte viele Menschen inspirieren, Verantwortung für die eigene Gesundheit, Heilung und spirituelle Entwicklung anzunehmen. «

komplizierte Übungen. In diesem Kurs werden die effektivsten und einfachsten Techniken vereint. Mit ausführlichen Erklärungen wird an die Grundlagen und Abläufe der überaus sanften Basic Form herangeführt. Von Atemübungen bis hin zu Ashtanga Yoga und einer simplen Entspannung am Ende ist alles mit dabei. Dieser Kurs eignet sich für Yoga-AnfängerInnen, die Ashtanga Yoga nach der AYL Methode von Dr. Ronald Steiner ausprobieren möchten. Der Kurs ist nicht für Schwangere geeignet.

● **Kurs 2789**

**Waltraud Ewen,**

**Stressmanagement-Trainerin, Yogalehrerin**

Do. 17:15 – 18:45 Uhr

ab 10.10.2024, 10 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 100,00

## Die Fünf Tibeter

### Wochenend-Workshop

#### Die Fünf „Tibeter“® – Einführung

Die Fünf „Tibeter“® sind ein System von Yogaübungen und spezieller Atemtechnik, das Muskeln aufbaut, die Drüsenysteme stimuliert sowie die Energiezentren des Körpers, die Chakren, anregt und harmonisiert. So kann die äußere und innere Balance wiedergefunden oder neu entdeckt werden. Es handelt sich um einfache Bewegungsübungen (die allerdings richtig durchgeführt werden müssen), welche auf eine uralte fernöstliche Tradition der tibetanischen Mönche zurückzuführen sind.

*Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und rutschfeste, warme Socken mitbringen.*

● **Kurs 2791**

**Guillermo Böttcher, zert.**

**Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY**

So. 22.09.2024, 09:00 – 13:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 35,00 (30,00)

### Wochenend-Workshop

#### Die Fünf „Tibeter“® –

#### Einführung und weiterer Ausbau

● **Kurs 2791A**

**Guillermo Böttcher, zert.**

**Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY**

So. 10.11.2024, 09:00 – 13:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 35,00 (30,00)

### Wochenend-Workshop

#### Die Fünf „Tibeter“® –

#### Einführung und Yoga

● **Kurs 2791B**

**Guillermo Böttcher, zert.**

**Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY**

So. 24.11.2024, 09:00 – 13:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 35,00 (30,00)

● **Kurs 2791C**

**Guillermo Böttcher, zert.**

**Fünf-Tibeter-Trainer, Yogalehrer BDY**

So. 08.12.2024, 09:00 – 13:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,

66111 Saarbrücken

EUR 35,00 (30,00)

## Tai Chi

In Kooperation mit der Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation und Psychotherapeutische Praxis Dipl.-Psych. Ralf Rousseau. Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von dem Dozenten.

## Dozentinnen und Dozenten



**MARION DOUBA**

**Yogalehrerin BDY/EYU**

» Ich praktiziere Yoga mit Leib und Seele seit 1986 und bin zertifizierte Yogalehrerin beim Berufsverband der Yogalehrenden Deutschland (BDY/EYU). Meine eigene Meditationspraxis übe ich täglich aus und nehme regelmäßig an Zen-Sesshins teil. Aufgrund meiner zahlreichen Fortbildungen teile ich mein Wissen gerne mit den TeilnehmerInnen der vhs-Kurse.

*In meine Yogastunden fließen Elemente aus dem Hatha-Yoga, aber auch dynamische Formen ein. Yoga ist für mich mehr als nur Körperlichkeit. Auch Achtsamkeit, Zentriertheit sowie Entspannung stehen für mich im Mittelpunkt – ganz nach dem Spruch „Jedes bewusste Tun ist Yoga“ (Sri Aurobindo).* <<

**Nachmittagskurs****Tai Chi für AnfängerInnen**

Diese alte chinesische Bewegungsform entwickelte den Kontakt mit dem Körper, dem Ursprung von Lebenskraft und Vitalität. Es geht nicht allein um das Erlernen der Formen des Yang Stils nach Cheng Men Ching, sondern um die im Tai Chi liegende innere Gelassenheit, Achtsamkeit und den lebendigen Fluss der Lebensenergie, um so im Leben ohne Stresssymptome zurechtzukommen.

● **Kurs 2792**

**Ralf Rousseau, Dipl.-Psychologe, Körperorientierter Psychotherapeut**

Do. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 19.09.2024, 12 Termine

Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation, Försterstr. 12 b, 66111 Saarbrücken (Eingang über Hinterhof)

EUR 78,00

**Qi Gong**

In Kooperation mit der Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation und Psychotherapeutische Praxis Dipl.-Psych. Ralf Rousseau. Zwecks Bezuschussung durch die Krankenkasse erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses vor Ort von dem Dozenten.

**Nachmittagskurs****Qi Gong**

Qi Gong stammt wie Tai Chi aus China, ist jedoch leichter zu erlernen. Die positiven Wirkungen wie Entspannung, Zunahme von Vitalität und Gesundheit sind relativ schnell auch für Ungeübte erfahrbar. Qi Gong beinhaltet Atemschulung, Meditation und Körperbewegung. In diesem Kurs wird eine Qi Gong-Form („Die 18 Bewegungen“) erlernt, die nach dem Kurs selbständig weiter geübt werden kann.

● **Kurs 2793**

**Ralf Rousseau, Dipl.-Psychologe, Körperorientierter Psychotherapeut**

Mi. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 18.09.2024, 12 Termine

Schule für Tai Chi, Qi Gong und Meditation, Försterstr. 12 b, 66111 Saarbrücken (Eingang über Hinterhof)

EUR 78,00

**Nachmittagskurs****Wu Taijiquan nach Ma Jiangbao für AnfängerInnen**

Im Rahmen dieses Wu-Taijiquan Einführungskurses wird das Bewusstsein der TeilnehmerInnen für Bewegungsgewohnheiten, die der physiologischen Natur des Menschen folgen, geweckt. Wege zu mehr innerer Ausgeglichenheit und Möglichkeiten einer verbesserten Koordination im Alltag sowie Einblicke in das einzigartige, traditionelle Wu-Taijiquan-System nach Großmeister Ma Jiangbao werden geboten.

● **Kurs 2794**

**Hannah Huth, Ergotherapeutin, Taijiquan-Kursleiterin**

Fr. 17:00 – 18:15 Uhr

ab 11.10.2024, 6 Termine

Gersweilerstraße 25, 66117 Saarbrücken (Eingang über Hinterhof)

EUR 62,00

Termine: 11.10., 18.10., 08.11., 15.11., 22.11.2024, 29.11.2024

**Das von Meister Zheng Yi und seiner Frau Katrin Blumenberg entwickelte Qi Gong der vier Jahreszeiten bietet mit einfachen wirkungsvollen Übungen, Atemtechnik und Akupressur eine gute Möglichkeit, sich auf die jeweilige Jahreszeit einzustellen und deren Kräfte zu nutzen.**

**Vormittagskurs****Qi Gong der vier Jahreszeiten – Herbst**

Der Herbst ist die Zeit der Klarheit. Ein richtiger Moment, sich konkrete Ziele zu setzen und die eigene Disziplin zu fördern. Die bewegte Form „Herbst“ wird erlernt und vertieft. Sie wird im Stehen ausgeführt und stärkt insbesondere die Atmung, die Verdauung und das Selbstvertrauen.

● **Kurs 2795**

**Petra Junk, Kursleiterin**

„Qi Gong der vier Jahreszeiten“

Mi. 10:45 – 11:45 Uhr

ab 18.09.2024, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 54,00

**Vormittagskurs****Qi Gong der vier Jahreszeiten – Winter**

Der Winter ist die Zeit der Reflexion und der Besinnung, Körper und Geist regenerieren. Die bewegte Form „Winter“ wird erlernt und vertieft. Sie wird im Stehen ausgeführt und fördert auf sanfte Weise den gesamten Bewegungsapparat. Die Winterübungen stärken insbesondere die Konzentration, die Koordination und das Gedächtnis.

● **Kurs 2796**

**Petra Junk, Kursleiterin**

„Qi Gong der vier Jahreszeiten“

Mi. 10:45 – 11:45 Uhr

ab 27.11.2024, 8 Termine

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 54,00

## GESUNDHEITSPFLEGE

### Make-up Styles

#### Workshop

#### Make-up Look: Nature-Kick und Büro-Chic

Das Make-up sollte zur Lebenssituation passen. Natürlich geschminkt sein oder chic aussehen für den Büro- bzw. Berufsalltag ist Thema dieses Workshops. Eine professionelle Visagistin vermittelt das Know-how für ein entsprechendes typangepasstes Make-up.

#### ● Kurs 2799

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

#### Make-up Stylistin

Mi. 18.09.2024, 16:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00

#### Wochenend-Workshop

#### Augen-Make-up – Was passt zu mir?

Unsere Augen haben bekanntlich eine enorme Anziehungskraft, in diesem Workshop werden die Augen daher in das rechte Licht gerückt. Von der optimalen Form der Augenbrauen bis hin zur typgerechten Lidschattenfarbe oder Smokey-Eyes, wird alles für das perfekte Augen-Make-up vermittelt.

#### ● Kurs 2799A

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

#### Make-up Stylistin

Sa. 12.10.2024, 11:00 – 14:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00

#### Workshop

#### Make-up Style: Für Frauen ab 50

Nach dem fünfzigsten Lebensjahr stellen sich viele Frauen die Frage, wie sie sich schminken sollen. Was entspricht dem Lebensalter und was dem Lebensgefühl?

Welche Bedürfnisse hat die Haut und worauf sollte bei der Anwendung der Kosmetik geachtet werden? In diesem Workshop werden die Möglichkeiten für ein selbstgetreues und der Haut angepasstes Make-up aufgezeigt.

#### ● Kurs 2799B

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

#### Make-up Stylistin

Mi. 06.11.2024, 16:00 – 19:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 27,00

#### Wochenend-Workshop

#### Make-up Look: Eleganz und Festtagsglanz

Gepflegte Eleganz ist Ausdruck von Stil und Lebensfreude, ebenso sollten außerordentliche Momente gefeiert werden. Dazu sollte auch das Make-up passen. Festlich, elegant und strahlend auszusehen ist Thema dieses Workshops.

#### ● Kurs 2799C

Sedi Akhlaghi, Visagistin,

#### Make-up Stylistin

Sa. 14.12.2024, 11:00 – 14:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 14

EUR 27,00

## BEWEGUNG UND FITNESS

### Präventionstraining

#### Wochenend-Workshop

#### Mobility meets Faszien

Mobility-Übungen haben lange Zeit nur im Leistungssport eine Rolle gespielt, ähnlich wie die Faszienrolle. Doch auch im Fitness- und Breitensport finden diese Tools immer mehr Anwendung. In diesem Workshop wird erklärt was hinter den Begriffen steckt und auf was geachtet werden muss. Zudem wird in der Praxis getestet. Die Faszienrolle wird mit Mo-

## Dozentinnen und Dozenten



### SEDI AKHLAGHI

Visagistin

» Ich bin gelernte Diplom-Biologin und habe meine Leidenschaft in der Kosmetik gefunden. Als ärztlich geprüfte Kosmetikerin übe ich seit über 23 Jahren diesen Beruf mit Freude aus. Seit 10 Jahren bin ich bei der vhs als Dozentin aktiv und leite verschiedene Make-up Seminare. Ich unterstütze Frauen dabei das richtige Make-up für unterschiedliche Anlässe zu finden, sei es ein Business Make-up, Abend Make-up oder Make-up für Frauen über 50. Mir macht die Arbeit bei der vhs Regionalverband großen Spaß, da ich den unterschiedlichsten Frauen mit kleinen Tipps und Tricks zeigen kann, wie sie mit ein wenig Kreativität das richtige Make-up für den richtigen Anlass auftragen können.



bility Übungen kombiniert, so wird die optimale Kombination für eine bessere Beweglichkeit geschaffen.

● **Kurs 2800**

**David Schork, B.A. Fitnessökonomie, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Sa. 01.02.2025, 09:00 – 15:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 40,00

**Abendkurs**

**FaszialXTraining®**

Erst seit wenigen Jahren werden Faszien systematisch erforscht und rücken immer mehr in den Vordergrund bei der Suche nach den Auslösern bei unklaren Beschwerden. Verdickte Faszien links und rechts der Wirbelsäule können sogar Nerven einklemmen und so starke Schmerzen auslösen. In Zusammenarbeit mit TrainerInnen, MedizinerInnen und TherapeutInnen entstand ein einzigartiges Trainingskonzept, das FaszialXTraining®. Vier ineinandergreifende Übungsabschnitte mit raumgreifenden, vollkommen neuen Bewegungen, feinsten Mikrokontraktionen, optimaler Vor- und Entspannung der Muskulatur bewirken eine Hydratation der Faszien. Dadurch wird die Elastizität und die Leistungsfähigkeit der Muskulatur wiederhergestellt.

Bitte einen Faszienball (Ø 8 cm) mitbringen, falls vorhanden zusätzlich eine Faszienrolle.

● **Kurs 2801**

**Rainer Hartkorn, Rückenschullehrer, Kursleiter faszial X Training**

Do. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 28.11.2024, 6 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 40,00

**Wochenend-Workshop**

**Beckenbodentraining**

Die Beckenbodenmuskulatur ist eine der wichtigsten Muskelgruppen. Ein aktiver Beckenboden übernimmt die Trage- und Verschlussfunktion der Unterleibsorgane. Bei schwacher Muskulatur können die Organe nach unten sinken und die Schließmuskeln dem zunehmenden Druck nicht mehr standhalten, dies führt ungewollt zu Harnverlust (Blasenschwäche). Mit speziellen, regelmäßig ausgeführten Übungen kann der Beckenboden trainiert und dem Problem der Blasenschwäche als auch der Reizblase vorgebeugt werden.

● **Kurs 2803**

**Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin**

Sa. 11.01.2025, 09:30 – 12:15 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 21,00

**Wochenend-Workshop**

**Venentraining**

Unsere Venen pumpen täglich ca. 7000 Liter Blut zum Herzen. Daran sind aktiv die Waden- und Oberschenkelmuskeln beteiligt, die durch Anspannung die Venen zusammenpressen, wodurch das Blut in Richtung Herz gepumpt wird. Damit die Muskeln nicht erschlaffen, sollten sie regelmäßig durch gezieltes Kräftigen und Dehnen der Wadenmuskulatur trainiert werden. Schweren Beinen, kalten Füßen, Besenreisern und Krampfadern wird so vorgebeugt. In diesem Workshop werden gezielt einfache Übungen für das tägliche Training zu Hause vorgestellt.

● **Kurs 2804**

**Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin**

Sa. 18.01.2025, 09:30 – 12:15 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken, Raum für gesunde Balance

EUR 21,00

**Rückenschule**

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder eine Decke mitbringen.

**Abendkurs**

**Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken**

Auf angenehme und effektive Weise kann der Rücken durch funktionelle Gymnastik gestärkt werden. Wahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannung schaffen den notwendigen Ausgleich zu einem den Rücken strapazierenden Alltag. Rückenschmerzen wird vorgebeugt, die Bewegungen im Alltag werden insgesamt ökonomischer und leichter. Ziel ist die Förderung von Gesundheit und die Vorbeugung von Rückenbeschwerden, nicht deren Therapie.

● **Kurs 2810**

**Marion Blank, Fitness-Fachwirtin**

Mo. 18:30 – 19:30 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine

Förderschule geistige Entwicklung, Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken (Eingang über den Schulhof)

EUR 56,00

● **Kurs 2811**

**Marion Blank, Fitness-Fachwirtin**

Mo. 19:30 – 20:30 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine

Förderschule geistige Entwicklung, Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken (Eingang über den Schulhof)

EUR 56,00

**Nachmittagskurs**

**Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken**

● **Kurs 2812**

**Dennis Dittgen, B.A. Sportwissenschaften**

Mo. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 23.09.2024, 14 Termine  
Sporthalle Bruchwiese, Sachsenweg 8,  
66121 Saarbrücken  
EUR 65,00

● **Kurs 2813**

**Dennis Dittgen, B.A. Sportwissenschaften**

Mo. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 23.09.2024, 14 Termine  
Sporthalle Bruchwiese, Sachsenweg 8,  
66121 Saarbrücken  
EUR 65,00

**Abendkurs**

**Die Wirbelsäule trainieren,  
den Rücken stärken**

● **Kurs 2814**

**Heidi Kött-Müller, Physiotherapeutin**

Mo. 18:45 – 19:45 Uhr

ab 23.09.2024, 14 Termine  
Gymnastikhalle Eschbergsschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str.  
Wendehammer)  
EUR 65,00

**Nachmittagskurs**

**Die Wirbelsäule trainieren,  
den Rücken stärken**

● **Kurs 2815**

**Regina Köhnke-Krämer, Diplom-Sport-  
lehrerin, Rückenschullehrerin**

Di. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 17.09.2024, 10 Termine  
Gymnastikhalle Eschbergsschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str.  
Wendehammer)  
EUR 47,00

● **Kurs 2815A**

**Regina Köhnke-Krämer, Diplom-Sport-  
lehrerin, Rückenschullehrerin**

Do. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 19.09.2024, 8 Termine  
Gymnastikhalle Eschbergsschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str.  
Wendehammer)  
EUR 38,00

**Pilates**

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder  
eine Decke mitbringen.

**Abendkurs**

**Pilates**

Der Pilateskurs bietet die perfekte Ge-  
legenheit Körper und Geist in Einklang zu  
bringen. In diesem Kurs werden sanfte,  
aber effektive Übungen erlernt, um die  
Flexibilität zu steigern, die Muskulatur zu  
stärken und die Körperhaltung zu verbes-  
sern. Der Kurs eignet sich für AnfängerIn-  
nen als auch für Fortgeschrittene.

● **Kurs 2821**

**Natalia Sommer, Pilatetrainerin**

Mo. 18:15 – 19:30 Uhr

ab 23.09.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 121,00

**Abendkurs**

**Yoga und Pilates Fusion**

Der Kurs vereint die entspannenden und  
dehnenden Elemente des Yoga mit den  
kräftigenden und stabilisierenden Übungen  
des Pilates. Ideal für alle, die ihre Flexibi-  
lität, Kraft und innere Balance verbessern  
möchten. AnfängerInnen und Fortgeschrit-  
tene sind herzlich willkommen.

● **Kurs 2821A**

**Natalia Sommer, Pilatetrainerin**

Mo. 19:45 – 21:15 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 120,00

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**REGINA KÖHNKE-KRÄMER**

**Dipl.-Sportlehrerin, Yogalehrerin  
SKA, Mitglied BDY, Entspannungs-  
und Rückenschullehrerin**

» *Bewegung draußen und drinnen  
ist immer schon mein bevorzugtes  
Tun gewesen. Bewege ich mich,  
geht's mir gut. Zuerst Turnen,  
Leichtathletik, später Ballett und  
Kunstturnen als Leistungssportle-  
rerin, dann ein sport- und sprach-  
wissenschaftliches Studium. Als  
Ergänzung absolvierte ich neben  
zahlreichen Weiterbildungen eine  
Ausbildung zur Rückenschulleh-  
rerin und zur Yogalehrerin mit  
Schwerpunkt Iyengar Yoga, Yoga  
der Energie, Heil-Yoga.  
Neben meinem Beruf als Lehrerin  
bin ich seit über 35 Jahren immer  
als Dozentin tätig gewesen.  
In meinen Kursen möchte ich die  
Teilnehmenden dazu ermuntern  
sich mit Freude, im Sinne der indi-  
viduellen Gesundheit, zu bewegen.*



**Abendkurs****FemBalance – Yoga, Pilates und Face Yoga für Frauen**

Eine harmonische Verbindung aus Yoga, Pilates und Face Yoga. Dieser Kurs stärkt den Körper, verbessert die Flexibilität und fördert Entspannung während spezielle Gesichtsgymnastik-Übungen die Gesichtsmuskulatur straffen und beleben. Ideal für Frauen, die ein ganzheitliches Wohlfühlerlebnis suchen. Geeignet für alle Fitnesslevel.

● **Kurs 2821B****Natalia Sommer, Pilatetrainerin**

Di. 19:15 – 20:45 Uhr  
ab 24.09.2024, 12 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 120,00

**Abendkurs****Easy Pilates**

Mit fließenden Bewegungen im Stand und am Boden werden Kraft und Flexibilität im Zusammenspiel trainiert. Die Körperhaltung wird verbessert, Bauch und Rücken werden gestärkt, Atmung und Körperwahrnehmung werden geschult.

● **Kurs 2822****Elisabeth Graser, Pilatetrainerin**

Di. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 90,00

● **Kurs 2822A****Elisabeth Graser, Pilatetrainerin**

Di. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 07.01.2025, 7 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 49,00

**Abendkurs****Pilates – Mittelstufe**

Das Pilates-Training ist ein sehr wirkungsvolles Ganzkörpertraining, da es Körper und Geist gleichermaßen herausfordert. Vor allem die tiefliegende Muskulatur, die unsere Wirbelsäule und Gelenke unmittelbar umgibt, wird beansprucht. Mit fließenden Bewegungen im Stand und am Boden werden Kraft und Flexibilität im Zusammenspiel trainiert. Die Körperhaltung wird verbessert, Bauch und Rücken werden gestärkt, Atmung und Körperwahrnehmung werden geschult. Dieser Kurs eignet sich für alle, die die Kurse „Pilates für BeginnerInnen“ und/oder „Easy Pilates“ absolviert haben oder die sich anderweitig mit den Pilates-Prinzipen und AnfängerInnenübungen vertraut gemacht haben.

● **Kurs 2822B****Elisabeth Graser, Pilatetrainerin**

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 90,00

● **Kurs 2822C****Elisabeth Graser, Pilatetrainerin**

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 08.01.2025, 7 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 49,00

**Abendkurs****Pilates**

In sanften, langsamen Bewegungen und Dehnungen wird in der Pilates-Methode die Körpermuskulatur gestärkt und gleichzeitig entspannt. Es werden einfache, aber sehr wirkungsvolle Übungen für den Rücken, die Körperhaltung, das Gleichgewicht und die Bewegungskoordination angeboten.

● **Kurs 2823****Patricia Schreiber, Pilatetrainerin**

Di. 19:30 – 20:30 Uhr  
ab 24.09.2024, 14 Termine  
Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule  
Ludwigspark, Ziegelstraße 17,  
66113 Saarbrücken (Rodenhof)  
EUR 97,00

● **Kurs 2824****Patricia Schreiber, Pilatetrainerin**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr  
ab 25.09.2024, 14 Termine  
Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule  
Ludwigspark, Ziegelstraße 17,  
66113 Saarbrücken (Rodenhof)  
EUR 97,00

**Kurs im Rahmen der Akademie für Ältere****Nachmittagskurs****Pilates**

Pilates versucht den Muskelapparat auszubalancieren. Die tief liegende und quer verlaufende Muskulatur wird aufgebaut und stabilisiert, um den Körper zu stützen. Pilates ist gelenkschonend und kann deshalb von Jung und Alt ausgeführt werden.

● **Kurs 1661****Heidrun Becker, Dipl.-Sportlehrerin**

Mo. 14:30 – 16:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 28,00

## Fitness und Workout

Bitte zu allen Kursen eine Matte oder eine Decke mitbringen.

### Abendkurs

#### Bodyforming

Ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Hanteln, Therabändern, Reindobällen u. v. m. sorgt mit moderner rockiger Musik für Spaß und Motivation. Anschließend wird die beanspruchte Muskulatur gedehnt. Bodyforming ist an kein Altersklientel angelehnt, sodass Jung und Alt zusammen trainieren können.

#### ● Kurs 2825

**Christine Springer, ÜL Körperstyling-Sport zur Gewichtsreduktion und Übergewicht, ÜL Aerobic**

Di. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 17.09.2024, 15 Termine

Turnhalle Gymnasium am Schloss, Spichererbergstr. 15, 66119 Saarbrücken (Eingang über Talstraße Schulhof)

EUR 57,00

### Abendkurs

#### Bodyfit

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Training für den gesamten Körper zu ausgewählter Musik. Der Kurs ist offen für alle Altersgruppen, die Spaß an Bewegung haben. Der Kurs startet mit Aufwärmtraining, es folgen Stärkungsübungen für die Arm- und Beinmuskulatur und Übungen für Gleichgewicht und Koordination, Bodentraining zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur sowie abschließende Entspannungs- und Dehnungsübungen.

#### ● Kurs 2826

**Margit Schumacher**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.09.2024, 7 Termine

Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule

Ludwigspark, Ziegelstraße 17,  
66113 Saarbrücken (Rodenhof)  
EUR 44,00

#### ● Kurs 2826A

**Margit Schumacher**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 06.01.2025, 7 Termine

Gymnastikhalle Gemeinschaftsschule

Ludwigspark, Ziegelstraße 17,  
66113 Saarbrücken (Rodenhof)

EUR 44,00

#### ● Kurs 2827

**Margit Schumacher**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 18.09.2024, 7 Termine

Aula Ludwigsgymnasium, Stengelstr. 31,  
66117 Saarbrücken

EUR 44,00

#### ● Kurs 2827A

**Margit Schumacher**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 08.01.2025, 7 Termine

Aula Ludwigsgymnasium, Stengelstr. 31,  
66117 Saarbrücken

EUR 44,00

### Nachmittagskurs

#### Fitmacher – Muskelschwung

In diesem Kurs wird das Gewebe gestrafft und die Kraftleistung verbessert. Ein gutes Muskelkorsett wird gebildet, das vor Verletzungen und Krankheiten schützt und einen präventiven Beitrag zur Gesundheit leistet.

#### ● Kurs 2828

**Marion Blank, Fitness-Fachwirtin**

Mo. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine

## Dozentinnen und Dozenten



### ELISABETH GRASER

*staatl. anerkt. Sport- und Gymnastiklehrerin, B.A. Gesundheitsmanagement*

» Seit meiner Kindheit fasziniert mich der menschliche Körper in seinem Aufbau, in seinen Funktionen und in seinen Zusammenhängen. Auch hatte ich schon immer große Freude an Bewegung und Sport. Deshalb war mir früh klar, dass ich diese Themen zu meinem Beruf machen möchte. Seit über 20 Jahren arbeite ich bereits in der Gesundheits- und Fitnessbranche. Unter anderem begleite ich Menschen sowohl in der Gruppe als auch individuell auf ihrem Weg zu mehr Fitness, Gesundheit und ganzheitlichem Wohlbefinden. Meine besondere Leidenschaft gilt hierbei der Körperarbeit und dem Pilates Training. «

Förderschule geistige Entwicklung,  
Moselstr. 2 a, 66113 Saarbrücken  
(Eingang über den Schulhof)  
EUR 56,00

### Abendkurs

#### Zumba®

Zumba ist ein Ganzkörpertraining zu ausgewählter Musik mit bestimmter Choreografie, das Spaß macht und die Fettverbrennung anregt. Lateinamerikanische Tanzelemente verbinden sich mit Elementen aus der Aerobic, sie stammen u. a. aus dem Reggae, Salsa, Merengue, Mambo, Flamenco, Cha-Cha-Cha, Tango, Samba und Hip-Hop.

#### ● Kurs 2834

##### Cécile Sujatha Amiot, Zumba-Instructorin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 9 Termine  
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),  
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken  
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)  
EUR 35,00

#### ● Kurs 2834A

##### Cécile Sujatha Amiot, Zumba-Instructorin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr  
ab 04.12.2024, 6 Termine  
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),  
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken  
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)  
EUR 30,00

### Nachmittagskurs

#### Masala Bhangra/Bollywood

Das Masala Bhangra Workout® ist ein indisches Tanz-Fitness-Programm, in welchem traditionelle Bhangra-Moves mit Bollywood-Bewegungen gemischt werden. Dieses spaßige Workout eignet sich für alle, die körperlich aktiv sein möchten

und indische Musik lieben. Alter und Fitness-Level spielen keine Rolle.

#### ● Kurs 2837

##### Cécile Sujatha Amiot, Masala Bhangra Trainerin

Mi. 17:00 – 18:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 9 Termine  
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),  
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken  
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)  
EUR 45,00

#### ● Kurs 2837A

##### Cécile Sujatha Amiot, Masala Bhangra Trainerin

Mi. 17:00 – 18:00 Uhr  
ab 04.12.2024, 9 Termine  
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),  
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken  
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)  
EUR 45,00

### Abendkurs

#### Power Fitness

Ein abwechslungsreiches Ganzkörperworkout was die Kraftausdauer sowie die Beweglichkeit verbessert, alle Muskelgruppen, Ausdauer und die Tiefenmuskulatur trainiert.

#### ● Kurs 2838

##### Petra Schütz, Fitnessgruppentrainerin B-Lizenz

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 6 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 34,00

#### ● Kurs 2838A

##### Petra Schütz, Fitnessgruppentrainerin B-Lizenz

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 15.01.2025, 6 Termine  
Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,  
Raum für gesunde Balance  
EUR 34,00

### Abendkurs

#### Balance Workout

Die Kombination aus Bodywork und Yoga trainiert den ganzen Körper, stärkt den Rücken und verbessert Kraftausdauer sowie Beweglichkeit. Dazu kommt der mentale Effekt: Man fühlt sich energiege-laden und fit.

#### ● Kurs 2838B

##### Petra Schütz, Fitnessgruppentrainerin B-Lizenz

Do. 19:00 – 20:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 6 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 34,00

### Abendkurs

#### Ritmo do Brazil

Ausgewählte Schritte des brasilianischen Tanzes werden mit Cardio-Elementen kombiniert. Dabei werden insbesondere Beine, Bauch und Gesäß trainiert.

#### ● Kurs 2839

##### Cécile Sujatha Amiot, Ritmo do Brazil Trainerin

Mi. 18:15 – 19:15 Uhr  
ab 29.01.2025, 3 Termine  
Turnhalle Max-Ophüls-Schule (ehemals Rotenbergschule),  
Schumannstr. 42, 66111 Saarbrücken  
(Zugang über Parkstraße und Schulhof)  
EUR 15,00

## Fitness im Wasser

### Nachmittagskurs

#### Aquafit

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Die Muskulatur kann aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Das Wasser bietet eine Gelenkentlastung und gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training findet im Flachwasser statt, die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt.

#### ● Kurs 2842

#### Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness

Mo. 17:30 – 18:15 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Schwimmbcken Grundschule Gersweiler (Aschbachschule), Aschbachstr. 38, 66128 Saarbrücken  
EUR 39,00

#### ● Kurs 2843

#### Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness

Mo. 18:30 – 19:15 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Schwimmbcken Grundschule Gersweiler (Aschbachschule), Aschbachstr. 38, 66128 Saarbrücken  
EUR 39,00

## Reiten und Voltigieren

In Kooperation mit dem Reit- und Voltigierverein St. Arnual

### Voltigieren für Erwachsene und Jugendliche

✳ ab 16 Jahren

Voltigieren ist Bewegung auf dem Pferd, das an der Longe (lange Leine) im Schritt, Trab oder Galopp geführt wird.

Das Voltigieren dient der Prävention von Rückenleiden und der Verbesserung der Rückenmuskulatur bei nicht akuten Problemen. Ebenso ist der Umgang mit dem Pferd bestens zum Stressabbau geeignet. *Die Termine werden individuell mit den TeilnehmerInnen vereinbart. Die Teilnahme an der Vorberechnung ist daher unbedingt erforderlich.*

#### ● Kurs 2850

#### Reit- u. Voltigierverein St. Arnual

Vorberechnung in der Reitanlage:

Mi. 18.09.2024, 19:00 Uhr

10 Voltigiertermine nach Vereinbarung

Reitanlage Am Alten Wasserturm,

Am Hasenbühl 19,

66128 Saarbrücken-Gersweiler

EUR 65,00

### Reiten für Erwachsene und Jugendliche

✳ ab 16 Jahren

Theorie und Praxis des Reitens für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Sportliche Betätigung mit dem Pferd zur Förderung des Stressabbaus aus dem leistungsbezogenen Alltag. Der theoretische und praktische Teil werden von Beginn des Kurses an auf die vorhandenen Kenntnisse der TeilnehmerInnen abgestimmt. Ziel des Unterrichts ist die theoretische und praktische Ausbildung von AnfängerInnen und Fortgeschrittenen für den Reitsport. *Die Termine werden individuell mit den TeilnehmerInnen vereinbart (10 Termine: 8 x Reiten, 2 x Theorie). Die Teilnahme an der Vorberechnung ist daher unbedingt erforderlich.*

#### ● Kurs 2850A

#### Reit- u. Voltigierverein St. Arnual

Vorberechnung in der Reitanlage:

Mi. 18.09.2024, 19:00 Uhr

10 Termine: 8 Reitertermine nach Vereinbarung

## Dozentinnen und Dozenten



**PATRICIA SCHREIBER**  
Pilatesrainerin

» Natur, gesunde Nahrung, Entspannung und Bewegung sind wichtige Komponenten in meinem Leben. So kam ich ganz natürlich zu der Pilates-Methode, die mir im Alltag Kraft, Energie, gleichzeitig auch Sicherheit und Ruhe bringt. In meinen Kursen biete ich ein Konzept an, das aus ausgewählten Übungsabläufen besteht. Geschmeidige und schonende Bewegungen bringen den ganzen Körper in eine schöne und gesunde Aufrichtung. Jede Stunde endet mit einer Entspannungssequenz, die wichtig ist, um die wohltuende Wirkung der Übungen sowohl körperlich wie auch geistig aufzunehmen. «

Reitanlage Am Alten Wasserturm,  
Am Hasenbühl 19, 6  
6128 Saarbrücken-Gersweiler  
EUR 150,00

### Outdoor

#### Wochenendkurs

#### Nordic Walking

Nordic Walking ist ein gelenkschonender Sport, bei dem durch den rhythmischen Einsatz der Stöcke auch die Muskulatur des Oberkörpers trainiert wird. Nordic Walking erhöht Ausdauer und Kraft und löst Muskelverspannungen im Schulter-Nacken-Bereich und Rücken. Individuelle Korrekturen stehen ebenso im Mittelpunkt wie die Körperwahrnehmung und das Wohlbefinden.

*Walking-Stöcke bitte mitbringen. Stöcke können im Einzelfall auch ausgeliehen werden.*

#### ● Kurs 2851

**Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin, Basic Instr. NW**

Sa. 15:45 – 17:15 Uhr  
ab 21.09.2024, 6 Termine  
Parkplatz Waldhaus Meerwiesertalweg  
EUR 60,00  
Termine: 21.09., 28.09., 12.10., 19.10., 09.11., 23.11.2024

#### Wochenend-Workshop

#### Lachwanderung – Lachend den Herbst begrüßen

An bestimmten Stationen der Wanderung werden die Vorteile des Lachyoga mit frischer Luft und Sonnenschein verbunden. Stress wird abgebaut, das Immunsystem gekräftigt und eine positive Grundhaltung entwickelt. Auf diese Weise erhalten wir uns gesund und es gelingt, den Alltag mit zunehmender Heiterkeit besser zu bewältigen.

#### ● Kurs 2852

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Fr. 04.10.2024, 15:30 – 17:45 Uhr  
Nordeingang des Deutsch-Französischen Gartens (Seite Calypso)  
EUR 15,00

#### Wochenend-Workshop

#### Lachwanderung – Lachend den Winter begrüßen

#### ● Kurs 2852A

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Fr. 10.01.2025, 14:00 – 16:15 Uhr  
Nordeingang des Deutsch-Französischen Gartens (Seite Calypso)  
EUR 15,00

#### Wintersportkurse

In Kooperation mit der Schneesport- & Outdoorschule Black Forest Magic

Wichtig: Die Teilnahme an den Wintersportkursen geschieht auf eigene Gefahr, Mindestalter 14 Jahre. Bei gesundheitlichen Beschwerden sollte vor der Anmeldung ein Arzt konsultiert werden.

Die Schneesportschule Black Forest Magic Feldberg meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy) sowie unbedingt die E-Mail-Adresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre E-Mails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie bis zwei Tage vor Kursbeginn nicht kontaktiert worden sein,

melden Sie sich bitte telefonisch beim Veranstalter unter Tel. 07664 6137700. Eine kostenfreie Stornierung ist nur bis 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich.

#### Wochenend-Workshop

#### Snowboardkurs für EinsteigerInnen

✳ ab 14 Jahren

EinsteigerInnen lernen bei diesem Kurs das sichere Fallen, Aufstehen, geradeaus fahren, sicheres Gleiten und bremsen.

Darüber hinaus werden Kanten, Kurven, Schrägfahren sowie sichere Kurven auf der Piste eingeübt. Anmeldung bis 21.01.2025 ist unbedingt erforderlich! Eine Abmeldung ist nur bis 21.01.2025 möglich.

*Die gesamte Ausrüstung (Schuhe bzw. Board) kann direkt vor Kursbeginn gegen Barzahlung am Feldberg geliehen werden. Leihgebühr für Sets (Schuhe, Snowboard) ab EUR 21,00 für einen Tag; Helme oder Skibrillen können auch vor Ort geliehen werden (zzgl. EUR 5,00).*

*iftkarten werden vor Ort mit dem Ski-lehrer selbst gekauft (reine Snowboard-fahrerInnen und EinsteigerInnen brauchen keine Liftkarte am ersten Tag, günstige Mehrfahrtenkarten können ab EUR 5,00/Tag gekauft werden).*

#### ● Kurs 2853

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 26.01.2025, 11:00 – 14:00 Uhr  
Treffpunkt am Feldberg 10:15 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart  
Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 42,00

**Wochenend-Workshop****Snowboardkurs für EinsteigerInnen**

✎ ab 14 Jahren

Anmeldung bis 11.02.2025 ist unbedingt erforderlich!

● **Kurs 2853A**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 16.02.2025, 11:00 – 14:00 Uhr

Treffpunkt am Feldberg 10:15 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart

Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 42,00

**Wochenend-Workshop****Skikurs für EinsteigerInnen**

✎ ab 14 Jahren

EinsteigerInnen lernen bei diesem Kurs das sichere Fallen, Aufstehen, geradeaus fahren, sicheres Gleiten und bremsen. Darüber hinaus werden Kanten, Kurven, Schrägfahren sowie sichere Kurven auf der Piste eingeübt. Anmeldung bis 21.01.2025 ist unbedingt erforderlich! Eine Abmeldung ist nur bis 21.01.2025 möglich. *Die gesamte Ausrüstung (Ski, Stöcke, Schuhe) kann direkt vor Kursbeginn gegen Barzahlung am Feldberg geliehen werden. Leihgebühr für Sets (Schuhe, Ski) ab EUR 21,00 für einen Tag; Helme oder Skibrillen können auch vor Ort geliehen werden (zzgl. EUR 5,00).*

*Lifftkarten werden vor Ort mit dem Skilehrer selbst gekauft (reine Ski-EinsteigerInnen brauchen keine Lifftkarte am ersten Tag, günstige Mehrfahrtenkarte können ab EUR 5,00/Tag gekauft werden).*

● **Kurs 2854**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 26.01.2025, 10:30 – 13:30 Uhr

Treffpunkt am Feldberg 9:50 Uhr mit anschließender Materialausgabe und

Tourstart

Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 42,00

**Wochenend-Workshop****Skikurs für EinsteigerInnen**

✎ ab 14 Jahren

Anmeldung bis 11.02.2025 ist unbedingt erforderlich!

● **Kurs 2854A**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 16.02.2025, 10:30 – 13:30 Uhr

Treffpunkt am Feldberg 9:50 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart

Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 42,00

**Wochenend-Workshop****Langlauf Klassisch für EinsteigerInnen am Feldberg**

✎ ab 14 Jahren

Der Skilanglauf erfüllt sämtliche Bedingungen einer gesundheitsfördernden sportlichen Betätigung. Er trainiert Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, ist leicht erlernbar und bietet darüber hinaus wunderschöne Naturerlebnisse auf dem Feldberg. Unter fachkundiger Anleitung wird in drei Stunden die einfache Technikform des klassischen Langlaufs erlernt. Anmeldung bis 21.01.2025 ist unbedingt erforderlich! Eine Abmeldung ist nur bis 21.01.2025 möglich.

*Die komplette Langlaufausrüstung kann einen Tag lang gegen eine Zusatzgebühr ab EUR 21,00 vor Ort geliehen (Ski, Schuhe, Stöcke) werden. Der Preis für die Leihhausrüstung wird vor Ort bar bezahlt. Bitte Mütze und Handschuhe mitbringen.*

● **Kurs 2855**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

**Dozentinnen und Dozenten****CÉCILE AMIOT**

zert. Zumba-Instructorin

» Meine Leidenschaft zum Tanzen habe ich bereits im Teenie-Alter entdeckt. Ich besuchte verschiedene Kurse wie Hip-Hop, Jazz-Dance, Afro, Samba No Pé und auch indischen Tanz. Mit der Zeit ist mein Interesse selbst zu unterrichten immer größer geworden. Und so freue ich mich sehr, dass es möglich geworden ist, eigene Kurse bei der vhs Regionalverband anbieten zu können. Ich arbeite als Krankenschwester und der stressige Alltag ist nicht einfach – umso mehr freue ich mich auf diesen Ausgleich. Denn der Ausgleich durch das Tanzen in der Gruppe ist für den Körper und die Seele gut, für mich und auch für die TeilnehmerInnen. «

So. 26.01.2025, 10:00 – 13:00 Uhr  
Treffpunkt am Feldberg 9:30 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart  
Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 45,00

**Wochenend-Workshop**  
**Langlauf Klassisch**  
**für EinsteigerInnen am Feldberg**

♾️ ab 14 Jahren

Anmeldung bis 11.02.2025 ist unbedingt erforderlich!

● **Kurs 2855A**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 16.02.2025, 10:00 – 13:00 Uhr

Treffpunkt am Feldberg 9:30 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart  
Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 45,00

**Wochenend-Workshop**  
**Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg**

♾️ ab 14 Jahren

Auf einer Wanderung durch verschneite Berglandschaften und Schneeflächen lassen sich die ruhigen Ecken des Hochschwarzwaldes entdecken. Die altbewährte Sportart des Schneeschuhlaufens ermöglicht eine Kräfte sparende Fortbewegung im Tiefschnee und eignet

sich für jede Altersgruppe. Ohne große Vorkenntnisse, nach einer kurzen Einweisung unseres Schneeschuhführers, erfolgt eine Wanderung durch den herrlichen Tannenwald des Hochschwarzwaldes und des Naturschutzgebietes des Feldbergs. Die Streifzüge durch die Natur dauern vier bis viereinhalb Stunden und werden von einem oder mehreren Schneeschuhführern begleitet, die den TeilnehmerInnen während der Tour jederzeit mit Rat und Tat zur Seite stehen. Zur Mittagszeit wird in eine Berghütte eingekehrt, daher bitte unbedingt Geld für eine Vesper mitnehmen.

Anmeldung bis 21.01.2025 ist unbedingt erforderlich! Eine Abmeldung ist nur bis 21.01.2025 möglich.

Die komplette Leih-Ausrüstung ist im Preis enthalten (Schneeschuhe, Stöcke). Bitte unbedingt Bergschuhe bzw. hohe Wanderschuhe, Mütze, Handschuhe und Proviant sowie etwas zu trinken für unterwegs mitbringen.

● **Kurs 2856**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 26.01.2025, 9:45 – 14:15 Uhr

Treffpunkt am Feldberg 9:15 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart

Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 39,00

**Wochenend-Workshop**  
**Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg**

♾️ ab 14 Jahren

Anmeldung bis 11.02.2025 ist unbedingt erforderlich!

● **Kurs 2856A**

**Thomas Bühler, Grund- und Hauptschullehrer, DSLV Ski- und Snowboardlehrer**

So. 16.02.2025, 9:45 – 14:15 Uhr

**Unsere aktuellen Angebote finden Sie jetzt unter**  
[www.bellevue-apotheke.de](http://www.bellevue-apotheke.de)

**Bis zu 40% sparen\***



**BELLEVUE**  
APOTHEKE

Apotheker  
Oliver Lamest e.K.  
Metzer Straße 102  
66117 Saarbrücken  
Tel. 06 81 / 56 58 2  
Fax 06 81 / 58 48 87 6



Jetzt bei uns  
punkten



Zahlung per  
Kreditkarte



Lieferservice



Kostenfreie  
Parkplätze

**BESTELLT & APPGEHOLT!**

Wir liefern auch nach Hause oder an Ihren Arbeitsplatz.

Onlineshop  
[www.bellevue-apotheke.de](http://www.bellevue-apotheke.de)

App  
[gesund.de](http://gesund.de)



**\*Hier gehts direkt zu unseren aktuellen Angeboten**



**SCHNELL, EINFACH UND BEQUEM**

Treffpunkt am Feldberg 9:15 Uhr mit anschließender Materialausgabe und Tourstart  
Selbstanreise zum Feldberg, Schwarzwald  
EUR 39,00

## Selbstverteidigung/Gewaltprävention

### Junge vhs

#### Selbstbehauptung für Kinder

✳ 6 – 10 Jahre

Es ist wichtig, dass Kinder wissen, wie sie sich selber schützen können, wenn sie alleine unterwegs sind. Das Selbstvertrauen des Kindes soll gestärkt und gefährliche Situationen erkannt werden. Einfache und effektive Techniken zur Abwehr werden vermittelt, gleichzeitig wird versucht, das Selbstwertgefühl zu steigern. Auch die Grenzen der Selbstverteidigung werden aufgezeigt.

● **Kurs 2857**

*Udo Freidinger, Polizeibeamter i. R.*

Mo. 11:00 – 12:00 Uhr

ab 14.10.2024, 5 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 33,00

### Nachmittagskurs

#### Selbstverteidigungskurs WingTsun für Jugendliche und Erwachsene

✳ ab 16 Jahren

EWTO WingTsun ist eine alte Kampfkunst, die auf Selbstverteidigung basiert. Leichte verständliche Basistechniken werden erlernt, die auch unter starken psychischen Belastungen abgerufen und reflexhaft angewendet werden können. Somit kann sich in Angriffssituationen angemessen zur Wehr gesetzt werden.

● **Kurs 2858**

*Pascal Liedtke, 3. Lehrergrad EWTO WingTsun*

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 24.09.2024, 5 Termine

vhs-Zentrum, Saal 01 EG

EUR 38,00

## Kampfkunst

In Kooperation mit dem Sportverein **ShinZenBi Kampfkunst und Bewegungsformen e.V.**

### Abendkurs

#### Kyudo

Kyudo, wörtlich übersetzt der Weg des Bogens, ist die traditionelle Kunst des japanischen Bogenschießens, ein Erbe der Samurai. Ein Kyudoka schult Körper und Geist gleichzeitig. Durch traditionelle Bewegungsabläufe fördert er seine Konzentration, die Weiterentwicklung seiner Persönlichkeit und strebt nach einem ausgeglicheneren Selbst.

● **Kurs 2860**

*ShinZenBi e.V./Harald Rupprecht,*

*3. Dan Kyudo*

Mo. 20:00 – 21:45 Uhr

ab 23.09.2024, 12 Termine

Joachim-Deckarm-Halle,

Halbergstr. 84 - 86, 66121 Saarbrücken

EUR 60,00

### Abendkurs

#### Aikido für Erwachsene

Aikido ist eine friedfertige Kampfkunst, bei der keine Angriffstechniken, sondern Abwehr- und Sicherungstechniken gelehrt werden. Eine entsprechend defensive und verantwortungsbewusste geistige Haltung wird vermittelt. Ziel ist es, die Kraft des Angriffs umzuleiten und so zu nutzen, dass der Gegner angriffsunfähig gemacht wird, ohne ihn dabei zu verletzen. Aikido kann gleichermaßen von Frauen und Männern und in jedem Alter geübt werden.

● **Kurs 2861**

*ShinZenBi e.V./Armin Fiedler,*

*5. Dan Aikikai Tokyo, 1. Dan Aiki Toho Iai*

Fr. 19:00 – 21:00 Uhr

ab 20.09.2024, 12 Termine

Sporthalle des Otto-Hahn-Gymnasiums, Landwehrplatz 3

(Halle vom Tor in der Rotenbergstraße aus rechts), 66111 SB

EUR 70,00

### Abendkurs

#### Newman-Escrima

Ist ein waffenbasiertes Selbstverteidigungssystem mit Wurzeln in den USA und in Europa. Im Zentrum dieses Einführungskurses liegt der Schwerpunkt vor allem auf Koordination, Achtsamkeit und Eigenschutz. Der Ausbau dieser Fähigkeiten kann wiederum für mehr Selbstbewusstsein und Harmonie im Alltag sorgen.

● **Kurs 2862**

*Gleb Cytowicz*

Fr. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 08.11.2024, 7 Termine

Gersweilerstraße 25, 66117 Saarbrücken (Eingang über Hinterhof)

EUR 84,00

## Tanzen

### Abendkurs

#### Modern American Square Dance – Einführungskurs

Square Dance ist der Tanztrend aus Amerika. Gruppen von 8 Personen arbeiten zusammen, um die Tanzbewegung, die der/die AnsagerIn gibt, auszuführen. Der/die AnsagerIn gibt die Tanzbewegung im Flug, sodass die TänzerInnen diese in Echtzeit interpretieren und ausführen sollten. Es wird keine vorherige Tanzerfahrung benötigt. Square Dance ist gelebte Freundschaft und Völkerverständigung. Es ist das Hobby für reisefreudige Menschen, Singles und auch Paare.

#### ● Kurs 2870

**Marcel Konath, Caller, Member of ECTA**

Di. 19:30 – 20:30 Uhr

ab 24.09.2024, 9 Termine

Tanzstudio Fortuna, Ludwigstr. 58  
66115 Saarbrücken

EUR 29,00

### Abendkurs

#### Line Dance für AnfängerInnen und NeueinsteigerInnen

Line Dance ist für alle geeignet und wird ohne TanzpartnerIn in Reihen getanzt. Alle tanzen eigenständig, aber gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Es wird zu unterschiedlichen Musikstilen getanzt – von Country-Musik bis hin zu aktuellen Popsongs. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen und sind für Interessierte ohne Tanzerfahrung bestens geeignet – für Jung und Alt.

#### ● Kurs 2871

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 20.09.2024, 8 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)  
EUR 52,00

#### ● Kurs 2871A

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 10.01.2025, 5 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)

EUR 32,00

### Abendkurs

#### Line Dance für Beginner II (Vorkenntnisse unbedingt erforderlich)

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne TänzerInnen unabhängig von der Geschlechtszugehörigkeit in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert, die meist aus den Kategorien Country und Pop stammt.

#### ● Kurs 2872

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 20.09.2024, 8 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)

EUR 52,00

#### ● Kurs 2872A

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 10.01.2025, 5 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)

EUR 32,00

### Abendkurs

#### Line Dance für Fortgeschrittene

Kenntnisse der Line-Dance-Schritte sind für diesen Kurs erforderlich, es sollten mehrere AnfängerInnenkurse besucht worden sein. Tänze Beginner/Improver mit Restart und Tags/Brücken.

#### ● Kurs 2873

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 20.09.2024, 8 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)

EUR 52,00

#### ● Kurs 2873A

**Christine Krieger, Trainerin für Line Dance**

Fr. 20:00 – 21:00 Uhr

ab 10.01.2025, 5 Termine

Turnhalle Grundschule Rodenhof,  
Ziegelstr. 35, 66113 Saarbrücken  
(Zugang über Stadionweg)

EUR 32,00

### Abendkurs

#### Line Dance High Beginner-Kurs (mit Vorkenntnissen)

Bereits erlernte Tänze und Grundschritte werden wiederholt und vertieft. Neue Beginner- bis leichte Improver-Tänze erweitern und festigen die vorhandenen Tanzkenntnisse. Dieser Kurs ist nicht geeignet für AnfängerInnen. Die häufigsten Line Dance Basic-Schritte sollten bekannt sein.

#### ● Kurs 2874

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance**

Mi. 19:15 – 20:45 Uhr

ab 18.09.2024, 14 Termine

Gymnastikhalle Eschbergschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str.  
Wendehammer)

EUR 118,00

### Abendkurs

#### Line Dance Beginner-Kurs

Beim Line Dance tanzt man eigenständig, aber gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Wir lernen Beginner-Tänze mit Country- und Pop-Musik. Dieser Kurs ist geeignet für AnfängerInnen, WiedereinsteigerInnen oder für TeilnehmerInnen mit geringen Tanzkenntnissen.

#### ● Kurs 2874A

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance**

Do. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 19.09.2024, 7 Termine

Gymnastikhalle Eschbergschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str.  
Wendehammer)

EUR 40,00

#### ● Kurs 2874B

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance**

Do. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 05.12.2024, 6 Termine

Gymnastikhalle Eschbergschule,  
Rostocker Str., 66121 Saarbrücken  
(Eingang über Magdeburger Str. Wendehammer)

EUR 35,00

### Wochenend-Workshop

#### Line Dance High Beginner-Workshop

Bereits erlernte Tänze und Grundschrirte werden wiederholt und vertieft. Neue Beginner- bis leichte Improver-Tänze erweitern und festigen die vorhandenen Tanzkenntnisse. Dieser Kurs ist nicht geeignet für AnfängerInnen. Die häufigsten Line Dance Basic-Schritte sollten bekannt sein.

#### ● Kurs 2874C

**Mi-Hyon Choe, zertifizierte Trainerin für Line Dance/SLT geprüft im Modul 19-Line Dance**

Sa. 09.11.2024, 13:00 – 15:00 Uhr

Stengelstr. 10, 66117 Saarbrücken,

Raum für gesunde Balance

EUR 12,00

### Nachmittagskurs

#### Steptanz Mittelstufe

Der Wiedereinstiegskurs, falls Sie schon einmal gestept haben. Etwa 2 Jahre Erfahrung sollten Sie mitbringen. Über Grundschrirte und Kombinationen werden Choreografien erarbeitet. Der erste Einstieg in Improvisationen führt uns gemeinsam auf ein höheres Level.

*Bitte feste Schuhe mit glatter Sohle (am besten mit Ledersohle, keine Turnschuhe), bequeme Kleidung und die Bereitschaft zum Lachen mitbringen.*

#### ● Kurs 2875

**Frank Schreiner**

Di. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 17.09.2024, 14 Termine

TGBBZ 2, Aula, Am Mügelsberg 1,

66111 Saarbrücken

EUR 88,00

### Dozentinnen und Dozenten



#### FRANK SCHREINER

**Kursleiter in unseren Steptanzkursen**

» Der eigene Körper wird zum Musikinstrument, die Füße zum Schlagzeug und man fühlt intensiv den Rhythmus der Musik. Die Freude an Bewegung, Humor, etwas Rhythmus- und vielleicht Balancegefühl schon sind die wesentlichen Voraussetzungen erfüllt, um Spaß am Steptanz zu haben. Begonnen habe ich an eben der vhs, wo ich heute unterrichte. Ich bildete mich bei vielen Workshops mit TänzerInnen aus den verschiedensten Ländern fort und entwickelte daraus meine Art zu tanzen. So ist auch das Ziel meines Unterrichts, dass die TeilnehmerInnen lernen, auf ihre Art und Weise zu steppen. Der Weg dorthin führt über Grundschrirte, Choreografien und jede Menge Spaß letztendlich zur hohen Kunst der Improvisation. «

### Abendkurs

#### Stepptanz für Fortgeschrittene

Im Fokus liegt die Entwicklung der persönlichen Möglichkeiten, sich im Stepptanz auszudrücken. Hierzu sollte bereits mehrere Jahre gesteppt sowie die Grundschrirte und wichtigsten Kombinationen beherrscht werden. Improvisationsübungen, das Spiel mit der Lautstärke und der Akzentuierung ermöglichen es, jederzeit zu jeder Musik steppen zu können. Bereits gelernte Choreografien werden wiederholt und ebenso neue erarbeitet.

#### ● Kurs 2876

**Frank Schreiner**

Di. 19:00 – 20:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 14 Termine  
TGBBZ 2, Aula, Am Mügelsberg 1,  
66111 Saarbrücken  
EUR 88,00

In Kooperation mit dem  
Saar 05 Tanzsport e. V.

### Wochenendkurs

#### Tanzkurs Standard/Latein für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen

Tanzen macht jede Menge Spaß und Erfolge lassen nicht lange auf sich warten. Die Grundschrirte und erste Figuren von Tänzen wie Walzer, Foxtrott, Tango, Rumba, Cha-Cha-Cha, Jive sowie Freude an der Bewegung werden vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist mit oder ohne TanzpartnerIn möglich.

#### ● Kurs 2878

**Saar 05 Tanzsport e. V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention**

So. 14:00 – 15:00 Uhr

ab 27.10.2024, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

#### ● Kurs 2878A

**Saar 05 Tanzsport e. V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention**

So. 14:00 – 15:00 Uhr  
ab 12.01.2025, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

### Wochenendkurs

#### Disco Fox für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen

Ganz egal, ob auf einem Ball, einer Party oder einfach in der Disco - man kann Disco Fox auf fast jede Musik tanzen! In diesem Grundkurs werden Grundfiguren sowie erste Schrittfolgen erlernt und eingeübt. Teilnahme mit oder ohne TanzpartnerIn möglich.

#### ● Kurs 2878B

**Saar 05 Tanzsport e. V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention**

So. 16:00 – 17:00 Uhr  
ab 27.10.2024, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

#### ● Kurs 2878C

**Saar 05 Tanzsport e. V./Marianna Margolina, Trainerin C Leistungssport Standard, Trainerin C Breitensport, Übungsleiterin B Prävention**

So. 16:00 – 17:00 Uhr  
ab 12.01.2025, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

### Abendkurs

#### Latin Style – Tanzen ohne TanzpartnerIn für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen

Haben Sie Lust auf Urlaubsstimmung bei Salsa oder Bachata? Oder auf romantische Rumba, wilden Jive oder Karnevalsstimmung bei Samba? Beim Latin Style Kurs finden alle etwas für ihr Herz. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – ob AnfängerInnen oder WiedereinsteigerInnen – Spaß in den schönen Fuß- und Armbewegungen ist für alle garantiert!

#### ● Kurs 2878D

**Saar 05 Tanzsport e. V./Luydmilla Glushko, Choreografin, Trainerin für Ballett, Modern und Step Dance**

Mi. 17:45 – 18:45 Uhr  
ab 16.10.2024, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V., Straße  
des 13. Januar 10, 66121 Saarbrücken  
EUR 48,00  
Termine: 16.10., 23.10., 06.11., 27.11.,  
04.12.2024

#### ● Kurs 2878E

**Saar 05 Tanzsport e. V./Luydmilla Glushko, Choreografin, Trainerin für Ballett, Modern und Step Dance**

Mi. 17:45 – 18:45 Uhr  
ab 15.01.2025, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,

Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00  
Termine: 15.01., 29.01., 12.02., 26.02.,  
12.03.2025

### Wochenendkurs

#### West Coast Swing für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen

West Coast Swing ist einer der beliebtesten Party-Paar-Tänze und wird mittlerweile in der ganzen Welt getanzt. Die Schritte und Schrittabfolgen sind leicht zu lernen und machen gerade deswegen viel Spaß. Auch EinzelteilnehmerInnen sind herzlich willkommen, da Partnerwechsel vorgesehen ist und niemand lange allein bleibt. Getanzt wird zu beliebten modernen Pop-/Schlager Songs.

#### ● Kurs 2878F

**Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichert, Trainer C Breitensport**

Sa. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 09.11.2024, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

#### ● Kurs 2878G

**Saar 05 Tanzsport e. V./Oliver Reichert, Trainer C Breitensport**

Sa. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 18.01.2025, 5 Termine  
Clubheim SV Saar 05 Tanzsport e. V.,  
Straße des 13. Januar 10,  
66121 Saarbrücken  
EUR 48,00

#### Korea jetzt hautnah erleben!

### Wochenend-Workshop

#### K-Pop-Tanzen

Lernen Sie in unserem Kurs synchronisierte Tanzchoreografien, welche sehr detailverliebt sind. Es geht um die schnelle, präzise und synchrone Ausführung der Tanzbewegungen im K-Pop.

#### ● Kurs 2880

**Tae Hee Eum/Ellie Imanishi/Yuri Imanishi**

Fr. 29.11.2024, 16:30 – 20:30 Uhr  
Sa. 30.11.2024, 10:00 – 13:45 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 50,00

### Wochenendkurs

#### Tango Argentino für AnfängerInnen

Es stehen wichtige Grundschriffe und Grundbewegungen wie „Ochos“ und Drehungen als notwendige Bausteine des Tango Argentino im Mittelpunkt. Im Weiteren wird auch die Rollenverteilung zwischen führen und folgen sowie das Empfinden der Musik und des Rhythmus in diesem Kurs fokussiert. Der genussvolle Tanz mit PartnerIn in Harmonie mit der Musik und den anderen TänzerInnen im Salon steht im Vordergrund.

#### ● Kurs 2881

**Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/  
Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin**

Sa. 21.09.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
So. 22.09.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Pyramide, Försterstraße 12 a,  
66111 Saarbrücken  
EUR 49,00 (für Paare EUR 75,00)

#### ● Kurs 2881A

**Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/  
Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin**

Sa. 09.11.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
So. 10.11.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Pyramide, Försterstraße 12 a,  
66111 Saarbrücken  
EUR 49,00 (für Paare EUR 75,00)

#### ● Kurs 2881B

**Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/  
Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin**

Sa. 23.11.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
So. 24.11.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Pyramide, Försterstraße 12 a,  
66111 Saarbrücken  
EUR 49,00 (für Paare EUR 75,00)

#### ● Kurs 2881C

**Guillermo Böttcher, zert. Tangolehrer/  
Silvina Böttcher, zert. Tangolehrerin**

Sa. 07.12.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
So. 08.12.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Pyramide, Försterstraße 12 a,  
66111 Saarbrücken  
EUR 49,00 (für Paare EUR 75,00)

#### In Kooperation mit der Tanzschule Bootz-Ohlmann

### Junge vhs

#### Hip Hop Kids

♿ 1. – 4. Klasse

Tanzen wie die großen und bekannten Hip Hop Crews – lasst uns gemeinsam beginnen. Hip Hop – das ist heute nicht nur eine Musikrichtung, sondern ein Lebensstil. Wenn ihr herausfinden möchtet, wie man sich auf diese Musik cool bewegen kann, ist dieser Ferienworkshop genau das Richtige!

#### ● Kurs 2882

**Tanzschule Bootz-Ohlmann**

Mo. 14.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Tanzschule Bootz-Ohlmann,  
Europaallee 4 a, 66113 Saarbrücken  
EUR 19,00

● **Kurs 2882A**

**Tanzschule Bootz-Ohlmann**

Mi. 26.02.2025, 10:00 – 13:00 Uhr  
Tanzschule Bootz-Ohlmann,  
Europaallee 4 a, 66113 Saarbrücken  
EUR 19,00

*Junge vhs*

**Hip Hop Teens**

✦ 10 – 13 Jahre

In diesem Workshop werden die unterschiedlichen Styles zu aktueller und angesagter Musik kennengelernt: von Oldschool, New-Style, Modern Dance bis Shuffle ist alles dabei. Egal ob AnfängerInnen oder Fortgeschrittene, hier erwartet die Teens viel Spaß in einer coolen Crew.

● **Kurs 2882B**

**Tanzschule Bootz-Ohlmann**

Mo. 21.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Tanzschule Bootz-Ohlmann,  
Europaallee 4 a, 66113 Saarbrücken  
EUR 19,00

*Junge vhs*

**Kreativer Kindertanz – ein fantastischer Einstieg in die Welt des Tanzes**

✦ 3 – 4 Jahre

Spielerisch und kindgerecht wird in die Welt des Tanzes eingeführt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt und ihr Bewegungsdrang gefördert.

● **Kurs 2883**

**Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin**

Fr. 15:00 – 15:45 Uhr  
ab 27.09.2024, 14 Termine  
Movimento, Dudweiler Landstr. 141,  
3. Etage, 66123 Saarbrücken  
EUR 96,00

*Junge vhs*

**Kreativer Kindertanz – ein fantastischer Einstieg in die Welt des Tanzes**

✦ 5 – 7 Jahre

In diesem Kurs erleben die Kinder die Welt des Tanzes über alle Sinne. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potential.

● **Kurs 2883A**

**Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin**

Fr. 16:00 – 17:00 Uhr  
ab 27.09.2024, 14 Termine  
Movimento, Dudweiler Landstr. 141,  
3. Etage, 66123 Saarbrücken  
EUR 115,00

*Junge vhs*

**Moderner Tanz – Tanztheater**

✦ 8 – 11 Jahre

Mit Tanz, Ausdruck und Bewegung werden Geschichten erzählt. Mit Vorstellungsbildern, Material, Rhythmus und Musik wird die Fantasie der Kinder angeregt, ihr Bewegungsdrang gefördert und ihre sinnliche Wahrnehmung angeregt. Spielerisch entwickeln die Kinder alleine, zu zweit und in der Gruppe ihr kreatives tänzerisches Potenzial, welches sie in einer Tanzgeschichte präsentieren werden.

● **Kurs 2883B**

**Eva Lajko, staatl. gepr. Tanzpädagogin**

Fr. 17:00 – 18:15 Uhr  
ab 27.09.2024, 14 Termine  
Movimento, Dudweiler Landstr. 141,  
3. Etage, 66123 Saarbrücken  
EUR 133,00

*Junge vhs*

**Kinderballett**

✦ 5 – 8 Jahre

Wir erarbeiten spielerisch und kindgerecht die Grundlagen des klassischen Balletts und fördern gleichzeitig u.a. Körperwahrnehmung, Konzentration, Kreativität und eine gesunde Körperhaltung. Dabei ist das Wichtigste der Spaß am Tanzen. Denn beim Ballett geht es nicht darum, der oder die Beste zu sein, sondern darum, eine Geschichte zu erzählen!

● **Kurs 2884**

**Jessica Ernst, Kinderballettpädagogin**

Mo., Mi. 14:30 – 15:30 Uhr  
ab 14.10.2024, 4 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 01 EG  
EUR 27,00  
Termine: 14.10., 16.10., 21.10., 23.10.2024

## Beratung und Information



**Anika Adam**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 22  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4333  
Fax 0681 506-4390  
anika.adam@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Julia Decker**  
Sachbearbeiterin  
Altes Rathaus, Zi. 2  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4317  
Fax 0681 506-4399  
julia.decker@rvsbr.de

## Ernährung, Kochen

*Der Schwerpunkt der Ernährungs- und Kochkurse liegt in der Vermittlung und dem Kennenlernen der Grundlagen einer gesundheitsbewussten und ausgewogenen Ernährung. Spezifische Kochkurse ermöglichen es, die Vielfalt der saisonalen Lebensmittel kennenzulernen und einen Einblick in aktuelle Ernährungstrends zu erhalten.*

*In diesem Semester bieten wir sowohl Kochkurse, die Basiswissen und Grundlagen vermitteln, als auch Kurse zu speziellen Themen, wie beispielsweise das Zubereiten von Wildgerichten, an. Darüber hinaus erwarten Sie neben Einführungen in die Vollwerternährung auch Kurse zur vegetarischen Küche. Die länderspezifischen Kochkurse bieten Einblicke in die kulinarische Welt von Italien, Indien, Sri Lanka, Korea, China, Türkei, Afrika und Griechenland. Kursabende zur Vorbereitung auf das Weihnachtsmenü runden neben einem Brot-Backkurs und Motivortenkursen das vielfältige Angebot ab.*

*Die verwendeten Lebensmittel sind überwiegend fair gehandelt und stammen je nach Möglichkeit aus regionalem und/oder biologischem Anbau.*



## ERNÄHRUNG UND KOCHEN

### Hinweis:

Bei allen Kochkursen gilt die Gebühr immer zuzüglich der Kosten für die verwendeten Lebensmittel. Sie richtet sich nach den verwendeten Produkten. Die angegebenen Lebensmittelkosten können je nach Produktvielfalt variieren.

Wir empfehlen Ihnen, in den Kursen eine Schürze zu tragen und bitten Sie darum, Geschirrtücher mitzubringen. Zur Mitnahme nicht verzehrter Speisen können Sie gerne entsprechende Behälter bereithalten.

Sollten Sie unter Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten leiden, bitten wir Sie uns diese bei Ihrer Anmeldung mitzuteilen, sodass im Kochkurs darauf eingegangen werden kann.

Sollten Sie einen Kochtermin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Lebensmittel an die DozentInnen zu entrichten.

## Grundwissen Ernährung und Gesundheit

### Abendkurs

#### 3-Gänge Festtagsmenü für KochanfängerInnen

Dieser Kurs richtet sich im Besonderen an alle KochanfängerInnen, die gerne zu besonderen Anlässen (z.B. Weihnachten) Gäste exquisit bekochen möchten. Insgesamt werden über die vier Kurstage drei

unterschiedliche 3-Gänge-Menüs gekocht. Das Spektrum reicht dabei von bekannten Klassikern wie beispielsweise Gänsekeule mit Rotkohl bis hin zu modern-kreativen und vegetarischen Alternativen.

Besonderen Wert wird darauf gelegt, dass die Teilnehmenden an allen Arbeitsschritten aktiv beteiligt sind, damit aus dieser Erfahrung heraus das Menü erfolgreich zu Hause nachgekocht werden kann. Themen wie allgemeine Organisation, geschmackvolles Anrichten, Getränkebegleitung und Tischdekoration werden ebenfalls Ihren Platz finden.

### ● Kurs 2901

#### Markus Johann, Hobbykoch mit Wettbewerbserfahrung

Do. 18:00 – 22:00 Uhr

ab 07.11.2024, 4 Termine

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 72,00 (zzgl. EUR 10,00 – 13,00

Lebensmittelkosten pro Termin)

### In Kooperation mit Fruchteria Saarbrücken

### Abendkurs

#### Caramel – Süße Sünde

Caramel ist eine sehr schnelle und einfache Art, geschmacklichen Erlebnissen ein wenig Abwechslung zu verleihen. Es eignet sich hervorragend in einer Vielzahl von Rezepten, Süßigkeiten und Desserts. Wie man Caramels einfach herstellen und haltbar machen kann, zeigt Andrea Dumont in diesem Kurs. Wissenswertes über Aufbewahrung, Gläserkunde und Verwendung von Caramel steht ebenso im Mittelpunkt. Es wird mit Gewürzen experimentiert und nebenbei auch erfahren, wie süß und salzig kombiniert werden kann. Am Ende des Kurses werden die eigenen Kreationen mit nach Hause genommen.

## Dozentinnen und Dozenten



### MARKUS JOHANN

Hobbykoch und Kochberater

» Kochen bedeutet für mich auf der einen Seite Entspannung, auf der anderen Seite aber auch das Ausleben von Kreativität.

Es ist spannend, immer wieder neue Ideen und Kombinationen austesten zu können.

Nach dem Gewinn des Hobbykochwettbewerbes beim saarländischen Gourmetmarkt in St. Ingbert konnte ich meine Erfahrungen in deutschlandweiten Wettbewerben weiter ausbauen (ZDF Küchenschlacht, Halbfinale Deutschland Kocht, Chefbattle Leipzig etc.). Ich freue mich riesig darauf, mein Kochwissen und meine Küchenerfahrung vor allem an KochanfängerInnen weitergeben zu können. «

## ERNÄHRUNG, KOCHEN

● **Kurs 2903****Andrea Dumont, Fruchteria Saarbrücken**

Mo. 23.09.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Fruchteria, Nauwieser Str. 39,

66111 Saarbrücken

EUR 14,00 (zzgl. EUR 5,00 Lebensmittel-

kosten inkl. Gläser mit Twist off Deckel)

**Abendkurs****Sichere Schneide- und Schäletechniken für Obst und Gemüse**

Wie macht das der Profi und wie können Sie Schneidetechniken für Obst und Gemüse in Ihren Alltag einbringen?

Andrea Dumont zeigt wie auch kompliziertes Gemüse schnell zerteilt werden und dass der Laie ohne Verletzungen schneiden und schälen kann. Kniffe von welcher Seite eine Zwiebel besser geschält wird, worauf man beim Häuten der Pellkartoffel achten sollte und warum ein scharfes Messer besser ist als ein stumpfes wird detailliert besprochen und gezeigt. Messer-, Schneidbrettkunde sowie Grifftechniken gehören ebenfalls zum Kursinhalt. Am Schluss wird aus dem Schnittgut ein leckeres Essen gezaubert.

● **Kurs 2903A****Andrea Dumont, Fruchteria Saarbrücken**

Mo. 21.10.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Fruchteria, Nauwieser Str. 39,

66111 Saarbrücken

EUR 14,00 (zzgl. EUR 5,00 Lebensmittelkosten)

**Ferienworkshop – Mehrgenerationenangebot**

Buttern wie anno dazumal ab 4 Jahre und Erwachsene.

Weitere Informationen siehe S. 447

Kurs 9707A Junge vhs

**Junge vhs****Kochen für Kids**

✚ ab 7 Jahren

Gesunde Ernährung? Die Eltern mal bekochen? Leckeren Pausenschmaus zaubern? Oder gar der Oma einen Kuchen backen? Mit Küchenmeister Giovanni Romano aka Dr. Pasta werden alle Grundlagen kennengelernt, um den Kochlöffel schwingen zu können. Leicht, schnell und ungezwungen geht es gemeinsam an den Herd und Ofen. Scharfe Messer werden geschwungen und lachendes Gemüse zerteilt.

● **Kurs 2904****Giovanni Romano,****Gastronom und Genussvermittler**

Do. 10.10.2024, 17:00 – 19:30 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 13,00 (zzgl. EUR 12,00 Lebensmittelkosten)

**Junge vhs****Pizzameister-Backkurs**

✚ ab 6 Jahren

Gemeinsam rollen wir unseren Pizzateig aus, bereiten eine leckere Soße zu und belegen unsere Pizza mit allem, was gut schmeckt – Wurst, Käse oder Gemüse, jedes Kind belegt sich seine Pizza, wie es diese gerne haben möchte.

● **Kurs 2904A****Orchelle Rodrigue Theresa Happi**

Mi. 04.12.2024, 17:00 – 20:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,

Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 19,00 (zzgl. EUR 11,00

Lebensmittelkosten)

**Dozentinnen und Dozenten**

**ANDREA DUMONT**  
Inhaberin Fruchteria

» Seit über 10 Jahren produziere ich Fruchtaufstriche, Chutneys, Relishes, Soßen, Sirupe und Caramel Cremes. Dabei richte ich mich nach den alten Rezepten meiner Großmutter und verfeinere diese stetig neu. Oft finden dadurch ungewöhnliche Kreationen den Weg in die Töpfe wie z.B. Mango Rosmarin.

*Ich lege großen Wert auf regionale Produkte und stelle alles in reiner Handarbeit her. Das riechen und schmecken die KundInnen der Fruchteria jeden Tag. Außerdem engagiere ich mich bei der Genuss Region Saarland und dem Bliessgau Genuss e.V. und freue mich auf eine Zusammenarbeit mit der vhs Regionalverband. «*

### Ernährungstrends

#### Abendkurs

##### Meal Prep

In diesem Kurs wird sich mit der Thematik des Meal-Preppings auseinandergesetzt. Gemeinsam werden süße aber auch herzhaftere Varianten ausprobiert. Mit Hilfe des praktischen und theoretischen Inputs können sich die Teilnehmenden eine Art Baukasten und somit ihr eigenes System erstellen, um das Meal-Prepping in Ihrem Alltag zu etablieren.

##### ● Kurs 2905

**Jana Blum, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Mi. 08.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

##### ● Kurs 2905A

**Jana Blum, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Do. 06.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

#### Abendkurs

##### Vollwert-Kochschule

Lust auf vitalstoffreiche Ernährung? Spaß am Kochen Backen und Selbermachen? In diesem speziellen Kurs erfahren Sie in einer Runde von Gleichgesinnten, wie man mit leckerer vitalstoffreicher Vollwertkost sein Immunsystem stärken, seine Gesundheit erhalten und die Lebensqualität verbessern kann.

##### ● Kurs 2906

**Annette Müller, Gesundheitsberaterin GGB**  
 Fr. 18:00 – 21:30 Uhr

ab 08.11.2024, 4 Termine  
 GGTS Ludwigspark Küche,  
 Ziegelstr. 17, 66113 Saarbrücken  
 EUR 63,00 (zzgl. EUR 12,00 – 15,00 Lebensmittelkosten)

#### Abendkurs

##### Low Carb – mehr als eine Mode! Kochen mit wenig Kohlenhydraten

Lecker und mit wenig Kalorien, vielen Vitaminen, Mineralien und Proteinen. Vitalstoffe pur kombiniert mit Fisch, Fleisch, Gemüse und Obst, dazu die richtigen Gewürze zwischen mediterran und „Grand Asia“. Gekocht wird ein schmackhaftes 3-Gänge-Menü, begleitet von leckeren Tee-Sorten und wahlweise auch von einem passenden Tröpfchen Wein.

##### ● Kurs 2907

**Giovanni Romano, Gastronom und Genussvermittler**

Do. 23.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 16,00 Lebensmittelkosten)

#### Vortrag

##### Mit Achtsamkeit zum Wohlfühlgewicht

Durch die Prinzipien der Achtsamkeit gelingt es uns, ganz bewusst zu essen und wieder auf unser Körpergefühl zu hören. Je achtsamer wir essen, desto gesünder essen wir und finden so zu unserem Wohlfühlgewicht. Tipps, Tricks und Übungen für den Alltag werden im Vortrag thematisiert.

##### ● Kurs 2716

**Robin-Jessica Sanzo, B.A. Ernährungsberatung, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 23  
 EUR 6,00

#### Vortrag

##### Wie ich mich vegan und gesund ernähre

Eine Ernährung auf der Basis vollwertiger Kohlenhydrate sowie hochwertigem pflanzlichen Eiweiß. Hier erfahren Sie die Grundkenntnisse einer pflanzlichen vollwertigen Ernährung (vegane Ernährung).

##### ● Kurs 2717

**Robin-Jessica Sanzo, B.A. Ernährungsberatung, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement**

Do. 09.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 23  
 EUR 6,00

#### Abendkurs

##### Wild auf Wild – nicht nur die Toskana hat Wildschweine

Im Kurs wird aus regionalen Produkten ein Wildschweinragout mit selbstgemachten Nudeln zubereitet.

##### ● Kurs 2908

**Angelika Sutor, Jägerin**

Mi. 20.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

##### ● Kurs 2908A

**Angelika Sutor, Jägerin**

Fr. 22.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

## ERNÄHRUNG, KOCHEN

**Abendkurs****Wild auf Wild – zarte Rehe braucht das Land**

Gemeinsam im Kurs wird eine festliche Rehkeule mit Brezenknödel zubereitet. Die Verwendung regionaler Produkte und möglichst des ganzen Lebensmittels steht im Mittelpunkt.

● **Kurs 2909****Angelika Sutor, Jägerin**

Mi. 11.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2909A****Angelika Sutor, Jägerin**

Fr. 13.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Wild auf Wild – McWild „fast Food mit slow Food Idee“**

In diesem Kochkurs werden gemeinsam alternative Burger von Wild zubereitet.

● **Kurs 2910****Angelika Sutor, Jägerin**

Mi. 29.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2910A****Angelika Sutor, Jägerin**

Fr. 31.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Andere Länder, andere Küchen – Italien****Abendkurs****Italienische Antipasti**

Diese Köstlichkeiten sind heutzutage mehr als nur ein Trend und von keinem Buffet mehr wegzudenken - man liebt sie! In diesem Kurs steht die Herkunft und vor allem wie man italienische Antipasti auch zu Hause lecker zubereiten kann im Mittelpunkt. Nach traditionellen Rezepten und mit Originalprodukten (Oliven, getrocknete Tomaten, Auberginen und viele andere Spezialitäten) aus Italien werden diese gemeinsam zubereitet.

● **Kurs 2911****Lilla Tumminelli, Hobbyköchin**

Fr. 27.09.2024, 17:00 – 21:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 20,00 – 22,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Weihnachten in Italien – ein italienisches Weihnachtsmenü**

Diese kulinarische Reise lässt Weihnachtsstimmung aufkommen! Gekocht wird ein traditionelles Weihnachtsmenü aus dem unerschöpflichen Repertoire der italienischen Küche, für die Olivenöl, italienische Kräuter und Knoblauch so typisch sind. Gemeinsam wird bei einem Vier-Gänge-Menü ein genussvoller und gemütlicher Abend erlebt.

● **Kurs 2911A****Lilla Tumminelli, Hobbyköchin**

Do. 12.12.2024, 17:00 – 21:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken

EUR 18,00 (zzgl. EUR 30,00 – 32,00 Lebensmittelkosten)

**Dozentinnen und Dozenten****GIOVANNI ROMANO****Gastronom und Genussvermittler**

» Kochen ist die Kunst, mit Nahrung Glück zu erschaffen.

Schon früh brachte mich meine tiefe Leidenschaft zur „Dolce Vita“ zum Kochen und in die Gastronomie. Die Schwerpunkte meiner Kochkurse liegen auf mediterranen Speisen, leckeren Pastagerichten und Risottos, aber auch auf schmackhaften Low-Carb-Menüs. Meine Mission diesbezüglich ist: „Gesund kann auch lecker!“

Die richtige Weinbegleitung vervollständigt den Gaumenschmaus ebenso wie der Espresso zum Schluss. Ein Kochkurs kann ein kurzer Urlaubstrip sein, bei dem das kulinarische Glück mit anderen geteilt werden kann.

Werden Sie ein Teil Ihrer eigenen Kochshow! <<

**Abendkurs****Fasching naht – pikantes und süßes Blätterteiggebäck und Fingerfood**

Leichte Snacks für zwischendurch gehören zu jeder Party und sind der ideale Begleiter bei Faschingsveranstaltungen: Als Fingerfood zum Aperitif, Sekt oder Cocktail oder als Kleinigkeit zu Kaffee und Kakao. Ob herzhaft oder süß, für jeden Geschmack ist etwas dabei. Gemeinsam werden die vielfältigen Leckereien zubereitet und geknabbert. Mit einem italienischen Touch und Kreativität wird für jeden Anlass etwas gefunden.

● **Kurs 2911B****Lilla Tumminelli, Hobbyköchin**

Fr. 10.01.2025, 17:00 – 21:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 – 17,00  
Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****La Dolce Vita auf den Teller – Kochen wie in Italien**

Leckere Sommergerichte aus dem Italienerurlaub? In diesem Kurs werden einige schmackhafte Klassiker nachgekocht! Bei einem gemütlichen Aperitif wird der Speiseplan besprochen und unter fachmännischer Anleitung, bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen leidenschaftlichen Gastronomieerfahrung, vier Gänge zubereitet. Mit passendem, wohlschmeckendem Wein wird gemeinsam diniert. Natürlich darf das „dulcis in fundo“, die Nachspeise, nicht fehlen.

● **Kurs 2913****Giovanni Romano,****Gastronom und Genussvermittler**

Fr. 20.09.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Viva la Pasta**

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli ... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es keinen Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckere Nudelgerichte verkosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein und abgerundet mit einer süßen Nachspeise.

● **Kurs 2914****Giovanni Romano,****Gastronom und Genussvermittler**

Di. 29.10.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 19,00 Lebensmittelkosten)

**Andere Länder, andere Küchen – Asien****Korea jetzt hautnah erleben!****Abendkurs****Koreanische Küche**

Im Rahmen des Themenmonats Korea wird die buddhistische Tempelküche vorgestellt und gemeinsam werden verschiedene Gerichte zubereitet.

● **Kurs 2915****Lee Jung-Yeun**

Di. 12.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2915A****Lee Jung-Yeun**

Di. 26.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Sri Lanka – Vegan**

In diesem Kurs teilt Tobias Klever Erfahrungen und Erlebnisse von seiner Reise nach Sri Lanka. Es warten Chutneys, Sri Lankisches Street-Food und die bunte Welt der Currys - alles vegan.

● **Kurs 2916****Tobias Klever, Gründer der veganen Gastronomieketten WorldFoodTrip – vegan food**

Mo. 18.11.2024, 17:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 69,00 (inkl. Lebensmittel, Wasser und einem traditionellen Überraschungsgetränk)

**Abendkurs****Indische Küche – vegetarisch**

In diesem Kurs lernen Sie die Vorzüge vegetarisch-ayurvedischer Ernährungsweisen kennen. Die Kursleiterin stellt eigene Koch-Kreationen vor: Indisch-vegetarische/vegane und auch europäische Gerichte indisch verfeinert; mit Gemüse, Nudeln, Reis, indischem Fladenbrot und Naan.

● **Kurs 2917****Ratna Brokate, Hobbyköchin**

Mi. 09.10.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

## ERNÄHRUNG, KOCHEN

● **Kurs 2917A****Ratna Brokate, Hobbyköchin**

Mi. 06.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2917B****Ratna Brokate, Hobbyköchin**

Mi. 27.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Echte chinesische Hausmannskost**

Leicht, lecker und gesund! Zu Hause kochen mit chinesischer Hausmannskost gelingt nach diesem Kochkurs kinderleicht. Schnell, preiswert und mit regionalem Gemüse. Diese Grundmethode kann für VegetarierInnen oder andere Optionen variiert werden

● **Kurs 2918****Chunhong Hu, Hobbyköchin**

Di. 24.09.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2918A****Chunhong Hu**

Do. 05.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 17,00 Lebensmittelkosten)

**Andere Länder, andere Küchen – Griechenland****Vormittagskurs****Kulinarische Vielfalt aus Griechenland**

Gemeinsam werden Vorspeisen, Pites mit Käse oder Spinat, Hauptgerichte und Nachspeisen gekocht und gebacken. Als Grundlage dienen spezielle Rezepte aus den verschiedenen Regionen Griechenlands, die sich von Nord bis Süd und von Ost bis West erstrecken. Ein besonderer kulinarischer Bezug wird in dem Kurs zur Insel Kreta, der Heimat der Dozentin, hergestellt.

● **Kurs 2919****Maria Kasotaki**

Sa. 21.09.2024, 10:00 – 14:00 Uhr  
 Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,  
 Lehrküche  
 EUR 22,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**Andere Länder, andere Küchen – Türkei****Abendkurs****Türkische Küche – vegetarisch**

In der Türkei gibt es mindestens 1001 Möglichkeiten mit verschiedenen Gemüsesorten fleischlos leckere Gerichte zuzubereiten. An diesem Abend steht die vegetarische Vielfalt der türkischen Küche mit Olivenöl und Hülsenfrüchten im Mittelpunkt. Wer gerne vegetarisch isst, sollte die türkische Küche kennenlernen!

● **Kurs 2920****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 05.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
 Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
 EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**Dozentinnen und Dozenten****TOBIAS KLEVER****Gründer WorldFoodTrip – vegan food**

» Ich hatte schon immer die Vision, die Welt zu gestalten und habe 2014 die vegane Gastronomieketten WorldFoodTrip – vegan food gegründet. Nachdem ich aus der Geschäftsführung des ursprünglichen Unternehmens ausgetreten bin, habe ich meine Online-Kochschule WorldFoodTrip gegründet und kann somit meine Leidenschaft für Essen und Kultur mit Menschen aus der ganzen Welt teilen. Als Dozent bei der vhs Regionalverband Saarbrücken gebe ich meine Erfahrung und mein Wissen über die vegane Küche verschiedener Kulturen gerne weiter und die TeilnehmerInnen können authentische Rezepte und kulinarische Erlebnisse kennenlernen. Ich freue mich darauf, in den Kochkursen die Vielfalt der veganen Küche zu vermitteln! «

**Abendkurs****Türkische Teiggerichte – Lammfleisch**

Lammfleisch ist sehr beliebtes Fleisch in der Türkei, oftmals wird es an einer schmackhaften orientalischen Soße angerichtet. An diesem Abend steht die Zubereitung des Lammfleischs im Mittelpunkt und es wird gezeigt, wie das Fleisch mariniert werden soll damit es sehr zart schmecken kann. Dazu werden Reis oder Bulgurreis sowie verschiedene Salatgerichte zubereitet. Zum Abschluss wird ein Dessert und Mokka serviert.

● **Kurs 2921****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 19.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Türkische Küche – Festtagsmenü**

Passend zur Weihnachtszeit wird ein türkisches Festtagsmenü gekocht. Hierzu gehören kleine Vorspeisen (meze), ein Fleischgericht, Salat und ein Dessert. Auch der türkische Kaffee, bekannt als Mokka, darf hierbei nicht fehlen.

● **Kurs 2922****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 03.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Türkische Küche – Hähnchen**

In diesem Kurs wird gemeinsam ein Hauptgericht mit Hähnchen und Bulgurreis gekocht. Als Nachspeise wird die beliebte türkische Süßigkeit Baklava zubereitet.

● **Kurs 2923****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Türkische Vorspeisen – Wintergemüse**

In diesem Kurs werden verschiedene Wintergemüse zubereitet, die mit orientalischen Gewürzen lecker schmecken. Genau das Richtige für die kalte Jahreszeit, um den Körper mit Vitaminen zu versorgen.

● **Kurs 2924****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 04.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs****Gefüllte Dolma**

Dolma ist eine Spezialität der türkischen Küche und wird aus Tomaten, Paprika, Zucchini, Auberginen und Weinblättern zubereitet. An diesem Kochabend werden zwei verschiedene Varianten zubereitet, mit Hackfleisch- und mit Reisfüllung. Dazu passt Bulgur (bulgur pilav) und Salat.

● **Kurs 2925****Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Di. 18.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**Andere Länder, andere Küchen – Afrika**

In Kooperation mit Hand on Heart e.V.

**Abendkurs****Eine kulinarische Reise nach Afrika**

Wir kochen gemeinsam einige afrikanische Hauptgerichte. Dabei lernen wir nicht nur Produkte kennen, die als Grundlage für verschiedene afrikanische Gerichte dienen, sondern auch Kultur, außergewöhnliche Traditionen und Besonderheiten dieser wunderschönen Länder.

● **Kurs 2926****Hand on Heart e.V./Nelly Mbaho, Apothekerin, Hobbyköchin**

Fr. 15.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. ca. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2926A****Hand on Heart e.V./Nelly Mbaho, Apothekerin, Hobbyköchin**

Fr. 06.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. ca. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

● **Kurs 2926B****Hand on Heart e.V./Nelly Mbaho, Apothekerin, Hobbyköchin**

Fr. 24.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 18,00 (zzgl. ca. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

## ERNÄHRUNG, KOCHEN

## Andere Länder, andere Küchen – Frankreich

In Kooperation mit der Buchhandlung Raueiser, Saarbrücken

## Lesung

## Léa Linster: Deutschland küsst Frankreich

Die charmant-kluge, überaus schlagfertige und mit einem wunderbaren Humor gesegnete Luxemburger Spitzenköchin Léa Linster verrät ihre Lieblingsrezepte der beiden Nachbarnationen, deren hungrige Autofahrer oft bei Linsters Familie in Luxemburg Halt machten: um das Auto zu betanken und den Magen zu füllen. C'est le début d'un grand amour! Léa Linster, die Grande Dame der europäischen Spitzenköchinnen, macht's möglich. Lassen Sie sich entführen von Léa Linster in die kulinarische Welt der deutschfranzösischen Freundschaft ohne Grenzen, mit großartigen kulinarischen Hochgenüssen!

## ● Kurs 2102

## Léa Linster/Brigitte Gode, Gollenstein Buchhandlung (Moderation)

Fr. 13.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 4 OG

EUR 12,00

Anmeldung und Tickets bei der Buchhandlung Raueiser unter [www.raueiser.de](http://www.raueiser.de),  
Fon 0681 37918-0 oder [info@raueiser.de](mailto:info@raueiser.de).

## Backkurse

In Kooperation mit Brot & Sinne

## Abendkurs

## Reines Brot backen – Fortgeschrittenenkurs: Geschmack durch Fermentation

Ein Brotbackkurs mit dem Gründer und Bäckermeister Thilo Nast, der Bäckerei Brot & Sinne. Schwerpunkt des Kurses ist die Geschmacksverbesserung und Verlängerung der natürlichen Frischhaltung von Broten durch Einsatz von Teigvorstufen, wie z. B. Weizenfermentteig, Poolish, Sauerteig und Brüh- oder Kochstücken. Bitte einen Korb für das gebackene Brot und falls gewünscht leere Marmeladengläser mit Schraubdeckel für den Sauerteigansatz mitbringen.

## ● Kurs 2929

## Thilo Nast, Bäckermeister, Geschäftsführer Brot &amp; Sinne

Di. 11.02.2025, 17:00 – 21:00 Uhr  
TGBBZ Mügelsberg, Küche  
EUR 21,00 (inkl. Lebensmittelkosten)

## Junge vhs

## Kunterbunte Cupcakes

✦ Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen, ab 7 Jahren ohne Begleitung

In diesem Kurs können sich Kinder kunterbunt und kreativ austoben. Vorgebackene Muffins werden mit Buttercreme verziert und mit Rollfondant und bunten Streuseln originell dekoriert. Jedes Kind kann sich 4 Muffins nach eigenem Geschmack verzieren. Als besonderes Highlight wird gemeinsam eine Torte kreiert und am Ende zusammen gegessen.

## ● Kurs 2930

## Orchelle Rodrigue Theresa Happi

Do. 26.09.2024, 17:00 – 20:00 Uhr

## Dozentinnen und Dozenten



## THILO NAST

## Geschäftsführer Brot &amp; Sinne

» Als Spät- und Quereinsteiger absolvierte ich mit 43 Jahren die Ausbildung zum Bäckergehilfen, um 2 Jahre später die Ausbildung zum Bäckermeister an der Akademie Deutsches Bäckerhandwerk in Weinheim abzuschließen. Meine Leidenschaft gilt dabei besonders den Themen Sauerteig und Getreidefermentation sowie dem Ziel aromatische, reine und gesunde Brote ohne Zusatzstoffe und Stabilisatoren herzustellen. Dieses Wissen möchte ich an Interessierte weitergeben. <<

Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 19,00 (zzgl. EUR 9,00 Lebensmittelkosten)

### Junge vhs

#### Kinder-Tortenkurs „Halloween“

✳️ 10 – 14 Jahre

Kindgerecht wird das Backen einer Torte, das Herstellen von Creme, das Einstreichen und das Modellieren von Figuren, wie Geistern und Kürbissen und Dekorations-elementen, vermittelt.

● **Kurs 2931**

**Manuela Paulus, Konditorin,  
Arbeitspädagogin**

Fr. 04.10.2024, 17:00 – 20:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 23,00 (zzgl. ca. EUR 16,00 Lebensmit-  
telkosten)

### Junge vhs

#### Tortenkurs für Erwachsene mit Kindern „Eule Rosie“

✳️ ab 9 Jahre in Begleitung Erwachsener  
In diesem Kurs fertigen Kinder zusammen mit einer erwachsenen Begleitperson (Mama, Papa, Opa, Tante) eine 3D-Eule mit großen Augen und in einer Farbe ihrer Wahl an. Kursgebühr und Lebensmittelkosten pro Kind-Erwachsenen-Team.

● **Kurs 2932**

**Manuela Paulus, Konditorin,  
Arbeitspädagogin**

Fr. 17.01.2025, 17:00 – 20:00 Uhr  
Sozialpflegerisches BBZ Küche,  
Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
EUR 23,00 (Kind + Erwachsener)  
(zzgl. ca. EUR 18,00 Lebensmittelkosten  
pro Kind-Erwachsenen-Team)

### In der Natur zu entdecken

#### Exkursion

#### Familienkräuterwanderung im Herbst – Vom Rückzug der Natur

Wir treffen uns am Staatstheater auf dem Tbilisser Platz. Von dort aus starten wir einen Spaziergang durch die herbstliche Natur, schauen uns Bäume und Pflanzen an, und erfahren, was Pflanzen im Winter machen.

● **Kurs 2943**

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und  
Umweltpädagogin**

So. 10.11.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
Treffpunkt Tbilisser Platz  
EUR 15,00 (Kinder in Begleitung eines  
Erziehungsberechtigten bis 14 Jahre sind  
gebührenfrei)

#### Exkursion

#### Winterkräuterwanderung und das Geheimnis der Raunächte

Wir treffen uns vor dem Eingang der Congresshalle. Von dort startet unsere (Kräuter-)Wanderung zur Wintersonnenwende und den Geheimnissen der Raunächte. Lernen Sie die Welt der einheimischen Kräuter im Winter kennen und dazu viel Wissenswertes zu den Raunächten

● **Kurs 2944**

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und  
Umweltpädagogin**

So. 22.12.2024, 16:00 – 17:30 Uhr  
Treffpunkt vor dem Eingang der  
Congresshalle  
EUR 15,00 (Kinder in Begleitung eines  
Erziehungsberechtigten bis 14 Jahre  
sind gebührenfrei)



### QUALITY TIME MIT DEN LIEBSTEN! Tortenkurse für Jung und Alt

» In den Kursen wird unter Anleitung der Konditorin und Arbeitspädagogin Ella Paulus die Tortengestaltung Schritt für Schritt erlernt. Von der Vorbereitung des Kuchens hin zur Herstellung von Creme und dem Einstreichen der Torte wird der Kuchen zusammengesetzt und dekoriert.

Figuren und Dekorationselemente werden geschaffen, die die Torte zu einem echten Hingucker werden lassen. Die Kurse stehen jeweils unter einem bestimmten Thema. Erwachsene, Jugendliche sowie Kinder werden einen unvergesslichen Abend erleben! «



**Beratung und Information**

**Anika Adam**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 22  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4333  
 Fax 0681 506-4390  
 anika.adam@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**

**Julia Decker**  
*Sachbearbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 2  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4317  
 Fax 0681 506-4399  
 julia.decker@rvsbr.de

**Wein- und Getränkekultur**

*Den Stellenwert, den die Wein- und Getränkekultur im Saarland als Kulturgut genießt, unterstreicht die vhs Regionalverband Saarbrücken mit einem vielfältigen Seminarangebot. Landeskundliche und geschichtliche Themen sowie qualitätsorientierte Verbraucherberatung sind Aspekte und Bestandteile des breitgefächerten Programms.*

*Ob Frankreich, Italien oder Deutschland – auch in diesem Semester erwarten Sie zahlreiche Veranstaltungen zu klassischen Weinländern. Ebenso ist die Großregion Saar-Lor-Lux neben dem Weinland Griechenland vertreten. Einblicke in die Weinpraxis ergänzen neben einem Wein und Film Abend zum Thema „Terroir“ das Angebot.*

*Darüber hinaus bieten wir neben unseren beliebten Bier- und Ginseminaren auch interessante Kurse zu Rum, Portwein und Whisky an.*

*Ergänzt wird das Degustationsangebot rund um Wein, Bier und Spirituosen in diesem Semester durch nichtalkoholische Getränke-seminare zum beliebten Erfrischungsgetränk Wasser und einem chinesisches Teeseminar.*

*Abgerundet wird der Themenbereich durch eine kulinarisch-kulturelle Entdeckungstour mit Goethe durch Saarbrücken und die beliebten Weinlehrfahrten zu Spitzenweingütern. Auch die Fahrt zum Wein-essigut Doktorenhof wird in diesem Semester erneut angeboten und mit einem Besuch auf dem Neustädter Weihnachtsmarkt vollendet.*



### WEINKULTUR

Für alle Weinseminare der vhs Regionalverband Saarbrücken ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Zahl der TeilnehmerInnen ist begrenzt. Die verkosteten Weine/Produkte werden gesondert berechnet. Die Umlage beträgt, sofern nicht anders angegeben, ca. 20,00 Euro. Sie ist am Veranstaltungsabend vor Ort bar an die Kursleitung zu entrichten. Die TeilnehmerInnen werden gebeten, Gläser und je nach Bedarf auch Wasser mitzubringen.



Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel an die DozentInnen zu entrichten.

### WEINPRAXIS

#### Abendkurs

#### Weinpraxis EinsteigerInnenseminar

Ein Seminar für neugierige und weininteressierte GenießerInnen. In diesem praxisorientierten Weinseminar werden rebsortentypische Weinaromen sowie der Einfluss diverser Faktoren, wie Machart, Säure, Restzucker, Gerbstoff etc. auf die Weinqualität erlernt. Geschult wird die Weinwahrnehmung dabei durch eine fachgerechte Verkostung von acht unterschiedlichen Weinen. Nebenbei gibt es viele interessante Informationen rund um das Thema Wein.

#### ● Kurs 2950

#### Hans Jürgen Dörr, Weinfachberater; German Wine Professional (GWP)

Fr. 29.11.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von  
ca. EUR 20,00 für Weine)

### Dozentinnen und Dozenten



#### HANS JÜRGEN DÖRR Weinfachberater

» Seit nunmehr gut vier Jahrzehnten bin ich beruflich in der Weinbranche tätig. Unzählige Besuche auf Weingütern in vielen europäischen Anbaugebieten, persönliche Kontakte zu WinzerInnen sowie regelmäßiges Studium der Fachliteratur verhalfen mir im Laufe der Jahre zu meinem Fachwissen. Meine Leidenschaft für den Wein, insbesondere für die deutschen Weine, veranlasste mich noch tiefer in diese Thematik einzutauchen und tiefgreifende Weinkenntnisse zu erlangen. Im Jahr 2018 begann ich die nebenberufliche Weiterbildung zum German Wine Professional in Verbindung mit dem Deutschen Weininstitut, welche ich im Januar 2020 mit Erfolg abgeschlossen habe. Gerne möchte ich meine Weinkenntnisse und Erfahrungen mit anderen weinaffinen Menschen teilen oder diese bei Seminaren und Weinverkostungen vermitteln. «

## WEINKULTUR, GETRÄNKEKULTUR

## WEINLÄNDER/WEINREGIONEN

## Weinland Frankreich

**Abendkurs****Loire – Die Weißweine**

Ein Klassiker neu entdeckt: Die Weißweine der Loire jenseits von Sancerre. In Zusammenarbeit mit dem Loire-Kenner Bernd Suttka werden Referenzweine von Topdomains der Tourraine, Savennières, Saumur und Muscadet de Sèvre et de Maine degustiert und vorgestellt. Wir konzentrieren uns auf die Besonderheiten der Rebsorten Chenin Blanc, Melon de Bourgogne und Sauvignon Blanc.

● **Kurs 2951**

**Gerhard Rouget, Weinberater/  
Bernd Suttka, Weinkenner**

Di. 08.10.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von  
ca. EUR 25,00 für Weine)

**Abendkurs****Die aromatische Vielfalt des Rhôneals**

Das Rhôneal, ein Juwel unter den Weinbaugebieten, gilt als das älteste Weinbaugebiet in Frankreich. Dank strategischer Handelsrouten profitierte die Region in der Zeit der Kelten und Römer von Verbindungen zu anderen Mittelmeerregionen. Später setzten die Benediktiner in Cornas und die Zisterzienser in Vacqueras und Gigondas diese renommierte „Weinbau- und Handelsaktivität“ fort - der Châteauneuf-du-Pape wurde zum legendären „Wein des Papstes“. Das nördliche Rhôneal, reich an Granitgestein vulkanischen Ursprungs und Schiefer, bietet eine optimale Drainage, ideal für den Anbau von Premiumweinen aus der Syrah-Traube. Die südliche Rhône, geprägt

durch Kalkstein, Lehm und Sand, bietet Winzern eine vielfältige Palette an Rebsorten. Trotzdem dominieren hier besonders Grenache, Syrah und Mourvèdre. Auch aus den Weißweinsorten Marsanne, Roussanne und Viognier entstehen hervorragende Qualitäten.

● **Kurs 2952**

**Christian Löw, Dipl.-Weinbauingenieur**

Di. 15.10.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von  
ca. EUR 20,00 – 25,00 für Weine)

**Abendkurs****Beaujolais revisited**

Wer Beaujolais sagt, meint nicht immer Beaujolais Primeur. Weit gefehlt! Denn das Beaujolais mit seinen eigenständigen Weinen hat viel mehr zu bieten. Insgesamt zehn Crus mit Appellationsstatus gehören zu dieser Weinregion. Unter anderem Morgon, Fleurie oder Moulin-à-Vent. Gamay ist hier die Leitrebsorte und die sogenannte „macération carbonique“ Teil der regional-traditionellen Weinbereitungsmethode. Anhand ausgewählter Weine unterschiedlicher Crus werden wir in diesem Seminar das oft verkannte Beaujolais geschmacklich, historisch und geografisch erkunden.

● **Kurs 2953**

**Fernando Brockhaus**

Do. 31.10.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von  
ca. EUR 25,00 für Weine)

## Dozentinnen und Dozenten

**CHRISTIAN LÖW**

**Dipl. Weinbauingenieur**

» Als gelernter Winzer und studierter Dipl. Weinbauingenieur (Önologe), bin ich seit 2021 Teil des Projektes „Historische Rebsorten“ und begleite dieses „sensorisch“. Das einzigartige Projekt ist von dem Ampelographen und Forscher Andreas Jung und dem Rebveredler Ulrich Martin ins Leben gerufen worden. Sie entdeckten und vermehrten etliche historische Rebsorten, die bis vor 15 Jahren als verschollen galten. Rebsorten wie „Gelber Kleinberger, Grüner Adelsfränkisch, Süßschwarz, Blauer Arbst“ sind Zeitzeugen vergangener Kulturepochen mit einer regionalen Identität. Die Ergebnisse dieses spannenden Projektes gebe ich an die TeilnehmerInnen meiner Weinseminare weiter. «

### Abendkurs

#### Aus dem Herzen des Elsass – Crémant und Weine der Domaine Gilg

Das familiengeführte Weingut liegt im Herzen von Mittelbergheim, einem Dorf im Zentrum des Elsass, an der Elsassischen Weinstraße. Neben köstlichen Schaumweinen (Crémant) werden alle elsässischen Rebsorten angeboten. Seit der Ernte 2021 ist das Weingut als biologischer Landwirtschaftsbetrieb zertifiziert. Bemerkenswert sind auch die nicht geschwefelten Weine, die das Angebot neuerdings erweitern. Verkostet werden 10 Produkte aus dem Hause Gilg, typisch für die Region, eine wahre Gaumenfreude.

#### ● Kurs 2954

*Hans Jürgen Dörr, Weinfachberater; German Wine Professional (GWP)*

Fr. 06.12.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 20,00 für Weine)

### Weinland Deutschland

#### Abendkurs

#### Weine aus dem Nahegebiet

Das Weinanbaugebiet Nahe ist eine facettenreiche Kulturlandschaft, die eine breite Vielfalt an Weinen hervorbringt. Durch wiederkehrende vulkanische Aktivitäten wurde der Boden im Nahe-Tal immer wieder durchgeschüttelt, was heute zu hervorragenden Bedingungen für den Weinanbau beiträgt. Darüber hinaus schützt der nahegelegene Hunsrück das Tal vor kalten Winden. So vereint der Nahewein die charakteristische Fruchtigkeit der Rheinweine mit der Lebendigkeit der Moselweine.

#### ● Kurs 2955

*Dr. med. Esther Rüdener, WSET Level 3, Wine Expert Gold (IHK)*

Fr. 27.09.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 20,00 - 30,00 für Weine)

#### Abendkurs

#### Besondere Weinorte: Schweigen-Rechtenbach

Die Reihe zu den schönsten Weinorten führt uns diesmal nach Schweigen-Rechtenbach, den südlichsten Ort der Weinstraße. Hier herrscht eine große Dichte von großartigen Lagen und hervorragenden Weingütern, darunter mit Friedrich Becker ein Toperzeuger Deutschlands. Mit 3 VDP-Betrieben ist der Ort gemeinsam mit Deidesheim in der Pfalz Spitze. Erstklassige Lagen befinden sich hier in traumhafter Umgebung der Ausläufer von Pfälzer Wald und Nordvogesen, in direkter Nachbarschaft zum französischen Wissembourg. Die Degustation von Weinen der besten Erzeuger des Ortes wird begleitet von Fotoimpressionen der Fotografen Ingo Rammer und Michael Janz. Die Weine werden vergleichend besprochen und auf stilistische Unterschiede hin analysiert.

#### ● Kurs 2956

*Ingo Rammer, Fotograf/Gerhard Rouget, Weinberater/Michael Janz, Weltenbummler*  
Do. 07.11.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 23  
EUR 9,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 25,00 für Weine)

### Weingebiet Großregion Saar-Lor-Lux

#### Abendkurs

#### Terroir Fromage trifft auf Terroir Moselle – Käse-Wein-Tasting

Dass Käse und Wein eine perfekte Verbindung von Genuss und Lebensart sind, ist keine neue Erkenntnis. Und auf die

Frage, welcher Käse mit welchem Wein am besten harmoniert, kennen viele die Regel, Käse und Wein derselben Herkunft zu verkosten. Neben der Einführung in die Welt der regionalen Käsekultur und einer sensorischen Einführung in die Verkostung von Käse und Wein wird ein Mosel-Sekt mit passendem Fingerfood gereicht. Außerdem werden 8 Hof- und Landkäse mit einem ausgesuchten, typischen Wein eines jeden einzelnen Terroirs verkostet. Die Weine bieten mit ihrer Sortimentsvielfalt eine nahezu ideale sensorische Grundlage, um diese mit den passenden Käsepartnern zu verheiraten, selbstverständlich mit Spezialitäten aus der umliegenden Großregion.

#### ● Kurs 2958

*Wolfgang Fusenig, Dipl.-Ing. Milch- und Molkereiwirtschaft, Käsesommelier*

Fr. 04.10.2024, 19:00 – 22:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 52,00 für 9 Käse, 9 Weine, Brot und Wasser)

### Weinland Italien

#### Abendkurs

#### Autochthones & Besonderes aus Italiens Regionen

An diesem Abend präsentieren wir die große Vielfalt Italiens, des Rebsortenparadieses. Es geht um Weine von Rebsorten, die ausschließlich in Italien beheimatet sind wie z. B. Canaiolo, Lacrima, Inzolia, Sangiovese oder auch Garganega. Neben den Weinen werden auch Olivenöle und Vincotti (Essige) unterschiedlicher Geschmacksrichtungen vorgestellt. Die Weine werden u. a. über die jeweiligen Eigenarten und Kochtraditionen erklärt. Zu den Weinen werden Brot, Käse und eine Wurstplatte gereicht, auch ein Olivenöl wird verkostet.

## WEINKULTUR, GETRÄNKEKULTUR

● **Kurs 2959****Domenico Sciascia**

Do. 23.01.2025, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 9,00 (zzgl. Umlage von EUR 35,00 für Weine und Produkte)

**Abendkurs****Inselimpressionen**

Es werden Weine von kleinen Produzenten, von den drei größten italienischen Inseln Isola d'Elba, Sizilien und Sardinien, verkostet. Autochtone Rebsorten: Vulkanisches, Mineralisches, Erdiges – weiß, rosé und rot. Der Dozent Domenico Sciascia kennt die WinzerInnen persönlich und erzählt die ein oder andere Anekdote, gastronomische Empfehlungen, Erzählungen zu Land und Leute, Bodenbeschaffenheit, Klima, Rebsorten und vieles mehr! Zu den Weinen werden Brot, Käse, vegetarische Brotaufstriche sowie eine kulinarische Inselspezialität gereicht.

● **Kurs 2960****Domenico Sciascia**

Do. 30.01.2025, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 9,00 (zzgl. Umlage von EUR 35,00 für Weine und Produkte)

**Weinland Griechenland****Abendkurs****Weine der ägäischen Inseln**

Die Weine der ägäischen Inseln zeichnen sich durch eine bemerkenswerte Vielfalt und einzigartige Charakteristika aus, die stark von den spezifischen klimatischen und geologischen Bedingungen der Region geprägt sind. Das trockene, mediterrane Klima mit heißen Sommern und milden Wintern schafft ebenso wie der oft vulkanische oder kalkhaltige Boden ideale Bedingungen für den Weinbau und

verleiht den Weinen damit eine charakteristische Mineralität.

● **Kurs 2964****Dr. med. Esther Rüdener, WSET Level 3, Wine Expert Gold (IHK)**

Fr. 07.02.2025, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 7,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 20,00 - 30,00 für Weine)

**Sonderveranstaltungen****Abendkurs****Wein und Film „Terroir“**

Eine genussvolle Reise in die Welt des Weins, Dokumentarfilm von Rasmus Dinesen, Frankreich 2022 Rasmus Dinesen setzt sich mit einem Begriff auseinander, der wie kein anderer die Diskussion über Weine bestimmt: Terroir. Es geht um die Frage wie Boden, Lagen, Mikro- und Makroklima und weitere Faktoren die Einzigartigkeit und Individualität des Geschmacks von Weinen bestimmen. Dinesen behandelt in diesem Liebesbrief an den Wein sein Thema breit gefächert und lässt auf seiner Reise in Weinkeller und Weingärten eine Vielzahl von Einzelstimmen zu Wort kommen. Nach dem Film besteht Gelegenheit mit Dozenten Yannick Schmitt, Fernando Brockhaus und Gerhard Rouget der Weinseminare der vhs Regionalverband Saarbrücken Terroirweine zu degustieren und zu besprechen.

● **Kurs 2966****Gerhard Rouget, Weinberater**

Do. 05.12.2024, 19:00 – 22:00 Uhr

Filmhaus, Mainzer Str. 8,

66111 Saarbrücken

EUR 9,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 10,00 für Weine + Eintrittskarte Film)

**Dozentinnen und Dozenten**

© Jürgen Gonder

**ARMIN SCHÖNENBERGER**  
 zertifizierter Wassersommelier,  
 Sensorikexperte

» Als zertifizierter Wassersommelier und Wasserbotschafter verstehe ich mich als kompetenten Berater für die Kulturgetränke Trinkwasser, natürliches Mineralwasser und natürliches Heilwasser. Ich biete in meinem Seminar an der vhs Regionalverband Saarbrücken ein ganzheitliches Konzept, das durch ansprechende, alltagstaugliche Maßnahmen sowie eine anschauliche Verkostung vor Ort begeistert. Alle Sinne bei relevanten Geschmacksausrichtungen und sensorischen Wahrnehmungen rund um das Thema Wasser werden angeregt und inspiriert. «

### Abendkurs

#### Topweine des Jahres

Das Saarland besitzt eine hohe Qualität und Dichte von Weinhandlungen. Für diese Topweinveranstaltung werden saarländische WeinhändlerInnen nach ihren erfolgreichsten Weinen des Jahres befragt. Vorgabe ist die Preisklasse U35. Die genannten Weine werden vom Dozenten vorgestellt und gemeinsam degustiert und besprochen.

#### ● Kurs 2967

**Gerhard Rouget, Weinberater**

Do. 12.12.2024, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 7,00 (zzgl. Umlage von ca. EUR 30,00 für Weine)

### Abendkurs

#### Bottle Event – Bring your own

An diesem Abend haben TeilnehmerInnen der vhs Weinseminare Gelegenheit, ihre persönlichen Lieblingsweine vorzustellen. Bringen Sie einen Wein mit, der Ihnen besonders gefallen hat, und präsentieren Sie diesen Lieblingswein mit einer kurzen Begründung. Alle Weine werden gemeinsam degustiert und besprochen. Wir tauschen uns aus mit unseren Geschmackspräferenzen und profitieren von den jeweiligen Entdeckungen der anderen.

*Für diesen Abend wird keine Umlage erhoben.*

#### ● Kurs 2968

**Gerhard Rouget, Weinberater**

Di. 04.02.2025, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

EUR 7,00

## GETRÄNKEKULTUR

Für die folgenden Degustationsseminare der vhs Regionalverband Saarbrücken ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Zahl der TeilnehmerInnen ist begrenzt. Die verkosteten Produkte werden gesondert berechnet. Die Umlage ist am Veranstaltungsabend vor Ort bar an die Kursleitung zu entrichten. Die TeilnehmerInnen werden gebeten, je nach Bedarf auch Wasser mitzubringen.

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, müssen Sie sich bis zwei Tage vor Kursbeginn abmelden, damit die DozentInnen dies beim Einkauf der Getränke und Lebensmittel berücksichtigen können. Andernfalls sind Sie verpflichtet, die Kosten der für Sie eingekauften Getränke und Lebensmittel an die DozentInnen zu entrichten.

## GETRÄNKESEMINARE

### Abendkurs

#### Könnte mir bitte jemand das Wasser reichen?

Sie trinken gerne Mineralwasser und haben Lust mehr über das beliebte Erfrischungsgetränk zu erfahren? Warum ist das „perfekte Match“ mit Weinen, Kaffeespezialitäten, Tee und Whiskys keine Marketingfloskel? Im Vortrag werden Mineral-, Heil-, Quell- und Tafelwasser sowie die Wasserfiltration ganzheitlich betrachtet. Bei einer Wasserverkostung soll erfahrbar werden, dass sich Wassergattungen im Geschmack aufgrund der

darin enthaltenen Mineralstoffe voneinander unterscheiden. Das vermittelte Wissen soll helfen neue Gewohnheiten beim Trinkverhalten in den Alltag zu integrieren.

#### ● Kurs 2977

**Armin Schönenberger, zert. Wasser-sommelier/staatl. geprüfter Gastronom**

Do. 26.09.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken

EUR 9,50 (inkl. Umlage für  
3 Mineralwasser und 1 Heilwasser)

#### ● Kurs 2977A

**Armin Schönenberger, zert. Wasser-sommelier/staatl. geprüfter Gastronom**

Do. 07.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken

EUR 9,50 (inkl. Umlage für  
3 Mineralwasser und 1 Heilwasser)

### Wochenend-Workshop

#### Teeseminar – Tee aus China

An diesem Nachmittag werden Sie durch eine kleine Reise in die Welt des chinesischen Tees geführt. Tee beurteilen, aufbrühen und kosten stehen im Mittelpunkt. Auch die Wirkung des Tees wird erläutert. Der Schwerpunkt des zu verkostenden Tees wird durch die Jahreszeit bestimmt.

#### ● Kurs 2978

**Chunhong Hu**

Sa. 21.09.2024, 14:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 17  
EUR 9,00 (zzgl. Umlage von  
EUR 25,00 für Tees)

## WEINKULTUR, GETRÄNKEKULTUR

## BIERSEMINARE

**Abendkurs****Craftbeer für Fortgeschrittene**

Bitter, sauer, süß, salzig, scharf: Bier ist das vielfältigste Getränk der Welt. Bei diesem Kurs stellen die Diplom Biersommeliers Katharina und Martin Rolshausen fünf außergewöhnliche Bierspezialitäten vor und erkunden zusammen mit den Teilnehmenden deren Geschmacksspektrum. Unter anderem werden Biere verkostet, die im Holzfass gelagert oder mit Kaffee gebraut wurden. Zum Neutralisieren zwischendurch gibt es Weißbrot.

● **Kurs 2980**

**Katharina und Martin Rolshausen,**  
**Dipl.-Biersommeliers**

Fr. 15.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 23

EUR 9,00 (zzgl. Umlage von EUR 11,00 für Biere und Brot)

**Abendkurs****Belgische Biere Teil 1 – Abtei und Trappistenbiere, Blondes**

Die belgische Bierkultur ist tief verwurzelt. Sie wird seit Jahrhunderten in Familienbetrieben, von Bauern und Mönchen lebendig gehalten. Das Ergebnis ist eine breite Palette origineller Bierstile, die es so fast nur in Belgien gibt. Belgisches Bier gibt es in allen Farben, Geschmacksrichtungen, Geschmacksprofilen und Alkoholstärken. Da diese Vielfalt nicht in einem Seminar abzudecken ist, werden im ersten Teil, passend zur Jahreszeit eher die stärkeren Abtei- und Trappistenbiere und die Blondes vorgestellt.

● **Kurs 2981**

**Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier**

Fr. 25.10.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Biere)

**Abendkurs****Belgische Biere Teil 2 – Witbier, Saison, Brut, Lambic/Geuze und Oud Bruin**

Die belgische Bierkultur ist tief verwurzelt. Sie wird seit Jahrhunderten in Familienbetrieben, von Bauern und Mönchen lebendig gehalten. Das Ergebnis ist eine breite Palette origineller Bierstile, die es so fast nur in Belgien gibt. Belgisches Bier gibt es in allen Farben, Geschmacksrichtungen, Geschmacksprofilen und Alkoholstärken. Da diese Vielfalt nicht in einem Seminar abzudecken ist, werden im zweiten Teil, passend zur Jahreszeit eher die leichteren, fruchtigeren Biere vorgestellt.

● **Kurs 2982**

**Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier**

Fr. 07.02.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Biere)

**Abendkurs****Biere aus Franken**

Nicht nur in Belgien gibt es eine tief verwurzelte Tradition des Bierbrauens. Franken ist immer noch die Region mit der größten Brauereidichte in Deutschland. In vielen Micro- und Gaststättenbrauereien werden die unterschiedlichsten Bierstile in einer hervorragenden Qualität hergestellt. In diesem Seminar versuchen wir uns einen Überblick über die Vielfalt der Biere aus Franken zu verschaffen und vielleicht ist das ja auch eine Anregung zu einer Exkursion im Sommer.

● **Kurs 2983**

**Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier**

Fr. 24.01.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 5

EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Biere)

**Dozentinnen und Dozenten**

**KATHARINA UND  
MARTIN ROLSHAUSEN**  
**Dipl.-Biersommeliers**

» Dass Bier mehr ist als Pils, Helles und Weizen, haben wir vor allem auf Reisen nach Belgien und in die USA erfahren dürfen, aber auch auf Touren durch Deutschland und Österreich immer wieder erlebt. 2017 haben wir die Saarbrücker Beer Society zur Förderung der Bierkultur gegründet.

In unseren vhs-Kursen wollen wir Bierwissen vermitteln und zeigen, wie vielseitig das älteste Kulturgetränk der Welt ist. Manchmal gelingt es uns auch Menschen, die sagen, dass sie gar kein Bier mögen, für Bierkultur zu begeistern. <<

### SPIRITUOSESEMINARE

#### Exkursion

#### Reise in die Welt des Rums

Bei Rum denken wir an Strand, blaues Meer, die Karibik. Rum bietet aber nicht nur eine spannende Historie, sondern auch eine große Bandbreite unterschiedlicher Stile und Geschmäcker. Erleben Sie die Zuckerrohr-Spirituose zusammen mit unserem Experten und zweifachem deutschen Cocktail- Vizemeister Sebastian Jäger. Verkostet werden fünf verschiedene Rums.

● **Kurs 2985**

#### Sebastian Jäger

Fr. 08.11.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 11,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Rums)

#### Abendkurs

#### Reise in die Welt des Gins

Gin - jahrhundertealt, zwischenzeitlich nahezu vergessen und jetzt wieder aktuell und modern - zu Recht, denn kaum eine Spirituose ist so vielfältig. Es geht auf eine Reise mit unserem Gin-Experten und zweifachem deutschen Cocktail-Vizemeister Sebastian Jäger in die Welt des Gins. Wissenswertes über Herstellung und Unterschiede der verschiedenen Sorten sowie Interessantes und nicht selten Kurioses aus der jahrhundertelangen Geschichte der Wacholderspirituose und ihrer Vorgänger wird erfahrbar. Es werden fünf Gins verkostet, davon zwei als Gin Tonic.

● **Kurs 2986**

#### Sebastian Jäger

Fr. 15.11.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 11,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Gins)

#### Abendkurs

#### Gin aus dem Saarland und der Region

Mittlerweile gibt es über 6000 verschiedene Gins. Aber warum in die Ferne schweifen? Das Saarland und die Region müssen sich gegenüber der nationalen und internationalen Konkurrenz nicht verstecken, einige außergewöhnliche und sehr leckere Sorten stammen von hier. Probieren Sie mit unserem Gin-Experten und zweifachem deutschen Cocktail-Vizemeister Sebastian Jäger regionale Gins und erfahren Sie dabei ebenso Wissenswertes über die Herstellung und Unterschiede der verschiedenen Sorten sowie zur Geschichte der Wacholderspirituose allgemein. Es werden fünf Gins verkostet, davon zwei als Gin Tonic.

● **Kurs 2986A**

#### Sebastian Jäger

Fr. 10.01.2025, 19:30 – 22:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 11,00 (zzgl. Umlage von EUR 15,00 für Gins)

#### Abendkurs

#### Reise in die Welt des Portweins

Portwein, oder auch einfach „Port“, ist in Deutschland immer noch unterschätzt und doch so viel mehr als bloß ein aufgespritzter Süßwein! Reisen Sie mit unserem Experten und Mitglied der Deutschen Barkeeper-Union und der German Bartenders Guild Sebastian Jäger ins Douro-Tal und nach Porto und lassen Sie sich von der Vielfältigkeit dieser wunderbaren Spirituose überraschen. Verkostet werden fünf Portweine, davon einer als Port-Tonic.

● **Kurs 2987**

#### Sebastian Jäger

Fr. 21.02.2025, 19:30 – 22:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13  
EUR 11,00 (zzgl. Umlage von EUR 18,00 für Portweine)

#### Abendkurs

#### Eine Whiskyreise nach Schottland

Keine Spirituose dieser Welt hat eine geschmackliche Bandbreite wie Single Malt Whisky. Verbringen Sie einen spannenden, abwechslungsreichen und kurzweiligen Abend mit unserem Whiskyexperten und Independent Whisky Ambassador Jörg Peters und entdecken Sie die Geschichte, Herstellung und die geschmacklichen Unterschiede der sechs Whiskyregionen Schottlands. Verkostet werden sechs Single Malt Whiskys.

● **Kurs 2988**

#### Jörg Peters

Do. 28.11.2024, 18:00 – 20:30 Uhr  
Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 25,00 für Whiskys)

● **Kurs 2988A**

#### Jörg Peters

Do. 16.01.2025, 18:00 – 20:30 Uhr  
Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken  
EUR 7,00 (zzgl. Umlage von EUR 25,00 für Whiskys)

## WEINKULTUR, GETRÄNKEKULTUR

## EXKURSIONEN

In Kooperation mit Barockstraße Saarpfalz, Restaurant Handelshof und Slow Food Saarland

**Abendkurs**

„Kein Genuss ist vorübergehend ...“  
– Goethe, Glanz und Gaumenfreuden

Kulinarisch-kulturelle Entdeckungstour  
Genießen wie zu Goethes Zeiten: Eine ungewöhnliche kulinarisch-kulturelle Entdeckungstour mit Goethe durch das barocke Saarbrücken. Als genussvoller Höhepunkt wird im Anschluss in einem authentischen Stengel-Palais ein Drei-Gänge-Menü nach regionalen Originalrezepten von 1769 serviert.

● **Kurs 2990****Restaurant Handelshof**

So. 13.10.2024, 16:00 – 21:00 Uhr

Restaurant Handelshof,  
Wilhelm-Heinrich-Str. 17,  
66117 Saarbrücken

EUR 54,50 (inkl. Menü)

Anmeldung bei der vhs

*Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt am Kursabend vor Ort im Restaurant Handelshof.*

**Tagesfahrt**

**Fahrt zum Weinessigut Doktorenhof und Weihnachtsmarkt Neustadt**

Die vhs Essigdegustation mit Kellerführung und Kräuterkammerrundgang  
Wir besuchen den „Doktorenhof – Heimat des Essigs“ bei Venningen, wo mit dem Hintergrundwissen vieler Generationen besondere und einzigartige Essige entstehen. Die zweistündige Kellerführung mit Kräuterkammerrundgang und Essigdegustation beinhaltet Mystisches, Geschichten, Anekdoten und Wissenswertes zur Herstellung und Wirkweise

sowie Kulinarisches rund um den Essig. Durch kerzenbeleuchtete Räume, wo die Essige in hundertjährigen Fässern gären und reifen, führt der Rundgang durch den Essigkeller schließlich zur Verkostung von fünf verschiedenen Edelessigen. Lernen Sie die Kunst des Essigtrinkens und erleben Sie die Geschmacksvielfalt unterschiedlichster Kreationen. Kosten Sie sinnlich-verführerische Essigralinen und exquisites Brot.

Anschließend findet ein ca. zweistündiger Aufenthalt zur freien Verfügung auf dem Weihnachtsmarkt in Neustadt an der Weinstraße statt.

*Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt sowie Eintritt und Führung beim Doktorenhof.*

*Abfahrt: 13:00 Uhr, Saarbrücken  
Schlossmauer mit dem Bus*

*Rückfahrt gegen 19:30 Uhr, Ankunft in  
Saarbrücken, Schlossmauer ca. 21:15 Uhr*

● **Kurs 2991**

**Georg-Heinrich u. J. Wiedemann GmbH  
Weinessigut Doktorenhof**

Fr. 06.12.2024, 13:00 – 21:15 Uhr

Die Abfahrt ist unterhalb der Schlossmauer in der Franz-Josef-Röder-Straße an dem Bushaltepunkt neben der Fußgängerbrücke Alte Brücke.

EUR 75,00

*Anmeldung bis 21.11.2024 möglich!*

## Dozentinnen und Dozenten

**GERHARD ROUGET**

**Romanist und Berater für  
Weinwissen und Weinkultur**

» Als Romanist kam ich durch Frankreich in Berührung mit Wein und zur professionellen Beschäftigung mit ihm. Auf der Grundlage von Fachliteratur und Degustationen auf Weingütern und in Restaurants geht es mir um beste Weine und Weingüter und um Wein als kulturhistorisches Gut. Vor diesem Hintergrund konzipiere und leite ich seit vielen Jahren Weinseminare. Ein Weinseminar verstehe ich als Geschmacksschulung und Orientierung im Dschungel einer enormen Produktvielfalt. Ein vhs-Weinseminar ist ein Angebot, über Qualität zu sprechen, und gibt Gelegenheit, an einem Abend für relativ kleines Geld hervorragende Weine und das Profil von Rebsorten und Weinregionen kennenzulernen. «

In Kooperation mit der Université Populaire Sarreguemines Confluences/  
en coopération avec L'Université  
Populaire Sarreguemines Confluences

### Veranstaltungen in französischer Sprache/Activités en langue française

Das Programm richtet sich an TeilnehmerInnen unserer Partnerorganisation aus Sarreguemines und darüber hinaus an alle, die an französischsprachigen Veranstaltungen interessiert sind. /Le programme s'adresse aux participants de l'Université Populaire Sarreguemines Confluences et à tous ceux qui sont intéressés par des événements en langue française.

#### Excursion œnologique bilingue: Trèves et les vins de Moselle

Les vins blancs allemands sont parmi les meilleurs vins du monde. La viticulture sur les rives de la Moselle et de la Sarre a connu un essor qualitatif important au cours des deux dernières décennies. On y produit des vins blancs uniques au monde par leur nature très aromatique et minérale. Nous visitons la ville de Trèves et les caves épiscopales impressionnantes du domaine « Bischoefliche Weingüter » suivie d'une dégustation de vins de Moselle de grande qualité.

*Services: frais de déplacement, visite guidée et tour de la ville de Trèves en français et allemand, dégustation, visite de la cave, commentaires des vins en français et allemand. En option après la visite des caves expérience œnologique et gastronomique dans un restaurant à Trèves (non inclus dans les frais).*

#### ● Kurs 1012

##### Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 15.11.2024

Lieu de rencontre : 12h00, Gare centrale de Sarrebruck

En train depuis Sarrebruck, départ : 12h19, arrivée Trèves: 13h27, Retour depuis Trèves, Gare : 18h33, arrivée Sarrebruck Gare Centrale : 19h41

En option après la visite des caves expérience œnologique et gastronomique dans un restaurant à Trèves. Dans ce cas : Voyage retour : 20h33 à partir de Trèves, arrivée à Sarrebruck : 21h41. EUR 60,00

### WEINLEHRFAHRTEN

#### In Kooperation mit der vhs Völklingen

Die Fahrten werden mit dem Busunternehmen Lay Reisen-on-Tour in Kooperation mit der vhs Völklingen durchgeführt. Wir besuchen in einer kleinen Gruppe von maximal 20 Personen Spitzenweingüter der jeweiligen Regionen. Neben dem Empfang und der Degustation auf Referenzdomains gibt es Gelegenheit, die regionale Gastronomie in Begleitung der regionalen Weine zu erleben und das kulturhistorische Umfeld der Weine zu erkunden. Die Gebühr beinhaltet Fahrt, Führungen und Degustationen. Der Restaurantbesuch ist individuell zu begleichen. Reiseleitung: Gerhard Rouget Die Anmeldung für die Fahrten erfolgt über die vhs Völklingen unter Fon 06898 132597 oder [www.vhs-voelklingen.de](http://www.vhs-voelklingen.de)

#### Tagesfahrt

##### Champagne

Degustation bei einem Champagnerwinzer an der Côte des Blancs und in einem großen Champagnerhaus. Abendmenü mit Champagnerbegleitung in einem gastronomischen Restaurant.

*Die Kursgebühr beinhaltet die Busfahrt sowie die Degustation und Führung.*

#### ● Kurs 2992

##### Gerhard Rouget, Weinberater

Fr. 11.10.2024, 07:00 – 21:00 Uhr

Abfahrt: 7:00 Uhr an der Schlossmauer, Franz-Josef-Röder Str., SB  
EUR 130,00 (zzgl. Kosten für das Mittagessen)

*Anmeldung unter [www.vhs-voelklingen.de](http://www.vhs-voelklingen.de) oder Fon 06898 1325977*



Do. 03.10.2024 | 11.30 bis 19.00 Uhr

# Buchschacher Erntedank

## GANZTÄGIGE PROGRAMMVIELFALT

- Workshop in der Lehrküche:  
Buttern wie anno dazumal
- Wie wird Apfelsaft gemacht?  
Ein Blick in die Kelter
- Rundgänge durch die Heimatstube:  
Staunen und Erinnern
- Antiquitäten-Trödel
- Selbstgemachte Speisen und Getränke

## WEITERES PROGRAMM

- 12.00 bis 13.30 Uhr  
Blasorchester Riegelsberg
- 14.00 bis 16.00 Uhr  
Reise durch die Jahrzehnte  
mit Platten und Musik  
aus dem Fundus der  
Heimatstube
- 16.30 bis 19.00 Uhr  
Boogie- und Rock'n'Roll-Tänzerinnen  
und Tänzer in 50er Jahre Outfits

• Ehemalige Haus-  
wirtschaftsschule  
• Hauerstraße 32 A  
• 66292 Riegelsberg

• SCHIRMHERR  
• Frank Schmidt, MdL

Eine gemeinsame Veranstaltung von:

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken  
Riegelsberg

Verein für Industriekultur  
und Geschichte Köllertal e.V.

 Obst- und Gartenbauverein e.V.  
Riegelsberg-Buchschacher

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## Verantwortlich für den Programmbereich Sprachen



**Sydney Müller**  
*Programmbereichsleiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 28  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4348  
Fax 0681 506-4390  
sydney.mueller@rvsbr.de

## Sprachen



## Inhalt

<b>Sprachen</b>	<b>222</b>
• Englisch	226
• Französisch	234
• Spanisch	242
• Italienisch	246
<b>Weitere Sprachen</b>	<b>252</b>
• Arabisch	252
• Chinesisch	252
• Griechisch	253
• Altgriechisch	253
• Hebräisch	253
• Japanisch	254
• Koreanisch	254
• Kurdisch	255
• Latein	255
• Niederländisch	255
• Persisch	256
• Portugiesisch	256
• Russisch	257
• Ukrainisch	257
<b>Deutsch und Integration</b>	<b>258</b>
• Prüfungen	260
• Integration	264
• Crash- und Abendkurse	266
• Zusatzangebote	268

## Beratung und Information



**Andrea Heib**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
 Altes Rathaus, Zi. 28  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4330  
 Fax 0681 506-4390  
 andrea.heib@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Marion Savelkous**  
*Sachbearbeiterin Englisch*  
 Altes Rathaus, Zi. 32  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4312  
 Fax 0681 506-4390  
 marion.savelkous@rvsbr.de

## Unterrichtsorte

- Altes Rathaus und vhs-Zentrum  
Am Schlossplatz 1
- Günter-Wöhe-Schulen für Wirtschaft  
Keplerstraße 7

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

## Anmeldung und Service



**Sabine Ickler**  
*Sachbearbeiterin Französisch, Spanisch,  
 Italienisch und Weitere Sprachen*  
 Altes Rathaus, Zi. 1  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4319  
 Fax 0681 506-4390  
 sabine.ickler@rvsbr.de



vhs-Themenmonat:

**KOREA**

02.11. bis 30.11.2024

## SPRACHKOMPETENZ WIRD MESSBAR UND EUROPaweIT VERGLEICHBAR

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen hat zum Ziel, Sprachkompetenz in einer europaweit gültigen Skala messbar zu machen. Dazu wurden Kompetenzstufen genau beschrieben und definiert. Sie reichen von A1 (geringe Anfangskenntnisse) bis zu C2 (nahezu muttersprachliche Kenntnisse) und beschreiben die kommunikative Kompetenz in den Fertigkeitsbereichen Hören, Lesen, Sprechen, Schreiben. Am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen ausgerichtete Sprachenzertifikate sind international vergleichbar und transparent. Die vhs Regionalverband Saarbrücken ist anerkanntes Prüfungszentrum verschiedener internationaler Partner.

### Zusammenarbeit mit Institutionen

- CIEP (Centre International d'Études Pédagogiques)  
[www.ciep.fr](http://www.ciep.fr)
- Institut Français  
[www.institutfrancais.de](http://www.institutfrancais.de)
- telc  
[www.telc.net](http://www.telc.net)
- Cambridge Assessment English  
[www.cambridgeenglish.org](http://www.cambridgeenglish.org)  
[www.cambridgeenglish.org/de](http://www.cambridgeenglish.org/de)

### Elementare Sprachverwendung

#### A1

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen, verstehen und verwenden. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, welche Leute sie kennen oder welche Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

#### A2

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

### Selbstständige Sprachverwendung

#### B1

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessensgebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

#### B2

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Um die im Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) beschriebenen Kompetenzen direkt in unserem Kurssystem wiederzufinden und eine leichtere Einstufung in das passende Sprachniveau zu gewährleisten, wurden die international gültigen Stufenbezeichnungen des GER in unser Kurssystem aufgenommen.

**Kompetente Sprachverwendung**

**C1**  
 Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

**C2**  
 Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

\*telc = the European language certificate  
 \*Cambridge English = Cambridge Assessment English  
 \*CIEP = Centre International d'Études pédagogiques

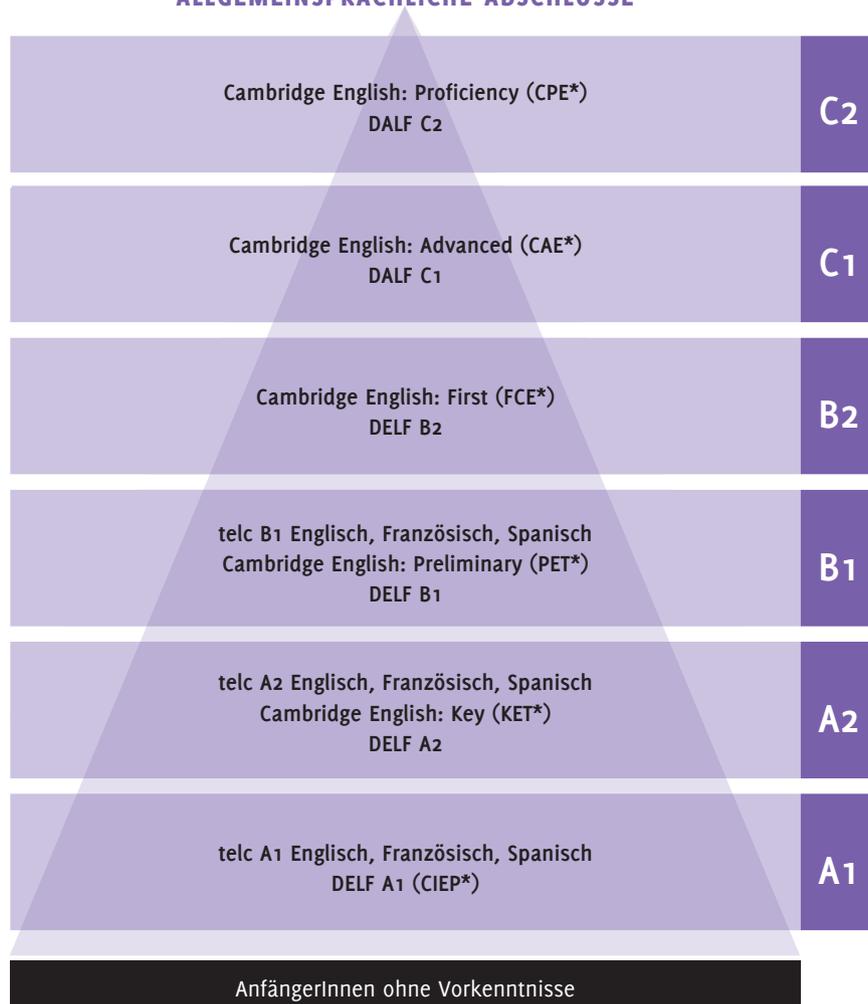
**International anerkannte Abschlüsse der vhs – ein zusätzliches Plus für Sie**

Sie wählen aus einem breitgefächerten Angebot international anerkannter und renommierter Abschlussmöglichkeiten entsprechend Ihrer Zielsetzungen und

bereiten sich in einem Vorbereitungslehrgang auf den angestrebten Abschluss vor.

Sie können eine Vielzahl von international anerkannten Prüfungen (siehe Schaubild) vor Ort ablegen, da die vhs anerkanntes Prüfungszentrum verschiedener internationaler Partner ist.

**ALLGEMEINSPRACHLICHE ABSCHLÜSSE**





## Beratung und Einstufung

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten?

Wir beraten Sie gerne persönlich, telefonisch oder auch per E-Mail. Mit einem Einstufungstest und einer individuellen fachkompetenten Sprachberatung helfen wir Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden. Einen Einstufungstest zur Selbsteinstufung finden Sie unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

Weitere Informationen zu Beratung und Einstufung:  
 Sydney Müller  
 Fon 0681 506-4348  
[sydney.mueller@rvsbr.de](mailto:sydney.mueller@rvsbr.de)

## ENGLISCH A1

Mit Abschluss von Englisch A1 können Sie erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### Hooray for holidays!

#### Englisch für den Urlaub 2. Semester

Lehrbuch: Hooray for Holidays! NEU,  
 Hueber, ISBN 978-3-19-077243-8,  
 ab Lektion 6

● **Kurs 3202**

**Maria Edvige Rossi**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### Get started!

#### Englisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Verlag  
 Klett, ISBN 978-3-12-501630-9, ab Lektion 1

● **Kurs 3205**

**Razieh Dehghan Banadaki**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 15 Termine  
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Englisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Verlag  
 Klett, ISBN 978-3-12-501630-9, ab Lektion 1

● **Kurs 3206**

**Riccardo Strozzi**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 24.09.2024, 15 Termine  
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 22  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Englisch A1 Stufe 1 mit Zeit und Muße

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! A1, 2nd Edition, Klett,  
 ISBN 978-3-12-501480-0, ab Lektion 1

● **Kurs 3208**

**Maria Edvige Rossi**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 24.09.2024, 15 Termine  
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 23  
 30 UST, EUR 96,00

#### Englisch A1 Stufe 2

##### Englisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Klett,  
 ISBN 978-3-12-501630-9

● **Kurs 3210**

**Thomas Deutscher**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 18.09.2024, 15 Termine  
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 17  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

##### Englisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.1, Klett,  
 ISBN 978-3-12-501630-9, ab Lektion 10

● **Kurs 3211**

**Annelies Bourgeois**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 12.11.2024, 10 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### Englisch A1 Stufe 3

#### Englisch A1 Stufe 3

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3213**

**Riccardo Strozzi**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 21  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Englisch A1 Stufe 3

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3214**

**Francesca Bertelli**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 17.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 18  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Englisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.2, Klett,  
ISBN 978-3-12-501632-3

● **Kurs 3215**

**Marina Calabrese**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Englisch A1 Stufe 4

#### Englisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Let's Enjoy English A1.2, Klett,  
ISBN 978-3-12-501632-3, ab Lektion 5

● **Kurs 3216**

**Razieh Dehghan Banadaki**

Di. 16:30 – 18:00 Uhr

ab 17.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Englisch A1 Stufe 4 mit Zeit und Muße

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: At your Leisure A1.

Englisch mit Zeit und Muße, Hueber,  
ISBN 978-3-19-009599-5

● **Kurs 3217**

**Thomas Deutscher**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
30 UST, EUR 96,00

### ENGLISCH A2

Mit Abschluss von Englisch A2 beherrschen Sie wichtige sprachliche Grundstrukturen. Sie können sich in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und kurze Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen.

Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### Dozentinnen und Dozenten



**GERHARD WAGNER**  
Dozent Englisch

» Eine Sprache besteht aus mehr als Worten und Grammatik. Deswegen heißt eine neue Sprache zu lernen immer auch, die Sprechenden dadurch kennen zu lernen. Jeder Sprachkurs ist eine kleine Reise in die Kultur, Geschichte und Weltanschauung der Muttersprachler, die man so vielleicht nie erwartet hätte. Und trotzdem findet man in allem Unbekannten doch immer auch etwas Vertrautes. «

**Englisch A2 Stufe 2****Englisch A2 Stufe 2**

Lehrwerk: Let's Enjoy English A2.1, Klett, ISBN 978-3-12-501638-5, ab Lektion 5

● **Kurs 3221**

*Francesca Bertelli*

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch A2 Stufe 2 mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! A2, 2nd Edition, Klett, ISBN 978-3-12-501482-4

● **Kurs 3222**

*Francesca Bertelli*

Di. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
30 UST, EUR 96,00

**Englisch A2 Stufe 3****Englisch A2 Stufe 3**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Klett, ISBN 978-3-12-501638-5, ab Lektion 8

● **Kurs 3223**

*Gerhard Wagner*

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr

ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch A2 Stufe 3**

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Klett, ISBN 978-3-12-501638-5, ab Lektion 8

● **Kurs 3224**

*Gerhard Wagner*

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch A2 Stufe 4****Englisch A2 Stufe 4**

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3226**

*Thomas Deutscher*

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 15  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**ENGLISCH A2/B1****Let's practice!****Englisch A2/B1 Refresher Course**

In diesen Kursen werden mithilfe von authentischen Lehrmaterialien die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen Ihre sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.

Lehrbuch: Brush up A2, Hueber, ISBN 978-3-19-002936-5

● **Kurs 3231**

*Thomas Deutscher*

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**English Conversation step by step A2/B1**

Der Kurs richtet sich an Senioren, die ihre Englischkenntnisse praktisch anwenden, erweitern und vertiefen möchten. Diskutieren Sie in entspannter Gesprächsrunde aktuelle Themen und frischen Sie Ihr Wortschatz- und Grammatikwissen auf!

● **Kurs 3232**

*Silke Steffen*

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

 **Online-Kurs**
**Fixing common mistakes made by German speakers A2/B1**

In diesem Kurs können Interessierte daran arbeiten, typische Fehler, die Deutsche in Englisch machen, zu beheben. Inhalt des Kurses sind Aussprache, Vokabeln und Grammatik.

● **Kurs 3236**

*Christopher Lewis*

Mo. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 07.10.2024, 10 Termine  
online  
13,3 UST, EUR 50,00  
*Anmeldung erforderlich*

**ENGLISCH B1**

Mit Abschluss von Englisch B1 verfügen Sie über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und können sich in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Englisch B1 Stufe 1****Englisch B1 Stufe 1**

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und ihre Sprech- und Hörfähigkeiten verbessern möchten. Der Schwerpunkt liegt auf der Verbesserung des Wortschatzes und des flüssigen Sprechens in Alltagssituationen.

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.1, Klett, ISBN 978-3-12-501644-6, ab Lektion 1

● **Kurs 3238****Francesca Bertelli**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 27  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch B1 Stufe 3****Englisch B1 Stufe 3**

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1.1, Klett, ISBN 978-3-12-501644-6, ab Lektion 7

● **Kurs 3239****Silke Steffen**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 11  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch B1 Stufe 3  
mit Zeit und Muße**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit

Vorkenntnissen, die entspannt und ohne Zeitdruck Englisch lernen möchten. Eine sanfte Progression, viele Wiederholungsabschnitte und klare Strukturen ermöglichen die aktive Festigung des Gelernten. Motivierende Aufgaben und alltagsnahe Themen helfen, die eigenen Vorkenntnisse und kulturellen Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen und sorgen für Erfolgserlebnisse.

Lehrbuch: Great! B1, 2nd Edition, Klett, ISBN 978-3-12-501484-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3240****Francesca Bertelli**

Fr. 17:30 – 19:00 Uhr  
ab 20.09.2024, 16 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
32 UST, EUR 96,00

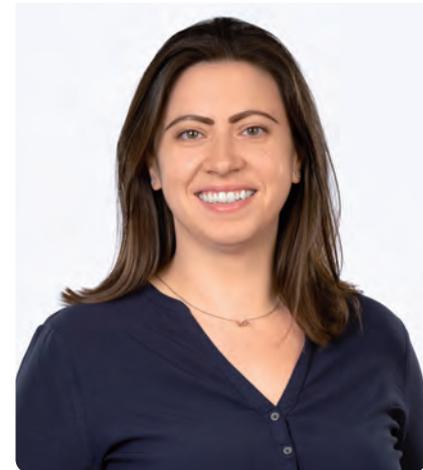
**Let's work on grammar!****Englisch B1 Grammar Course**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen, die B1-Inhalte mit Fokus auf Grammatik in lebensnahen Situationen erlernen und trainieren möchten. Mit abwechslungsreichen Aktivitäten und viel Zeit zum Sprechen wird Grammatik zum Kinderspiel.

Lehrbuch: Let's Enjoy English B1 Grammar Course, Klett, ISBN 978-3-12-501648-4, ab Lektion 1

● **Kurs 3242****Razieh Dehghan Banadaki**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 23  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Dozentinnen und Dozenten**

**AMANDA VENTURA-WEBER**  
Dozentin Englisch

» Ich komme aus Boston in den USA und lebe seit 2016 im Saarland. Meine Erfahrungen im Englischunterricht umfassen kreative Lernspiele mit Kindern, Prüfungsvorbereitungen mit Erwachsenen und alles, was sich dazwischen befindet. Ich bin davon überzeugt, dass Sprachen lernen Türen öffnet und Barrieren abbaut. Deshalb ist der Schwerpunkt meiner Kurse Kommunikation durch Sprechen und Zuhören. Durch Spaß und interessante Themen stärken die Teilnehmer ihr Selbstvertrauen beim Sprechen. «



## Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:  
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348  
sydney.mueller@rvsbr.de

### Let's practice!

#### Englisch B1 Refresher Course

Mithilfe von authentischen Lehrmaterialien werden die alltagsnahen Sprachfertigkeiten in den Fokus gerückt. Spezielle Einheiten zur Grammatik in der gesprochenen Sprache, Wortschatzarbeit zu „Everyday English“ sowie Übungen zum schriftlichen Ausdruck trainieren und vertiefen Ihre sprachlichen Fähigkeiten für die direkte Anwendung im Alltag.  
Lehrbuch: Headway, Intermediate, Part B, Oxford, ISBN 978-0-19-452922-8

● **Kurs 3245**

**Amanda Ventura-Weber**

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Englisch B1 Refresher Course

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3246**

**Francesca Bertelli**

Di. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Let's explore the world of English!

#### Voices – English around the world B1

Reisen Sie zusammen mit unserem Dozenten und verschiedenen „National Geographic Explorern“ um die Welt und finden Sie Ihre Englische Stimme!  
Lehrbuch: Voices, Intermediate, National Geographic Learning, ISBN 978-0-357-45867-9

● **Kurs 3247**

**Javier Behr**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Let's talk about culture!

 **Online-Kurs**

#### German, British and American Cultures: Contrasting Perspectives

Explore the contrasting perspectives of German, British and American cultures in this immersive course. Analyze their customs, traditions, values, and societal norms, uncovering the unique dynamics that shape each culture. Gain cross-cultural competence and learn to navigate intercultural interactions between Germans, Brits and Americans. Understand and appreciate the differences between these captivating cultures.

● **Kurs 3250**

**Christopher Lewis**

Di. 18:00 – 19:00 Uhr  
ab 24.09.2024, 15 Termine  
online  
20 UST, EUR 55,00  
*Anmeldung erforderlich*

### Let's talk and practice!

#### Englisch B1 Conversation

Lehrbuchunabhängiger Kurs für Teilnehmer, die sich im freien Gespräch bzw. in der korrekten Sprachanwendung perfektionieren wollen.

● **Kurs 3252**

**Razieh Dehghan Banadaki**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**ENGLISCH B2**

Sie können bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainieren Sie Ihre Sprachkenntnisse und erweitern Ihren Wortschatz.

**Let's practice!****Englisch B2 Refresher Course**

This course offers authentic course material and focuses on real-world language skills. Specially designed units cover spoken grammar, everyday English as well as written expression enabling participants to develop, train and deepen their skills for direct application in everyday life. Lehrbuch: Headway, Upper-Intermediate, Part B, Oxford, ISBN 978-0-19-453977-7

● **Kurs 3261****Razieh Dehghan Banadaki**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 23  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch B2 Refresher Course**

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3262****Javier Behr**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Englisch B2 Speakout**

This comprehensive course seamlessly integrates essential language skills – speaking, listening, reading, and writing – to enhance your English proficiency. With a focus on practical communication,

the course equips you with the tools to express yourself confidently in various contexts. Explore diverse cultural insights while refining grammar, vocabulary, and pronunciation.

Lehrbuch: Speakout B2 3rd Edition, Pearson, ISBN 978-1-292-35954-0

● **Kurs 3264****Javier Behr**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 13  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Let's talk and practice!****Englisch B2 Conversation**

Lehrbuchunabhängiger Kurs für Teilnehmer, die sich im freien Gespräch bzw. in der korrekten Sprachanwendung perfektionieren wollen.

● **Kurs 3266****Katherine Rau**

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**ENGLISCH B2/C1****Let's talk and practice!****Englisch B2/C1 Conversation**

Lehrbuchunabhängige Kurse für Teilnehmer, die sich im freien Gespräch bzw. in der korrekten Sprachanwendung perfektionieren wollen.

● **Kurs 3272****Razieh Dehghan Banadaki**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Dozentinnen und Dozenten**

**KATHERINE RAU**  
Dozentin Englisch

» Ursprünglich komme ich aus San Francisco in Kalifornien, doch während meines Austauschjahrs an der Universität des Saarlandes habe ich mich in das Saarland verliebt und bin geblieben. Ich glaube fest daran, dass Lernen und Unterrichten Spaß machen sollten, und genau das möchte ich in meinen Englischkursen vermitteln. Meine Kurse sind alles andere als langweilig und trocken. Stattdessen erwartet die Teilnehmer eine entspannte, lockere Atmosphäre, in der wir gemeinsam daran arbeiten, Hemmungen beim Englisch sprechen mit Spaß zu überwinden und das Selbstbewusstsein stärken. «

**Englisch B2/C1 Conversation**● **Kurs 3274****Bobbye Pernice**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 09.10.2024, 13 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 02 EG  
 26 UST, EUR 72,00 (54,00)

**Englisch B2/C1 Conversation**● **Kurs 3276****Astrid Pidoll-Champomier**

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 20.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 17  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

 **Online-Kurs****Englisch B2/C1 Practicing English through short stories**

In this course, interested parties can expand their English language skills with selected short stories (also on suggestion). This is a conversation course for English so that students read a short text each week and then discuss it together in our weekly sessions.

The course offers the opportunity to practice English and improve pronunciation and vocabulary.

● **Kurs 3279****Christopher Lewis**

Fr. 17:30 – 19:00 Uhr  
 ab 27.09.2024, 12 Termine  
 online  
 24 UST, EUR 66,00  
*Anmeldung erforderlich*

**ENGLISCH C1**

Sie verfügen bereits über sehr gute Englischkenntnisse, können sich spontan und fließend ausdrücken, möchten aber weiterhin Ihre Sprachkenntnisse trainieren und Ihren Wortschatz erweitern.

**Join our reading circle and book club!****Englisch C1 Reading circle in English**

A relaxed reading circle to informally discuss the following four books:

- Unsheltered by Barbara Kingsolver
- Maus by Art Spiegelman
- Small Things like These by Claire Keegan
- Bournville by Jonathan Coe

We will devote one evening to each book, in the order listed above. Please do your best to have read each book before class, so we can all contribute to the discussion.

Termine: 09.10.2024, 06.11.2024,  
 18.12.2024, 15.01.2025

● **Kurs 3282****Bobbye Pernice**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 09.10.2024, 4 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 8 Literatlounge  
 8 UST, EUR 31,00 (23,50)

 **Online-Kurs****The Novel Book Club**

Killing Moon by Jo Nesbo  
 Delve into one chapter per week, unraveling themes, characters, and literary techniques. Engage in lively discussions, cultivate critical thinking, and foster a community of passionate readers. Embark on a literary journey, one chapter at a time.

● **Kurs 3283****Christopher Lewis**

Do. 18:00 – 19:00 Uhr  
 ab 26.09.2024, 12 Termine  
 online  
 16 UST, EUR 55,00  
*Anmeldung erforderlich*

Sie möchten einen Nachweis über Ihre Kursteilnahme?  
 Lassen Sie sich Ihre Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**PRÜFUNGEN**

Möchten Sie sich Ihre sprachlichen Fähigkeiten offiziell bestätigen lassen? Lassen Sie sich beraten, welche Prüfung Ihren Sprachkenntnissen entspricht:

**Sydney Müller****0681 506-4348****[sydney.mueller@rvsbr.de](mailto:sydney.mueller@rvsbr.de)**

telc English A1/A1 Junior  
 telc English A2/A2 School  
 telc English A2-B1/A2-B1 School/A2-B1 Business  
 telc English B1/B1 School/B1 Business/B1 Hotel and Restaurant  
 telc English B1-B2/B1-B2 Business  
 telc English B2/B2 School/B2 Business/B2 Technical  
 telc English B2-C1 University/B2-C1 Business  
 telc English C1

**Cambridge Assessment English**

<http://www.cambridgeenglish.org>  
<http://www.cambridgeenglish.org/de>

Cambridge English:

KEY (KET, Niveau A2) + KET for Schools

## CAMBRIDGE STUDIES, ENGLISCH BILDUNGSURLAUB

Cambridge English: Preliminary  
(PET, Niveau B1) + PET for Schools

Cambridge English:  
First (FCE, Niveau B2) + First for School

Cambridge English: Advanced  
(CAE, Niveau C1)

Cambridge English: Proficiency  
(CPE, Niveau C2)

## CAMBRIDGE STUDIES

Für Ihre Einstufung können Sie diesen Einstufungstest nutzen:  
[www.cambridgeenglish.org/test-your-english](http://www.cambridgeenglish.org/test-your-english)

Diese Prüfungen werden weltweit in anerkannten Prüfungszentren (im Saarland: Verband der Volkshochschulen des Saarlandes: [www.vhs-saar.de](http://www.vhs-saar.de)) abgenommen und von Hochschulen, Arbeitgebern sowie Bildungsbehörden geschätzt und als Nachweis qualifizierter Sprachkenntnisse anerkannt.

[www.cambridgeenglish.org](http://www.cambridgeenglish.org)  
[www.cambridgeenglish.org/de](http://www.cambridgeenglish.org/de)

## Prüfungstermine:

Die aktuellen Prüfungstermine und Informationen zur Anmeldung finden Sie beim Prüfungszentrum (Verband der Volkshochschulen des Saarlandes: [www.vhs-saar.de](http://www.vhs-saar.de)).

## ENGLISCH BILDUNGSURLAUB

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

## So verwirklichen Sie Ihre Freistellung zur Weiterbildung:

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nach Ihrer schriftlichen Anmeldung von uns.

Sie beantragen Ihre Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei Ihrem Arbeitgeber.

Bei Bedarf kann ein Kurs als Kleingruppe bei höherer Kursgebühr eingerichtet werden.

Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn möglich.

## Business English: Unlocking Success in Professional Communication B1

This intensive course focuses on developing English language skills for professionals. Participants will enhance their communication abilities in business contexts, covering areas such as meetings, presentations, emails, and negotiations. Through interactive exercises and practical simulations, learners will improve their speaking, listening, reading, and writing skills. The course also emphasizes business vocabulary and grammar.

Lehrbuch: Basis for Business, New Edition B1, Cornelsen, ISBN 978-3-06-121850-8

## ● Kurs 3350

Francesca Bertelli

Mo. – Fr. 09:00 – 15:30 Uhr

## Dozentinnen und Dozenten



## FRANCESCA BERTELLI

Dozentin Englisch

» Nachdem ich mein Studium in Florenz beendet hatte, zog ich nach New York City, das dann für 25 Jahre meine Heimatstadt wurde. Ich habe eine echte Leidenschaft für das Unterrichten und liebe es, mein Wissen über die englische Sprache sowie die Kultur und Geschichte der englischsprachigen Länder weiterzugeben. In meinem Unterricht wende ich den Full-Immersion-Ansatz an, so dass Deutsch nur gelegentlich verwendet wird, um schwierige Punkte zu klären, wobei ich immer den besten Weg finde, die Unterrichtsstunde engagiert und angemessen auf jeden Teilnehmer abzustimmen. Ihre Fortschritte sind mein Erfolg und ich bin sehr stolz darauf, Ihre Sprachkenntnisse auf das nächste Niveau zu bringen. «



## Beratung und Einstufung

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten?

Wir beraten Sie gerne persönlich, telefonisch oder auch per E-Mail. Mit einem Einstufungstest und einer individuellen fachkompetenten Sprachberatung helfen wir Ihnen, den für Sie passenden Kurs zu finden. Einen Einstufungstest zur Selbsteinstufung finden Sie unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

Weitere Informationen zu Beratung und Einstufung:  
 Sydney Müller  
 Fon 0681 506-4348  
[sydney.mueller@rvsbr.de](mailto:sydney.mueller@rvsbr.de)

ab 03.02.2025, 5 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 35 UST, EUR 135,00

### Business English: Excelling in Professional Communication B2

This course focuses on developing advanced Business English skills for professionals. Participants will engage in practical activities, discussions, and simulations to refine their speaking, listening, reading, and writing abilities in a business context. Topics covered include negotiations, cross-cultural communication, presentations, and written correspondence. Participants will expand their business vocabulary and improve grammatical accuracy.  
 Lehrbuch: Basis for Business, New Edition B2, Cornelsen, ISBN 978-3-06-122156-0

● **Kurs 3352**

**Javier Behr**

Mo. – Fr. 09:00 – 15:30 Uhr  
 ab 24.02.2025, 5 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 5  
 35 UST, EUR 135,00

## FRANZÖSISCH A1

Mit Abschluss von Französisch A1 können Sie erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### Commençons!

#### Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3402**

**Thomas Deutscher**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 15  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 3

● **Kurs 3404**

**Susanne Krause-Wichmann**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 15 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A1, Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3406**

**Dr. Elisabeth Rauch-Bernd**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 11  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Französisch A1 Stufe 1 nach den Herbstferien

Lehrbuch: Rencontres en français A1,  
Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3408**

**Thierry Dupin**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 31.10.2024, 10 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### Französisch A1 Stufe 2

#### Französisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A1,  
Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 4

● **Kurs 3410**

**Eric Deby**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch A1 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A1,  
Klett, ISBN 978-3-12-529642-8, ab Lektion 7  
Termine nach Absprache auch in den  
Herbstferien möglich.

● **Kurs 3412**

**Georg Henkel**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 08.10.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Französisch A1 Stufe 3

#### Französisch A1 Stufe 3

Lehrbuch: Rencontres en français A1,  
Klett, ISBN 978-3-12-529642-8,  
ab Lektion 11

● **Kurs 3414**

**Dr. Elisabeth Rauch-Bernd**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Französisch A1 Stufe 4

#### Französisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A2,  
Klett, ISBN 978-3-12-529648-0, ab Lektion 1

● **Kurs 3420**

**Dr. Elisabeth Rauch-Bernd**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch A1 Stufe 4

Lehrbuch: Rencontres en français A1,  
Klett, ISBN 978-3-12-529642-8,  
ab Lektion 11

● **Kurs 3422**

**Sabrina Kircher Francois**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### Répétons!

#### Französisch A1 Auffrischung

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer,  
die das Niveau A1 bereits erreicht haben,  
jedoch vor dem Einstieg in die Stufe A2  
ihre Kenntnisse zunächst festigen und  
aktivieren möchten.

Lehrbuch: Intermezzo Französisch A1,  
Hueber, ISBN 978-3-19-109600-7,  
ab Lektion 1

● **Kurs 3424**

**Astrid Meiser**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

### Dozentinnen und Dozenten



#### **ASTRID MEISER**

*Dozentin Französisch*

» Bereits seit 30 Jahren unterrichte ich mit großer Freude Französisch an der vhs. Es ist mir sehr wichtig, mit der Zeit zu gehen und auf dem neuesten Stand zu sein, was Lehr- und Lernmethoden sowie landeskundliche Themen betrifft. Da Sprache auch immer eng mit Kultur verwoben ist, möchte ich Ihnen in meinen Kursen nicht nur sprachliches, sondern auch kulturelles Wissen an die Hand geben. In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß werden wir uns dem Französischen und den Besonderheiten Frankreichs widmen. Besonders freue ich mich, wenn mir Kursteilnehmer stolz von ihren (sprachlichen) Abenteuern berichten können. «

ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 27  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Frankreich erleben – Landeskunde und Tourismus (A2)

#### Das Frankreich der Regionen

Die französischen Regionen mit ihrer Geschichte und ihren touristischen Aspekten sind Gegenstand des Kurses, ergänzt durch aktuelle Nachrichten und Themen der französischen Grammatik.

● **Kurs 3426**

*Gerhard Rouget*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 28.10.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### FRANZÖSISCH A2

Mit Abschluss von Französisch A2 beherrschen Sie wichtige sprachliche Grundstrukturen. Sie können sich in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und kurze Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

#### Französisch A2 Stufe 1

#### Französisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Klett, ISBN 978-3-12-529648-0, ab Lektion 1  
● **Kurs 3428**

*Sabrina Kircher Francois*

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

#### Französisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Klett, ISBN 978-3-12-529648-0, ab Lektion 1  
● **Kurs 3430**

*Astrid Meiser*

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch A2 Stufe 2

#### Französisch A2 Stufe 2

Lehrbuch: Rencontres en français A2, Klett, ISBN 978-3-12-529648-0, ab Lektion 4



## Französisch und mehr Sprachenlernen im Saarland

Sie interessieren sich für Französisch und das Sprachenlernen allgemein? Sie möchten mehr darüber erfahren und Ihre Kenntnisse erweitern?

In unserem Portal, einem Informations- und Lernraum rund um die französische Sprache und das Mehrsprachenlernen finden Sie, was zu Ihnen passt.

Ob Tipps zum Sprachenlernen, eine Übersicht der aktuellen Französischkursangebote im Saarland, deutsch-französische Veranstaltungstipps oder verschiedene Mitmachangebote und – auch für Sie ist sicher das richtige Angebot dabei!

Sprachenlernen ist gar nicht so schwer  
und kann richtig Spaß machen.

**Probieren Sie es doch direkt mal aus!**

● **Kurs 3432****Dr. Elisabeth Rauch-Bernd**

Di. 16:30 – 18:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 24  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Französisch A2 Stufe 2**

Lehrbuch: Rencontres en français A2,  
 Klett, ISBN 978-3-12-529648-0, ab Lektion 5

● **Kurs 3434****Susanne Krause-Wichmann**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Französisch A2 Stufe 3****Französisch A2 Stufe 3 am Samstag**

Lehrbuch: Voyages NEU A2, Klett,  
 ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 7

● **Kurs 3438****Astrid Meiser**

Sa. 09:00-13:00 Uhr  
 14.09., 21.09., 28.09.2024, 3 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 15 UST, EUR 45,00  
 Anmeldung erforderlich bis 10.09.2024

**Französisch A2 Stufe 3 am Samstag**

Lehrbuch: Voyages NEU A2, Klett,  
 ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 8

● **Kurs 3440****Astrid Meiser**

Sa. 09:00-13:00 Uhr  
 09.11., 16.11., 23.11.2024, 3 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 5  
 15 UST, EUR 45,00  
 Anmeldung erforderlich bis 06.11.2024

**Französisch A2 Stufe 4****Französisch A2 Stufe 4**

Lehrbuch: Voyages NEU A2, Klett,  
 ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 9

● **Kurs 3443****Susanne Krause-Wichmann**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 27  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Répétons!**

Sie haben Französisch schon einmal gelernt, inzwischen aber vieles wieder vergessen? In diesen Kursen reaktivieren Sie Ihre versunkenen Französischkenntnisse effektiv.

**Französisch A2 Auffrischung Dialoge für den Alltag**

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,  
 ISBN 978-3-19-003373-7

● **Kurs 3444****Thierry Dupin**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 14  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Französisch A2 Auffrischung Dialoge für den Alltag**

Lehrbuch: Rebonjour A2, Hueber,  
 ISBN 978-3-19-003373-7, freie Materialien  
 und kleine Lektüre

● **Kurs 3445****Nicoline Thiele**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Dozentinnen und Dozenten**

**CHANTAL NICOLAY**  
 Dozentin Französisch

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française). Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle. Mein Motto ist: *Mieux comprendre la France, les Français et LE français.* «

**Französisch A2/B1 Lektüre,  
Grammatik, Konversation**

Freie Materialien

● **Kurs 3447***Eric Deby*

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Apprendre le français  
avec des chansons****Französisch lernen mit Chansons  
(A2/B1)**

Sie mögen französische Chansons, dennoch ist Ihnen der Text nicht immer verständlich? Lernen Sie in diesem leichten Konversationskurs neben Wortschatz und Redewendungen die französische Kultur besser verstehen und genießen. In Frankreich tout commence et finit par des chansons » Alles beginnt und endet mit Chansons. Unterlagen zum Kurs werden ausgeteilt.

● **Kurs 3448***Catherine Sicurani*

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 11  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Parlons-en!****Französisch A2/B1 Conversation**

Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3449***Thomas Deutscher*

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 16.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 15  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Vive la différence!****Deutsch-französische  
Kulturunterschiede – Arbeitskultur  
und Gepflogenheiten**

Ob im Arbeitskontext oder im Alltag, schärfen Sie Ihre interkulturellen Kompetenzen und gewinnen Sie aufschlussreiche Einblicke in die deutsch-französischen Kulturunterschiede. Termine können nach Absprache auch online erfolgen. Lehrmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

● **Kurs 3450***Rose-Marie Tonnelier*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 14  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**FRANZÖSISCH B1**

Mit Abschluss von Französisch B1 verfügen Sie über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und können sich in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten.

Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Französisch B1 Stufe 2****Französisch B1 Stufe 2**

Lehrbuch: Rencontres en français B1, Klett, ISBN 978-3-12-529649-7, ab Lektion 4

● **Kurs 3453***Sébastien Dumont-Roty*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 23  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Französisch B1 Stufe 3****Französisch B1 Stufe 3**

Lehrbuch: Rencontres en français B1, Klett, ISBN 978-3-12-529649-7, ab Lektion 8

● **Kurs 3455***Susanne Krause-Wichmann*

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 18.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 27  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Französisch B1 Stufe 4****Französisch B1 Stufe 4**

Lehrbuch: Rencontres en français B1, Klett, ISBN 978-3-12-529649-7, ab Lektion 10

● **Kurs 3460***Astrid Meiser*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 17  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Répétons!****Französisch B1****Auffrischung und Konversation**

Lehrbuch wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3462***Susanne Krause-Wichmann*

Di. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 15 Termine  
 vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Französisch B1 Konversation,  
Lektüre, Grammatik**

Freie Materialien

● **Kurs 3464***Georg Henkel*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 08.10.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Répétons!

Diese Kurse versetzen die Lernenden mit aktuellen und authentischen Materialien in die Lage, auf Französisch zu kommunizieren und die wichtigsten Alltagssituationen sprachlich angemessen zu bewältigen. Französischkenntnisse werden gezielt aufgefrischt, der Wortschatz erweitert, die Grammatikgrundlagen reaktiviert und das Lesend- und Hörverstehen trainiert.

#### Französisch B1 Auffrischung

Lehrbuch: Reprise Neubearbeitung, Hueber, ISBN 978-3-19-003380-5, ab Lektion 7

● **Kurs 3472**

**Susanne Krause-Wichmann**

Mo. 10:00 – 11:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch B1 Lektüre, Diskussion und Grammatik nach Bedarf

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3476**

**Astrid Meiser**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Parlons-en!

#### Französisch B1 Conversation française facile

Freie Materialien

● **Kurs 3480**

**Chantal Nicolay**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

### Entraînons-nous!

#### Französisch B1/B2 Conversation et grammaire am Samstag

Freie Materialien

● **Kurs 3484**

**Catherine Sicurani**

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr  
21.09., 28.09., 12.10.2024, 3 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23  
15 UST, EUR 45,00 (34,00)  
*Anmeldung erforderlich bis 18.09.2024*

#### Französisch B1/B2 Conversation et grammaire am Samstag

Freie Materialien

● **Kurs 3485**

**Catherine Sicurani**

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr  
09.11., 23.11., 07.12.2024, 3 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23  
15 UST, EUR 45,00 (34,00)  
*Anmeldung erforderlich bis 06.11.2024*

#### Französisch B1/B2 Conversation et grammaire am Samstag

Freie Materialien

● **Kurs 3486**

**Catherine Sicurani**

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr  
11.01., 25.01., 08.02.2025, 3 Termine

### Dozentinnen und Dozenten



**CATHERINE SICURANI**  
Dozentin Französisch

» Was bewegt mich als sprachinteressierte Französin noch heute, nach langjähriger Tätigkeit in den Bereichen Zweisprachigkeit und grenzüberschreitende Projekte, gerade hier, im Saarland? Ganz einfach: das Bedürfnis, Ihnen in meiner Muttersprache Dialoge und Lektüren als Schlüssel zur französischen Welt anzubieten und Ihnen in meinen Kursen die Gelegenheit zu geben, Ihre Sprachkenntnisse aufzufrischen oder zu perfektionieren. Vielleicht werden wir auf diesem Wege auch gemeinsam lernen, einander aufmerksamer wahrzunehmen und besser zu verstehen. Das ist mein Ziel – mit Freude, immer wieder. «

Altes Rathaus, Raum 23  
15 UST, EUR 45,00 (34,00)  
*Anmeldung erforderlich bis 01.01.2025*

### Coin de l'art français

#### Vortrag

#### Le Photoklatsch de Thionville

“Photoklatsch“ est un néologisme formé à partir de „Kaffeeklatsch“ et de photographie. C'est ainsi que se nomme un collectif de photographes hébergé par le Centre Social Le Lierre à Thionville.. Il est donc ouvert à toutes et tous, âges, genres et conditions sociales confondues, dans cet esprit de transmission d'un savoir et d'une culture photographique. Le Photoklatsch est ainsi un espace de parole et de pratique consacrées à la photo contemporaine. Très ancré dans le territoire transfrontalier, le Photoklatsch organise ainsi des ateliers, des formations, des expositions et publie des ouvrages photographiques. Je vous propose dans cette conférence de présenter le caractère expérimental des projets du Photoklatsch ainsi que sa mission sociale.

#### ● Kurs 2523A

**Arnaud Pagnier, Fotograf und Historiker**

Mo. 21.10.2024,  
19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
gebührenfrei

*La conférence sera donnée en français avec une traduction consécutive en allemand.*

### FRANZÖSISCH B2

Sie können bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainieren Sie Ihre Sprachkenntnisse und erweitern Ihren Wortschatz.

#### Parlons-en!

#### Französisch B2 Conversation

Notre cours de conversation offre un environnement accueillant pour stimuler votre expression orale et renforcer votre confiance à l'oral.

#### ● Kurs 3490

**Catherine Sicurani**

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 17  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Französisch B2/C1 Conversation – Billets d'humeur

Pour savoir quoi penser et en discuter, lisons et écoutons les billets d'humeur parus dans la presse française. Joliment rédigés, plutôt courts ils présentent avec humour et dans un style incisif une opinion sur un événement ou sujet d'intérêt.

#### ● Kurs 3491

**Catherine Sicurani**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

#### Coin de l'art français

#### Regard sur la création artistique (B2/C1)

Des visites-conférences mensuelles proposées en français au Saarlandmesum

vous permettent non seulement de faire la découverte des expositions et des riches collections permanentes abritées au musée, mais aussi de porter un regard attentif sur la création artistique et de passer un moment de partage en groupe.

#### ● Kurs 3493

**Dr. Anne-Marie Werner**

Mi. 16:00-17:30, 5 Termine  
25.09., 30.10., 27.11., 18.12.2024,  
29.01.2025

Moderne Galerie des Saarlandmuseums  
EUR 40,00 (zzgl. Eintritt Museum vor Ort)  
*Anmeldung bis 23.09.2024 erforderlich-  
Französisch C1*

Sie verfügen bereits über sehr gute Französischkenntnisse, können sich spontan und fließend ausdrücken, möchten aber weiterhin Ihre Sprachkenntnisse trainieren und Ihren Wortschatz erweitern.

#### Parlons-en!

#### Französisch C1 Conversation

Vous pouvez dans ce cours améliorer vos connaissances du français par des discussions sur des sujets proposés à la fois par les participants et par l'enseignant chargé du cours. La lecture de textes courts choisis dans la littérature française ou l'actualité vous permet également d'enrichir votre vocabulaire et des exercices vous aident à rafraîchir et à approfondir vos connaissances de la grammaire française.

#### ● Kurs 3497

**Eric Deby**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**FRANZÖSISCH BILDUNGSURLAUB**

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

So verwirklichen Sie Ihre Freistellung zur Weiterbildung:

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nach Ihrer schriftlichen Anmeldung von uns.

Sie beantragen Ihre Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei Ihrem Arbeitgeber.

Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

**Le français pour tous les contextes – Französisch B2**

Réactiver et entraîner ses compétences en communication. Notre congé de formation rafraîchit votre vocabulaire, consolide vos connaissances grammaticales et entraîne vos compétences orales.

Discutez de sujets de société actuels et devenez linguistiquement compétent dans tous les contextes linguistiques. Le manuel sera communiqué avant le début du cours.

● **Kurs 3551**

**Magali Dietzsch**

Mo. – Fr. 09:00 – 15:30 Uhr

ab 27.01.2025, 5 Termine

Altes Rathaus, Raum 5

35 UST, EUR 135,00

**PRÜFUNGEN**

Möchten Sie sich Ihre sprachlichen Fähigkeiten auch offiziell bestätigen lassen?

Lassen Sie sich beraten, welche Prüfung Ihren Sprachkenntnissen entspricht:

Sydney Müller

0681 506-4348

sydney.mueller@rvsbr.de

**Prüfungen der telc  
(the European language certificates)**

telc A1 – B2

telc Français A1

telc Français A2

telc Français A2 école

telc Français B1

telc Français B1 école

telc Français B1 pour la Profession

telc Français B2

Sie möchten einen Nachweis über Ihre Kursteilnahme?

Lassen Sie sich Ihre Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**Dozentinnen und Dozenten**

**LOBO GUERRERO**  
Dozent Spanisch

» Ich bin in Barcelona geboren und Spanisch ist meine Muttersprache, die ich mit großer Freude unterrichte.

Ich schätze den Dialog mit den Teilnehmern, eine gute Atmosphäre in der Gruppe und möchte Ihnen neben sprachlichen sowie kulturellen Inhalten auch Spaß am Lernen vermitteln.

Lassen Sie uns die spanische Sprache gemeinsam entdecken! «



## Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:  
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348  
sydney.mueller@rvsbr.de

## SPANISCH A1

Mit Abschluss von Spanisch A1 können Sie erste einfache Satzkonstruktionen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### ¡Vivan las vacaciones!

#### Spanisch für den Urlaub

##### 1. Semester

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise in ein spanischsprachiges Land werden wollen. Sie lernen Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es Ihnen ermöglicht, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden. Wer Gefallen an der spanischen Sprache gefunden hat, kann im Anschluss einen Kurs Spanisch A1 Stufe 1 besuchen und seine bisher erworbenen Kenntnisse systematisch vertiefen.

Lehrbuch: ¡Vivan las vacaciones! Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-317243-3, ab Lektion 1

● **Kurs 3601**

**Paola Huerta**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

## Entrada al español

#### Spanisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Español en marcha 1, SGEL, Hueber, ISBN 978-3-19-504503-2, ab Lektion 1

● **Kurs 3603**

**Javier Martín**

Mo. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Spanisch A1 Stufe 1

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 1

● **Kurs 3606**

**Paola Huerta**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Spanisch A1 Stufe 1 nach den Herbstferien

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 1

● **Kurs 3608**

**Ruby Camelo Ramirez**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 28.10.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 15  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Spanisch A1 Stufe 2****Spanisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 6

● **Kurs 3610**

**Anne-Kathrin Kirst**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 4

● **Kurs 3613**

**Maria Palacios**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 5

● **Kurs 3615**

**Lobo Guerrero**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 15  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A1 Stufe 3****Spanisch A1 Stufe 3**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 6

● **Kurs 3617**

**Rubén Cárdenas**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 30.10.2024, 12 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
24 UST, EUR 67,00 (51,00)

**Spanisch A1 Stufe 4****Spanisch A1 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 8

● **Kurs 3620**

**Javier Martín**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A1 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 9

● **Kurs 3622**

**Javier Martín**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**¡A practicar!****Spanisch im Alltag – Kommunikation leicht gemacht A1/A2**

Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3625**

**Paola Huerta**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Dozentinnen und Dozenten**

**SIMONE OSTHOFF**  
Dozentin Spanisch

» Die Bedeutung der zwischenmenschlichen Kommunikation war für mich die Motivation, einen sprachwissenschaftlichen Studiengang zu belegen. Schon während des Studiums war es daher für mich naheliegend, das erworbene Wissen mit meinen Mitmenschen zu teilen. Durch regelmäßige Aufenthalte in spanischsprachigen Ländern konnte ich meine Kenntnisse über deren Kultur und Bräuche vertiefen. Diese Erfahrungen möchte ich meinen KursteilnehmerInnen in einem lebendigen Unterricht vermitteln. Dabei kommen mir meine über 30-jährige Erfahrung als Dozentin sowie meine in der täglichen Praxis als vereidigte Übersetzerin erworbenen Fähigkeiten zugute. Lernen soll Spaß machen und ich hoffe, dass meine Begeisterung für die spanische Sprache auch auf meine TeilnehmerInnen überspringt. «

**SPANISCH A2**

Mit Abschluss von Spanisch A2 beherrschen Sie wichtige sprachliche Grundstrukturen. Sie können sich in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und knappe Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Spanisch A2 Stufe 1****Spanisch A2 Stufe 1**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3627**

*Natalia Seguí*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A2 Stufe 1**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3630**

*Javier Martín*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A2 Stufe 1**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 1

● **Kurs 3632**

*Natalia Seguí*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 05.11.2024, 15 Termine

Altes Rathaus, Raum 16  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A2 Stufe 2****Spanisch A2 Stufe 2**

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 3

● **Kurs 3634**

*Javier Martín*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A2 Stufe 3****Spanisch A2 Stufe 3**

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett, ISBN 978-3-12-514990-8, ab Lektion 9

● **Kurs 3638**

*Javier Martín*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch A2 Stufe 4****Spanisch A2 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett, ISBN 978-3-12-514990-8, ab Lektion 5

● **Kurs 3640**

*Simone Osthoff*

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 20.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**SPANISCH B1**

Mit Abschluss von Spanisch B1 verfügen Sie über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und können sich in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Spanisch B1 Stufe 4****Spanisch B1 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett, ISBN 978-3-12-514684-6, ab Lektion 7

● **Kurs 3642**

*María García*

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 17  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**¡Vamos a hablar!****Spanisch B1 Conversación**

Este curso está dividido en tres partes. En la primera repasamos la gramática traduciendo textos al español. En la segunda leemos textos actuales sobre los que discutimos a continuación y terminamos el curso jugando al Tabú.

● **Kurs 3660**

*Simone Osthoff*

Do. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**SPANISCH B2**

Sie können bereits ein Gespräch mit Muttersprachlern führen und auch die Hauptinhalte komplexer Texte verstehen. Anhand aktueller Materialien trainieren Sie Ihre Sprachkenntnisse und erweitern Ihren Wortschatz. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Spanisch B2 Stufe 1****Spanisch B2 Stufe 1**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, Klett, ISBN 978-3-12-514688-4, ab Lektion 1

● **Kurs 3662**

**Rubén Cárdenas**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 30.10.2024, 12 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
24 UST, EUR 67,00 (51,00)

**Spanisch B2 Stufe 4****Spanisch B2 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, Klett, ISBN 978-3-12-514688-4, ab Lektion 8

● **Kurs 3664**

**Javier Martín**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Stufe 4**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, Klett, ISBN 978-3-12-514688-4, ab Lektion 7

● **Kurs 3666**

**María García**

Fr. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 20.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23

30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**¡Vamos a hablar!****Spanisch B2 Conversación**

Este curso está dividido en tres partes. La primera parte consiste en practicar la traducción libre, la segunda en debatir temas de actualidad y la última en jugar al Tabú.

● **Kurs 3670**

**Simone Osthoff**

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 22  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Conociendo España**

Este curso está orientado a todos aquellos alumnos, con un nivel intermedio del español, cuyo interés sobre España sea algo más que el meramente gramatical. A través de la literatura, el arte, la música y el cine conoceremos España y Latinoamérica de una manera enriquecedora y divertida.

● **Kurs 3672**

**Natalia Seguí**

Di. 16:00 – 17:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Conversación & Gramática**

Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, Klett, ISBN 978-3-12-514688-4, ab Lektion 3

● **Kurs 3675**

**Simone Osthoff**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Conversación**

Este curso está dividido en tres partes. En la primera repasamos la gramática traduciendo textos al español. En la segunda leemos textos actuales sobre los que discutimos a continuación y terminamos el curso jugando al Tabú.

● **Kurs 3677**

**Simone Osthoff**

Do. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Conversación**

Este curso se dirige a personas interesadas en discutir temas sociales y culturales de periódicos y revistas del mundo hispanohablante. Consideramos también el repaso de estructuras gramaticales.

● **Kurs 3678**

**Raquel Meister-Paredes**

Do. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 14  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Spanisch B2 Conversación**

En este curso utilizamos la conversación en español como camino para repasar estructuras de gramática y vocabulario. En un ambiente relajado ampliamos poco a poco el nivel léxico y gramatical relacionándolo siempre con temas de España y Latinoamérica. De manera interactiva y entretenida integramos además la lectura, la escritura y la comprensión auditiva. Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3679**

**María García**

Fr. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 20.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 23  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**SPANISCH BILDUNGSURLAUB**

Für alle Bildungsurlaubs-kurse ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese Kurse können auch ohne Anspruch auf Bildungsurlaub besucht werden.

**So verwirklichen Sie Ihre Freistellung zur Weiterbildung:**

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nach Ihrer schriftlichen Anmeldung von uns.

Sie beantragen Ihre Freistellung mindestens 8 Wochen vor Kursbeginn bei Ihrem Arbeitgeber. Eine Abmeldung vom Kurs ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn möglich.

**Español para comunicarse en el mundo de hoy – Spanisch A2**

Sie möchten fit für die Arbeitswelt werden? Es erwartet Sie eine umfassende Einführung in die spanische Sprache und Kultur im Zusammenhang mit beruflichen Themen. Der Kurs legt besonderen Wert auf die Entwicklung der kommunikativen Fähigkeiten in berufsbezogenen Situationen. Sie lernen sich effektiv in verschiedenen beruflichen Umgebungen auszudrücken, sei es in Besprechungen, Verhandlungen, Präsentationen oder schriftlicher Kommunikation. Lehrmaterial wird vor Beginn des Kurses bekannt gegeben.

● **Kurs 3690****Pilar Alpuente**

Mo. – Fr. 09:00 – 15:30 Uhr  
ab 17.02.2025, 5 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
35 UST, EUR 135,00

In Kooperation mit der VHS Lebach e.V.

**Spanisch Intensiv – Workshop (A1)**

Wenn Sie Vorkenntnisse mitbringen (A1-Niveau abgeschlossen), lernen Sie in diesem Intensiv-Workshop, Ihre Kenntnisse auszubauen, die Kultur Spaniens und Lateinamerikas kennen und Sie entwickeln Ihre Kompetenzen zur verbalen Verständigung weiter. Jeder Veranstaltungstermin teilt sich in Unterricht und kulturelle Aktivität auf. Sie kochen gemeinsam Spezialitäten aus Spanien und Lateinamerika, schauen einen Film auf Spanisch mit Untertitel, lernen spanische Bücher kennen, hören ein kleines Gitarrenkonzert und spielen gemeinsam Petanca.

● **Kurs 3692****Ines Peragallo**

Mo. – Fr. 09:00 – 15:00 Uhr  
ab 14.10.2024, 5 Termine  
VHS Lebach  
EUR 198,00 (168,00, zzgl. Kochumlage)  
Weitere Informationen [info@vhs-lebach.de](mailto:info@vhs-lebach.de)

**PRÜFUNGEN**

**Möchten Sie sich Ihre sprachlichen Fähigkeiten offiziell bestätigen lassen? Lassen Sie sich beraten, welche Prüfung Ihren Sprachkenntnissen entspricht:**

**Sydney Müller**

0681 506-4348  
[sydney.mueller@rvsbr.de](mailto:sydney.mueller@rvsbr.de)

**telc****(the European language certificates)**

telc Español A1  
telc Español A2 Escuela  
telc Español B1  
telc Español B1 Escuela  
telc Español B2 Escuela

Sie möchten einen Nachweis über Ihre Kursteilnahme?

Lassen Sie sich Ihre Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**ITALIENISCH A1**

Mit Abschluss von Italienisch A1 können Sie erste einfache Satzstrukturen formulieren und elementare Fragen und Aussagen verstehen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

**Viva le vacanze!****Italienisch für den Urlaub  
1. Semester**

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise nach Italien werden wollen. Sie lernen Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es Ihnen ermöglicht, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden.

Wer Gefallen an der italienischen Sprache gefunden hat, kann im Anschluss einen Kurs Italienisch A1 Stufe 1 besuchen und seine bisher erworbenen Kenntnisse systematisch vertiefen.

Lehrbuch: Viva le vacanze! Neu, Hueber, ISBN 978-3-19-217243-4, ab Lektion 1

● **Kurs 3701****Maria Alaimo**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 27  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Entrata all' italiano****Italienisch A1 Stufe 1**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 1

● **Kurs 3703**

**Marina Calabrese**

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 24  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 1 nach den Herbstferien**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 1

● **Kurs 3705**

**Maria Edvige Rossi**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 29.10.2024, 10 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 23  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Italienisch A1 Stufe 2****Italienisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 4

● **Kurs 3707**

**Susanne Krause-Wichmann**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 27  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 4

● **Kurs 3708**

**Marina Calabrese**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)

30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 2**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 3

● **Kurs 3709**

**Maria Edvige Rossi**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 3****Italienisch A1 Stufe 3**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 7

● **Kurs 3712**

**Maria Alaimo**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 3**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 7

● **Kurs 3713**

**Maria Alaimo**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 27  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch A1 Stufe 4**
 **Online-Kurs**
**Italienisch A1 Stufe 4**

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett,  
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 8

● **Kurs 3718**

**Chiara Debora Difonzo**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr

**Dozentinnen und Dozenten**

**SUSANNE KRAUSE-WICHMANN**  
Dozentin Französisch und  
Italienisch

» Seit über 20 Jahren unterrichte ich Französisch und Italienisch an der vhs Regionalverband Saarbrücken. Noch immer empfinde ich es als Bereicherung, täglich mit den unterschiedlichsten Menschen zusammenzutreffen und sie auf ihrem Weg in fremde Sprachen und Kulturen zu begleiten. Hierbei ist es mir wichtig, in einem lebendigen und interaktiven Unterricht auf die Bedürfnisse und Wünsche der Lernenden einzugehen und gemeinsam mit ihnen die Kursziele zu erreichen. «



## Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:  
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348  
sydney.mueller@rvsbr.de



ab 18.09.2024, 15 Termine  
online, Skype  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Parliamo!

#### Italienisch A1/A2 Conversazione

Üben und verbessern Sie in einer lockeren Gesprächs- und Diskussionsrunde Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit und erweitern Sie Ihren Wortschatz.

##### ● Kurs 3720

*Maria Alaimo*

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### ITALIENISCH A2

Mit Abschluss von Italienisch A2 beherrschen Sie wichtige sprachliche Grundstrukturen. Sie können sich in einfachen alltäglichen Situationen verständigen, einfachen Texten die wichtigsten Informationen entnehmen und knappe Mitteilungen wie Postkarten, Telefonnotizen und kurze Briefe verfassen. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### Italienisch A2 Stufe 1

#### Italienisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Klett, ISBN 978-3-12-525206-6, ab Lektion 1

##### ● Kurs 3722

*Susanne Krause-Wichmann*

Mo. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Italienisch A2 Stufe 2

#### Italienisch A2 Stufe 2

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Klett, ISBN 978-3-12-525206-6, ab Lektion 3

##### ● Kurs 3727

*Marina Calabrese*

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### ITALIENISCH B1

Mit Abschluss von Italienisch B1 verfügen Sie über solide Grundkenntnisse der Alltagssprache und können sich in alltäglichen Gesprächssituationen behaupten. Ihr Kenntnisstand entspricht der Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

### Italienisch B1 Stufe 2

#### Online-Kurs

#### Italienisch B1 Stufe 2

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Klett, ISBN 978-3-12-525212-7, ab Lektion 3

##### ● Kurs 3732

*Chiara Debora Difonzo*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 24.09.2024, 15 Termine  
online, Skype  
30 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Italienisch B1 Stufe 3

#### Italienisch B1 Stufe 3

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Klett, ISBN 978-3-12-525212-7, ab Lektion 8

## ITALIENISCH

● **Kurs 3735****Susanne Krause-Wichmann**

Mo. 17:00 – 18:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch B1 Stufe 4****Italienisch B1 Stufe 4**

Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3736****Ilaria Pusceddu**

Mo. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 27  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Ripetiamo!****Italienisch B1 Auffrischung**

Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3738****Ilaria Pusceddu**

Mo. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 16.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 27  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch B1 Auffrischung**

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Klett, ISBN 978-3-12-525212-7, ab Lektion 5

● **Kurs 3745****Susanne Krause-Wichmann**

Do. 09:00 – 10:30 Uhr  
 ab 19.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch B1 Auffrischung**

Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 3747****Ilaria Pusceddu**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 11  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Italienisch B1 Conversazione**

Sie lernen, sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern sowie die wichtigsten Alltagssituationen sprachlich angemessen zu bewältigen.

*Voraussetzung: ca. 3 – 4 Jahre Italienisch*

**Parliamo!****Italienisch B1 Conversazione**● **Kurs 3770****Ilaria Pusceddu**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 15 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 25  
 (Textiler Werkraum)  
 30 UST, EUR 82,00 (61,50)

Sie möchten einen Nachweis über Ihre Kursteilnahme? Lassen Sie sich Ihre Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**Dozentinnen und Dozenten**

**MARINA CALABRESE**  
 Dozentin Italienisch

» Ich komme aus Neapel und bin italienische Muttersprachlerin. Aufgrund meines Studiums der Germanistik und Anglistik haben mich meine Wege ins Saarland geführt. Schon als Kind habe ich mich für Sprachen begeistert und freue mich daher nun umso mehr, auch Ihnen meine Begeisterung in meinen Kursen vermitteln zu können. Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Unterricht, der auch Einblicke in die italienische Kultur gibt und großen Wert auf die mündliche Kommunikation legt. Lernen Sie mit mir die italienische Sprache und Kultur kennen. Ich freue mich, Sie in meinen Kursen begrüßen zu dürfen. «



vhs-Themenmonat:

# KOREA

02.11. bis 30.11.2024

## VERANSTALTUNGEN

➤➤➤ Sa. 02.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
**Eröffnungsfeier Themenmonat Korea**  
• Kurs 3850

➤➤➤ Sa. 02.11.2024, 16:00 – 18:00 Uhr  
**Hanbok Experience**  
• Kurs 3851

## VORTRAGSREIHE „WISSENSCHAFTLICHER VORTRAG FÜR JEDERMANN“

➤➤➤ Do. 07.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
**Verblüffend ähnlich – total verschieden: Ein gewagter Vergleich zwischen Korea und Griechenland**  
• Kurs 1156

➤➤➤ Do. 21.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
**Wissenschaftliche Kooperation zwischen Korea und Deutschland**  
**Vorstellung der KIST Europe Forschungsgesellschaft**  
• Kurs 1159

➤➤➤ Fr. 08.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
**Korea – Teilung statt Befreiung**  
• Kurs 1155

➤➤➤ Fr. 22.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr  
**„Die richtigen Laute zur Unterweisung des Volkes“**  
**Über Koreas Schriften – Vom Chinesischen zur eigenen phonetischen Schrift**  
• Kurs 3853

➤➤➤ Do. 07.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
**Die Geschichte der Zusammenarbeit zwischen Korea und Deutschland**  
• Kurs 1157

➤➤➤ Fr. 29.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
**Traditionelle koreanische Medizin und Gesundheit**  
• Kurs 2725

➤➤➤ Do. 14.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr  
**Grüner Stahl in Korea und Deutschland**  
• Kurs 1158

## KOREA MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN

➤➤➤ Di. 12.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

### Koreanische Küche

- Kurs 2915

➤➤➤ Di. 26.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

### Koreanische Küche

- Kurs 2915A

➤➤➤ Fr. 29.11.2024, 16:30 – 20:30 Uhr

➤➤➤ Sa. 30.11.2024, 10:00 – 13:45 Uhr

### K-Pop-Tanzen Wochenend-Workshop

- Kurs 2880

➤➤➤ Mi. 06.11. 2024, 20:00 Uhr

### „Endstation der Sehnsüchte“ – Koreanische Filmvorstellung

- Kurs 2258

➤➤➤ Mi. 20.11.2024, 20:00 Uhr

### „Verliebt, Verlobt, Verloren“ – Koreanische Filmvorstellung

- Kurs 2259



## FEIERLICHER ABSCHLUSS DES KOREA THEMENMONATS

➤➤➤ Sa. 30.11.2024, 14:00 – 18:00 Uhr

### Koreanisches Adventskonzert

- Kurs 3860

Unter der Schirmherrschaft von  
Ministerpräsidentin Anke Rehlinger



• Die  
Ministerpräsidentin  
**SAARLAND**



Anmeldung und weitere Informationen  
unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)



## WEITERE SPRACHEN

Beratung und Einstufung jeweils beim ersten Unterrichtstermin.  
Die Lehrmaterialien werden zu Beginn bekannt gegeben.

## ARABISCH

## Arabisch A1 Stufe 1

## ● Kurs 3801

*Hedi Ben Dkhil*

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Arabisch A1 Stufe 2

## ● Kurs 3802

*Mohamad Hijazi*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 21  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Arabisch A1 Stufe 3

## ● Kurs 3803

*Hedi Ben Dkhil*

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Arabisch A2 Stufe 2

## ● Kurs 3804

*Mohamad Hijazi*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 21  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

In Kooperation mit den Freunden  
Bulgariens e.V.

Bulgarisch für zweisprachig  
aufwachsende Kinder

## ● Kurs 3807

09:30-13:00 Uhr u. 13:00-17:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 25  
(Textiler Werkraum)  
456 UST, gebührenfrei  
*Weitere Informationen auf Anfrage*

## CHINESISCH

## Chinesisch A1 Stufe 1

## ● Kurs 3810

*Chunhong Hu*

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Chinesisch A1 Stufe 2

## ● Kurs 3812

*Chunhong Hu*

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Chinesisch A2 Stufe 2

## ● Kurs 3814

*Chunhong Hu*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

## Chinesische Schriftzeichen

Die chinesischen Schriftzeichen werden als eine Art abstrahierte Bilderschrift nicht nur in China, sondern auch in Korea und Japan mit jeweils eigener Aussprache verwendet.

Im Kurs soll ein Grundzeichenschatz schreibend und lesend erworben werden. Es handelt sich also nicht um einen Sprachkurs, sondern eher um ein Erlernen und Verstehen einer wunderschönen 4000 Jahre alten Schrift. Wir schreiben mit weichem Bleistift, bei fortgeschrittenen Kenntnissen kann eventuell auch an Kalligraphie mit Pinsel und Tusche gedacht werden.

## ● Kurs 3817

*Stephan Weidauer*

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 10 Termine  
Günter-Wöhe-Schulen, Raum 25  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**GRIECHISCH****Griechisch A1 Stufe 2**● **Kurs 3820***Christina Giannoulis*

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 19.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 14  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Griechisch A1 Stufe 4**● **Kurs 3822***Christina Giannoulis*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 15  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**ALTGRIECHISCH**

**„Altgriechisch für alle“ –  
 Zweisprachige Texte kennenlernen  
 ohne Grammatik zu pauken**

Altgriechisch ist alles andere als eine „tote Sprache“. Als älteste noch gesprochene Sprache in Europa lebt es nicht nur im Neugriechischen weiter, sondern ist die Mutter fast aller europäischen Sprachen. Anhand zweisprachig griechisch-deutscher Texte soll die Schönheit dieser Sprache erfüllt werden. Sie werden sehen, welche Fülle an Schönheit und Weisheit, Gemeinem und Grausamen, Mitgefühl und Allzumenschlichem es in griechischen Originalen zu finden gibt. „Lernt Griechisch, damit ihr, wenn ihr die

Philosophen, die Theologen, die Geschichtsschreiber, die Redner, die Dichter lest, bis zur Sache selbst vordringt, nicht ihre Schatten umarmt ...“

-Melanchthon-

● **Kurs 3824***Stephan Weidauer*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 13 Termine  
 Günter-Wöhe-Schulen, Raum 25  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**HEBRÄISCH****Hebräisch A1 Stufe 2**● **Kurs 3826***Sandra Ahr-Vahrenhorst*

Mi. 19:30-21:00 Uhr  
 ab 30.10.2024, 10 Termine  
 Günter-Wöhe-Schulen, Raum 18  
 20 UST, EUR 63,00 (41,00)

**Hebräisch A1 Stufe 3**● **Kurs 3827***Sandra Ahr-Vahrenhorst*

Mi. 18:00-19:30 Uhr  
 ab 30.10.2024, 10 Termine  
 Günter-Wöhe-Schulen, Raum 18  
 20 UST, EUR 63,00 (41,00)

**Dozentinnen und Dozenten**

**MAYUMI  
 STOLZENBERGER-KAWADA**  
 Dozentin Japanisch

» 20 Jahre lang war ich in Tokio und Berlin als Orchestergeigerin tätig. Nach meinem Studium „Japanisch als Fremdsprache“ leite ich nun seit über 10 Jahren auch mit großer Freude Japanischkurse. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie sehr sich meine TeilnehmerInnen für die japanische Sprache und Kultur interessieren. Nicht wenige reisen in mein Heimatland und kommen mit interessanten Reiseberichten zurück. Das ist gelebte Völkerverständigung! «



## Korea hautnah erleben

Schlüpfen Sie in das traditionelle koreanische Gewand Hanbok, das von der Joseon-Dynastie bis heute einen wichtigen Teil der koreanischen Kultur verkörpert. Unsere Hanbok Experience wird nicht nur KDrama-Fans begeistern. Lassen Sie sich diesen Moment von unserem Fotografen verewigen, der Ihnen die Fotos direkt vor Ort ausdrückt.

- Kursnummer 3851

Sa. 02.11.2024, 16:00 – 18:00 Uhr  
vhs-Zentrum, 1. Etage

Die Veranstaltung ist gebührenfrei.  
Um Anmeldung wird gebeten:  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

### JAPANISCH

#### Japanisch A1 Stufe 2

- Kurs 3831

**Mayumi Stolzenberger-Kawada**  
Fr. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 20.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Japanisch A1 Stufe 3

- Kurs 3832

**Mayumi Stolzenberger-Kawada**  
Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Japanisch A1 Stufe 4

- Kurs 3833

**Mayumi Stolzenberger-Kawada**  
Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 3 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

### KOREANISCH

#### Koreanisch A1 Stufe 1

- Kurs 3840

**Young-Joo Choi**  
Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Koreanisch A1 Stufe 2

- Kurs 3842

**Young-Joo Choi**  
Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Koreanisch A1 Stufe 4

- Kurs 3844

**Young-Joo Choi**  
Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Koreanisch A2 Stufe 1

- Kurs 3845

**Young-Joo Choi**  
Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Koreanisch A2 Stufe 2

- Kurs 3846

**Young-Joo Choi**  
Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 13 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 2 OG  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Koreanisch für Fortgeschrittene (A2/B1)

- Kurs 3848

**Young-Joo Choi**  
Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
Altes Rathaus, Raum 5  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Korea jetzt hautnah erleben!

#### Eröffnungsfeier Themenmonat Korea

Begehen Sie mit uns die Eröffnung unseres Themenmonats Korea und freuen Sie sich auf Vertreter der Botschaft der Republik Korea Außenstelle Bonn, einen Festvortrag von Botschafter a.D. Rolf Mafael sowie auf eine Taekwondo-Darbietung. Musikalisch wird die Veranstaltung von

## WEITERE SPRACHEN

koreanischen Künstlern umrahmt. Begleiten Sie uns auf dieser kulturellen Reise und gewinnen Sie viele neue Eindrücke.

● **Kurs 3850**

Sa. 02.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
vhs-Zentrum, Saal 4 OG  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich*

**Hanbok Experience**

Schlüpfen Sie zum Auftakt unseres Themenmonats Korea in das traditionelle koreanische Gewand Hanbok, das von der Joseon-Dynastie bis heute einen wichtigen Teil der koreanischen Kultur verkörpert.

Unsere Hanbok Experience wird nicht nur KDrama-Fans begeistern. Die aufwändig bestickten und aus farbenfrohen Stoffen gefertigten Hanboks sind Kultur zum Anfassen. Lassen Sie sich dieses außergewöhnliche Erlebnis von unserem Fotografen verewigen, der Ihnen die Fotos direkt vor Ort ausdrückt.

● **Kurs 3851**

Sa. 02.11.2024, 16:00 – 18:00 Uhr  
vhs-Zentrum, 1. Etage  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich*

„Die richtigen Laute zur Unterweisung des Volkes“

**Über Koreas Schriften – Vom Chinesischen zur eigenen phonetischen Schrift**

Das Hunminjeongeum (deutsch: Die richtigen Laute zur Unterweisung des Volkes) ist der Text, mit dem König Sejong, der vierte Herrscher der koreanischen Joseon-Dynastie (1392–1910), das koreanische Alphabet einführte. Die Schaffung der Schrift wird auf 1443 und die Veröffentlichung

des Hunminjeongeum auf 1446 datiert.

Tauchen Sie im Rahmen unseres Themenmonats Korea in die Sprache, Geschichte und Kultur des Landes ein!

● **Kurs 3853**

**Stephan Weidauer**

Fr. 22.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 5  
EUR 5,00

*Anmeldung erforderlich bis 20.11.2024*

**Koreanisches Adventskonzert**

Unser Themenmonat Korea wird mit einem koreanischen Adventskonzert abgerundet. Freuen Sie sich auf den koreanischen Kinderchor, koreanische Musiker sowie das Städtische Orchester Sankt Ingbert.

Erleben Sie im festlichen Ambiente des Schlosses einen interkulturellen musikalischen Nachmittag und tauchen Sie in die koreanische Kultur ein.

● **Kurs 3860**

Sa. 30.11.2024, 14:00 – 18:00 Uhr  
Festsaal im Saarbrücker Schloss,  
Schlossplatz, 66119 Saarbrücken  
EUR 20,00 (10,00)

*Anmeldung erforderlich*

*Die Ermäßigung gilt für Kinder bis zu 18 Jahren.*

**KURDISCH**

**Kurdisch A1 Stufe 1**

● **Kurs 3866**

**Moustafa Rehid**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Kurdisch für Fortgeschrittene**

● **Kurs 3867**

**Moustafa Rehid**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 16  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**LATEIN**

**Lateinischer Lesekreis**

Wer möchte lateinische Texte lesen? Dichtung oder Prosa – die Literatur soll von den Interessierten bestimmt werden. Weder Belehrung noch grammatische Vertiefung sollen im Vordergrund stehen. Quis audebit?

Vorbesprechung 25. September.  
Weitere Termine nach Absprache.

● **Kurs 3868**

**Hildegard Redicker**

Mi. 16:30 – 18:00 Uhr  
ab 25.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 14  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**NIEDERLÄNDISCH**

**Niederländisch A1 Stufe 1**

● **Kurs 3870**

**Annelies Bourgeois**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 12.11.2024, 10 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**Niederländisch A1 Stufe 2**

● **Kurs 3872**

**Suzanne De Graaf**

Mo. 15:00 – 16:30 Uhr  
ab 28.10.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 16  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)



## Buchen Sie Ihre Firmenschulung bei uns!

Berufsorientierte Sprachkurse fördern die fremdsprachliche sowie die interkulturelle Kompetenz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und gewährleisten so den professionellen Umgang sowohl mit Geschäftspartnern als auch mit Kunden.

Wir bieten Ihnen qualifizierten Sprachunterricht individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens zugeschnitten:

- Englisch • Französisch • Spanisch
- Weitere Sprachen auf Anfrage
- Inhouse oder an einem anderen geeigneten Ort

Beratung und Information:  
Sydney Müller | Fon 0681 506-4348  
sydney.mueller@rvsbr.de

### PERSISCH

#### Persisch für Kinder

- **Kurs 3875**  
*Morteza Narimani*  
Sa. 15:00 – 16:00 Uhr  
ab 21.09.2024, 10 Termine  
Altes Rathaus, Raum 15  
13,3 UST, EUR 50,00

### POLNISCH

#### Polnisch A1 Stufe 1

- **Kurs 3877**  
*Lidia Schmidt*  
Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 17  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Polnisch A1 Stufe 3

- **Kurs 3878**  
*Lidia Schmidt*  
Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 18  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Polnisch A2 Stufe 4

- **Kurs 3879**  
*Lidia Schmidt*  
Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 15  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

### PORTUGIESISCH

#### Portugiesisch A1 Stufe 1

- **Kurs 3880**  
*Manuela Alves-Weyers*  
Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Portugiesisch A1 Stufe 3

- **Kurs 3882**  
*Manuela Alves-Weyers*  
Mo. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 13 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

#### Portugiesisch B2 e Conversação

- **Kurs 3884**  
*Manuela Alves-Weyers*  
Mi. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 13 Termine  
Altes Rathaus, Raum 6  
26 UST, EUR 82,00 (61,50)

### Vivam as férias!

#### Portugiesisch für den Urlaub

Dieser Kurs ist eine gute Vorbereitung für alle, die in kurzer Zeit sprachlich fit für die Reise in ein portugiesischsprachiges Land werden wollen. Sie lernen Redewendungen sowie einen Grundwortschatz, der es Ihnen ermöglicht, sich in typischen Alltagssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen etc. zurechtzufinden.

- **Kurs 3886**  
*Manuela Alves-Weyers*  
Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
G.-Wöhe-Schulen, Raum 13  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)

**RUSSISCH****Russisch A1 Stufe 1**● **Kurs 3890***Natalya Diester*

Di. 16:30 – 18:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Russisch A1 Stufe 2**● **Kurs 3892***Natalya Diester*

Do. 19:30 – 21:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Russisch A1 Stufe 4**● **Kurs 3894***Natalya Diester*

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 19.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Russisch A2 Stufe 1**● **Kurs 3896***Natalya Diester*

Do. 16:30 – 18:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**Russisch B1 Stufe 2**● **Kurs 3898***Natalya Diester*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 13 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 6  
 26 UST, EUR 82,00 (61,50)

**UKRAINISCH****Ukrainisch A1 Stufe 1**● **Kurs 3899***Oksana Lishchuk*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
 ab 17.09.2024, 10 Termine  
 G.-Wöhe-Schulen, Raum 15  
 20 UST, EUR 63,00 (47,00)

In Kooperation mit  
 UkraineFreundeSaar e.V.

**Ukrainisch für Kinder**

Kinder 6-7 Jahre

● **Kurs 3899A**

Sa. 11:00 – 12:40 Uhr  
 ab 07.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 15  
 Weitere Informationen auf Anfrage

**Ukrainisch für Kinder**

Kinder 10-12 Jahre

● **Kurs 3899B**

Sa. 11:00 – 12:40 Uhr  
 ab 07.09.2024, 10 Termine  
 Altes Rathaus, Raum 14  
 Weitere Informationen auf Anfrage

Sie möchten einen Nachweis über Ihre Kursteilnahme?  
 Lassen Sie sich Ihre Teilnahme an unseren Kursen durch eine Teilnahmebestätigung dokumentieren!

**Dozentinnen und Dozenten**

**MANUELA ALVES-WEYERS**  
 Dozentin Portugiesisch

» Ich habe meine Jugend in Mosambik und Portugal verbracht und lebe jetzt bereits seit über 40 Jahren hier im Saarland, das zu meiner zweiten Heimat geworden ist. Ich arbeite gerne mit den unterschiedlichsten Menschen zusammen und unterrichte seit mehr als 35 Jahren mit viel Freude meine Muttersprache an der Volkshochschule. Ich freue mich darauf, Ihnen die portugiesische Sprache und deren Kulturen näherzubringen. «

### Verantwortlich für den Programmbereich Deutsch und Integration



#### **Maria-Elena Korobov-Köhler**

*Programmbereichsleitung*

Altes Rathaus, Zi. 3

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4351

maria-elena.korobov-koehler@rvsbr.de

oder

daf@rvsbr.de



### Inhalt

- Prüfungen 260
- Integration 264
- Crash- und Abendkurse 266
- Zusatzangebote 268

### Lehrbücher

werden nach der ersten Woche in den Kursen bekannt gegeben.

### Servicezeiten

Mo - Fr	08:30 – 12:00 Uhr
Mo + Di	13:30 – 15:00 Uhr
Do	13:30 – 16:00 Uhr

Andere Termine nach vorheriger Vereinbarung unter der Mail [daf@rvsbr.de](mailto:daf@rvsbr.de) oder telefonisch unter 0681 506-4351, 0681 506-4360 oder 0681 506-4361.

### Firmenkurse

Gerne bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Sprachkurse (auch Inhouse-Schulungen) für Ihr Unternehmen an.

### Online-Kurse

Unser bestehendes Online-Angebot wird kontinuierlich ausgebaut. Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an Frau Korobov-Köhler.

## Beratung und Information



**Simone Peil**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 3  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4360  
simone.peil@rvsbr.de  
oder daf@rvsbr.de

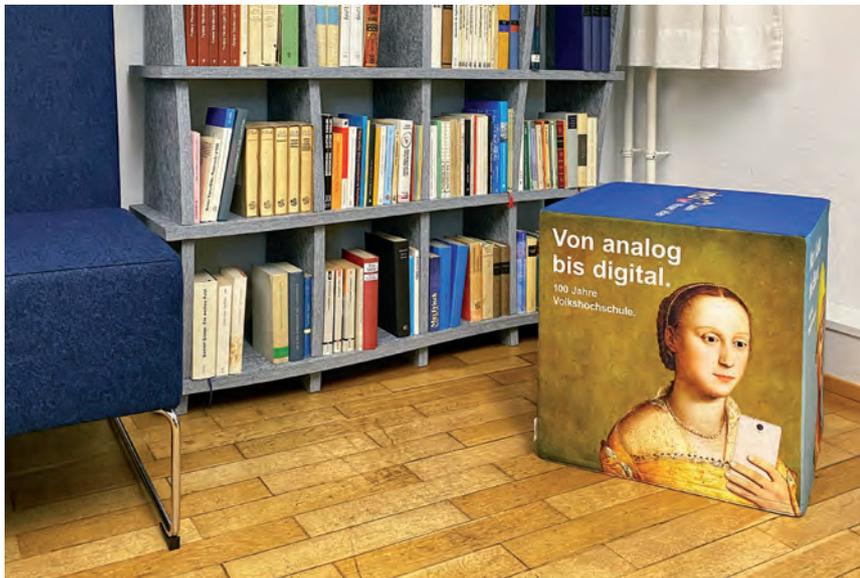


**Andrea Heib**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 3 und Zi. 28  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4330  
andrea.heib@rvsbr.de  
oder daf@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Sabine Saar-Sacher**  
*Sachbearbeiterin*  
Altes Rathaus, Zi. 3  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4353  
sabine.saar-sacher@rvsbr.de  
oder daf@rvsbr.de

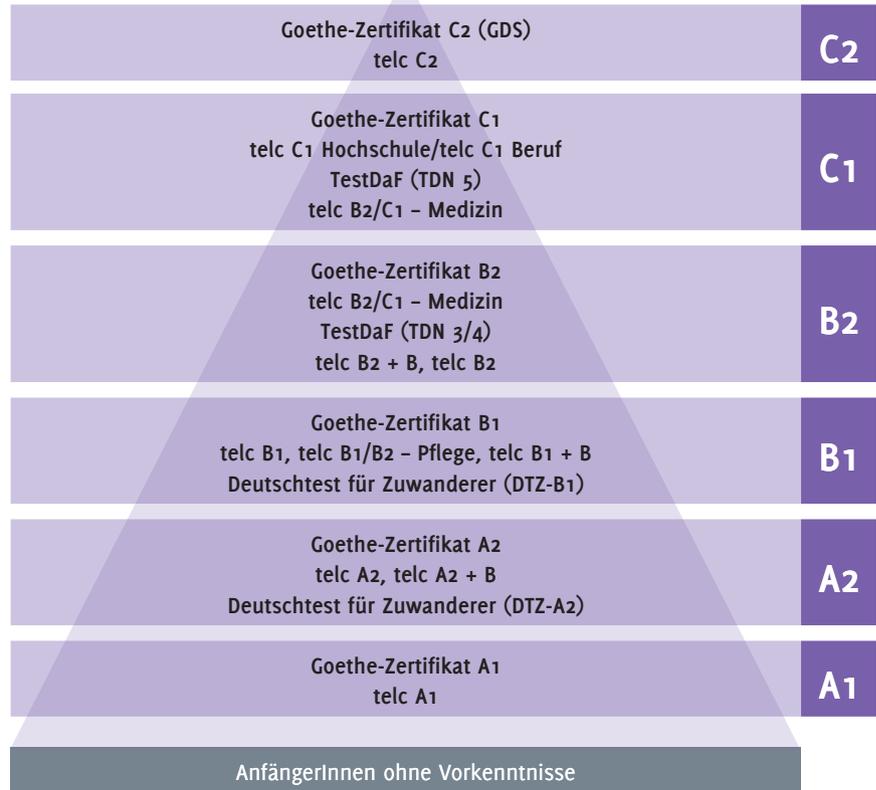


## PRÜFUNGSANGEBOTE

Die vhs Regionalverband Saarbrücken ist Prüfungszentrum des Goethe-Instituts, des TestDaF-Instituts und der telc gGmbH.

- Goethe-Institut  
[www.goethe.de](http://www.goethe.de)
- telc  
[www.telc.net](http://www.telc.net)
- TestDaF  
[www.testdaf.de](http://www.testdaf.de)
- Einbürgerungstest/  
Leben in Deutschland  
[www.bamf.de](http://www.bamf.de)

## PRÜFUNGSBAUSTEINE



### Elementare Sprachverwendung

#### A1

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen, verstehen und verwenden. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, welche Leute sie kennen oder welche Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

#### A2

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

### Selbstständige Sprachverwendung

#### B1

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessensgebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

#### B2

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

### Kompetente Sprachverwendung

#### C1

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

#### C2

Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

Bitte beachten Sie:

- Anmeldungen zu Prüfungen sind nur persönlich mit Ausweis/Reisepass möglich.
- Die Prüfungsgebühr ist bei Anmeldung zu entrichten.
- Je Termin steht nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen zur Verfügung. Sind diese belegt, werden auch vor Ende der Anmeldefrist keine weiteren Plätze mehr vergeben.
- Bei unentschuldigtem Fehlen oder verspäteter Abmeldung wird eine Gebühr von bis zu 100% der Prüfungsgebühr fällig.
- Die Prüfungsergebnisse liegen je nach Anbieter erst sechs bis acht Wochen nach dem Prüfungstermin vor.

### Prüfungen des Goethe-Instituts für Kinder und Jugendliche

- A1 (10-16 Jahre)
- A2 (12-16 Jahre)
- B1 (12-16 Jahre)

Termine nach Bedarf und Absprache

### Prüfungen auf Niveau A1 und A2

Die beiden Grundstufenprüfungen Deutsch A1 und A2 wurden entwickelt, um Deutschlernenden unterhalb der Ebene des „Zertifikats Deutsch B1“ die Möglichkeit zu geben, ihre Sprachkenntnisse und -fortschritte nach zeitgemäßen und international anerkannten Standards testen und feststellen zu lassen. Sie liegen am Ende der Sprachniveaus A1 (für „Ehegattennachzug“) und A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

#### Goethe-Zertifikat A1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 65 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in Gruppen mit bis zu vier Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

*Anmeldung: bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin*

05.11.2024	11.02.2025
10.12.2024	11.03.2025
14.01.2025	08.04.2025

#### ● Kurs 5100

EUR 80,00

#### Goethe-Zertifikat A2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 70 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

*Anmeldung: bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin*

05.11.2024	14.01.2025
11.03.2025	

#### ● Kurs 5101

EUR 95,00

### Prüfungen auf Niveau B1

#### telc – Deutsch B1

#### Zertifikat Deutsch zur Einbürgerung

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen/Sprachbausteine, Hören und Schreiben und dauert ca. 150 Minuten. Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

*Anmeldung: bis sechs Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin*

27.11.2024	26.02.2025
11.12.2024	12.03.2025
15.01.2025	26.03.2025
29.01.2025	09.04.2025
12.02.2025	

#### ● Kurs 5104

EUR 145,00

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5470).

#### Goethe-Zertifikat B1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 165 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.

*Anmeldung bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin*

25.10.2024	21.02.2025
22.11.2024	21.03.2025
13.12.2024	11.04.2025
24.01.2025	

#### ● Kurs 5105

EUR 145,00

## Prüfungen auf Niveau B2

### Goethe-Zertifikat B2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 180 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 15 Minuten.

Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.

Anmeldung: bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

08.11.2024            07.03.2025

18.01.2025           04.04.2025

07.02.2025

● **Kurs 5108**

EUR 165,00

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5471W).

### telc – Deutsch B2

Anmeldung: bis sechs Wochen vor möglichem Prüfungstermin

Termine nach Bedarf und Absprache

● **Kurs 5109**

EUR 165,00

## Prüfungen auf Niveau C1

### Goethe-Zertifikat C1

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 180 Minuten.

Die mündliche Prüfung wird in der Regel mit zwei Teilnehmenden durchgeführt und dauert ca. 20 Minuten.

Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse entsprechen einem Gesamtzeugnis.

Anmeldung: bis fünf Wochen vor gewünschtem Prüfungstermin

11.10.2024            21.02.2025

08.11.2024           21.03.2025

24.01.2025           11.04.2025

● **Kurs 5112**

EUR 185,00

Bitte beachten Sie das Kursangebot zur Prüfungsvorbereitung (Kurs 5472W).

### telc – Deutsch C1

#### telc – Deutsch C1 Hochschule

#### telc – Deutsch C1 Beruf

Die Hochschulrektoren- und die Kultusministerkonferenz erkennen das Zertifikat telc Deutsch C1 Hochschule als Nachweis der sprachlichen Studierfähigkeit ausländischer StudienbewerberInnen in Deutschland an. Auch an zahlreichen Hochschulen in Österreich und der Schweiz sind telc Zertifikate anerkannt.

Anmeldung: bis sechs Wochen vor möglichem Prüfungstermin

Termine nach Bedarf und Absprache

● **Kurs 5113**

EUR 185,00

## Dozentinnen und Dozenten



**MARIA-ELENA  
KOROBOV-KÖHLER**  
Dozentin Deutsch

» Als langjährige Dozentin für Deutsch als Fremdsprache ist für mich die authentische Vermittlung unserer Sprache sehr wichtig, damit den Lernenden überall da, wo sie ihre Deutschkenntnisse anwenden möchten oder müssen, eine erfolgreiche Kommunikation gelingt.

Daneben sehe ich den kulturellen Austausch mit Menschen aus aller Welt als echte Bereicherung an: Wenn das Erlernen einer Sprache Spaß macht und man sich auf Augenhöhe begegnet, eröffnen sich sowohl den Lernenden als auch den Lehrenden neue Horizonte und Perspektiven, von denen alle profitieren können. «

## Prüfungen auf Niveau C2

### Goethe-Zertifikat C2

Die schriftliche Prüfung besteht aus den drei Teilen Lesen, Hören und Schreiben und dauert ca. 195 Minuten.

Das Modul Sprechen wird in der Regel als Einzelprüfung abgelegt und dauert ca. 15 Minuten.

Die Module können einzeln oder in Kombination abgelegt werden. Die vier Einzelzeugnisse der Module entsprechen einem Gesamtzeugnis.

*Anmeldung: bis fünf Wochen vor  
gewünschtem Prüfungstermin*

25.10.2024                      25.03.2025

#### ● Kurs 5115

EUR 235,00

## Prüfungen für Studierende und StudienbewerberInnen

### TestDaF

TestDaF ist ein Prüfungsformat für StudienbewerberInnen mit guten fortgeschrittenen Deutschkenntnissen, Studierende, die ein in ihrem Heimatland begonnenes Studium in Deutschland fortsetzen wollen, aber auch für Interessierte, die ihr Sprachniveau testen möchten. Teilnehmende, die in allen vier Fertigkeiten mindestens die Niveaustufe 4 erreicht haben, sind in Deutschland von der Sprachprüfung für den Hochschulzugang (DSH) befreit, manche Universitäten und Fachhochschulen haben aber auch Regelungen, die darunterliegen.

#### ● Kurs 5120

EUR 215,00

Termine und Anmeldung zur  
TestDaF-Prüfung nur online unter  
[www.testdaf.de](http://www.testdaf.de)

### DSH

**In Zusammenarbeit mit der TU  
Kaiserslautern (externe Prüfung)**

*Anmeldung: bis vier Wochen vor  
gewünschtem Prüfungstermin bei  
Markus Amberger, TU Kaiserslautern*

**E-Mail: [amberger@isgs.uni-kl.de](mailto:amberger@isgs.uni-kl.de)**

Termine sind unter der genannten  
Mailadresse zu erfragen.

#### ● Kurs 5121

Mo. 16.09.2024, 00:00 – 00:00 Uhr  
EUR 170,00

## Einbürgerungstest

### Einbürgerungstest

*Anmeldung: bis fünf Wochen vor  
gewünschtem Prüfungstermin*

09.11.2024:

10.00 (5151B)

11.00 (5151BB)

12.00 (5151BBB)

07.12.2024:

10.00 (5151C)

11.00 (5151CC)

12.00 (5151CCC)

08.02.2025:

10.00 (5151D)

11.00 (5151DD)

12.00 (5151DDD)

15.03.2025:

10.00 (5151E)

11.00 (5151EE)

12.00 (5151EEE)

Je Termin steht nur eine begrenzte  
Anzahl an Plätzen zur Verfügung. Sind  
diese belegt, werden auch vor Ende der  
Anmeldefrist keine weiteren Plätze mehr  
vergeben.

EUR 25,00

## SPRACH- UND INTEGRATIONSANGEBOTE FÜR BESONDERE ZIELGRUPPEN

### Hinweise für Teilnehmende an Integrationskursen für Zugewanderte

#### 1. Was sind Integrationskurse?

Diese Kurse sollen vor allem die sprachlichen, aber auch politisch-kulturellen Grundlagen für eine erfolgreiche Integration von Zugewanderten in die Gesellschaft der Bundesrepublik schaffen.

#### 2. Was ist das Besondere an unseren Integrationskursen?

Die vhs Regionalverband Saarbrücken hat jahrzehntelange Erfahrung in den Bereichen Deutsch als Fremdsprache/ Zweitsprache.

#### 3. Wer kann an den Integrationskursen teilnehmen?

Grundsätzlich haben ausländische MitbürgerInnen mit perspektivischem Daueraufenthalt (d. h. Mindestaufenthaltsberechtigung von mehr als einem Jahr), Staatsangehörige der EU, SpätaussiedlerInnen einschließlich deren Familienangehörige sowie deutsche Staatsangehörige mit erheblichen Sprachdefiziten die Möglichkeit zur Teilnahme.

**4. Informationen zu Teilnahmebedingungen, Kursarten, Kosten und Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage unter [www.vhs-saarbruecken.de/programm/sprachen/bereich/kategorien/kategorie/Deutsch+Integrationsangebote/](http://www.vhs-saarbruecken.de/programm/sprachen/bereich/kategorien/kategorie/Deutsch+Integrationsangebote/) und auf der Homepage des BAMF unter [www.bamf.de/DE/Willkommen/DeutschLernen/](http://www.bamf.de/DE/Willkommen/DeutschLernen/)**

## INTEGRATIONSKURSE

### Integrationskurse mit Alphabetisierung

Integrationskurse mit Alphabetisierung richten sich an ausländische Deutschlernende, die nicht alphabetisiert sind bzw. das lateinische Alphabet nicht oder nur sehr unzureichend beherrschen. Förderung durch Jobcenter oder BAMF möglich.

Für diese Kurse ist eine persönliche Beratung erforderlich.

### Integrationskurse mit Alphabetisierung Modul 1-9

● **Kurs 5202**

Beginn auf Anfrage  
Persönliche Anmeldung erforderlich

## Basis- und Aufbaukurse Integration

### Basis- und Aufbaukurs Integration Modul 1-6

● **Kurs 5210**

Mo. - Fr. 09:00 – 13:15 Uhr  
oder  
Mo. - Fr. 13:30 – 17:45 Uhr  
Modul 1-3, 60 Termine, 300 UE  
Modul 4-6, 60 Termine, 300 UE  
0-Kurs, 20 Termine, 100 UE  
Beginn auf Anfrage  
Persönliche Anmeldung erforderlich

### Aufbaukurs Integration Modul 4-6

● **Kurs 5220**

Mo. - Fr. 09:00 – 13:15 Uhr  
oder  
Mo. - Fr. 13:30 – 17:45 Uhr  
Modul 4-6, 60 Termine, 300 UE  
Beginn auf Anfrage  
Persönliche Anmeldung erforderlich

### Orientierungskurs Integration

● **Kurs 5230**

Mo. - Fr. 09:00 – 13:15 Uhr  
oder  
Mo. - Fr. 13:30 – 17:45 Uhr  
20 Termine, 100 UST  
Beginn auf Anfrage  
Persönliche Anmeldung erforderlich

### Integrationskurs am Abend

● **Kurs 5235**

Mo. - Do. 17:45 – 21:00 Uhr  
Beginn auf Anfrage  
Persönliche Anmeldung erforderlich

## Dozentinnen und Dozenten



### **KARIN SCHUCK**

*Dozentin für Deutsch*

» An der Volkshochschule unterrichte ich Deutsch als Fremdsprache seit 2017.

*Ich bin Diplomübersetzerin für Englisch und Französisch und habe die Berechtigung in BAMF-Kursen auf allen Sprachniveaus von Alphabetisierungskursen bis zu Berufssprachkursen zu unterrichten.*

*Der Praxisbezug bei der Vermittlung von Deutsch als Fremdsprache ist für mich von zentraler Bedeutung, da wirkliche Integration im Alltag und im Berufsleben nur durch ausreichende deutsche Sprachkenntnisse möglich ist. «*

### Berufsbezogene Sprachkurse für Zugewanderte (Deutschsprachförderung nach § 45 AufenthG)

#### Berufsbezogene Sprachkurse

Seit 2009 werden an der vhs Regionalverband Saarbrücken berufsbezogene Sprachkurse für Zugewanderte als Brücke zum Einstieg in eine Qualifizierung oder Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt angeboten.

Diese Kurse umfassen 400 - 500 UE und richten sich an Migrantinnen und Migranten, die sich nach abgeschlossenem Integrationskurs noch sprachlich weiterbilden möchten. Angeboten werden Module mit dem Zielniveau A2, B1, B2 und C1. Nach Kursende absolvieren die Teilnehmenden eine Abschlussprüfung auf dem jeweiligen Zielniveau.

Am Ende der Maßnahmen verfügen die Teilnehmenden über allgemein berufssprachliche Kenntnisse, die sie in die Lage versetzen sollen, eine Qualifizierung oder Umschulung zu beginnen.

#### ● Kurs 5240

Beginn auf Anfrage

Persönliche Anmeldung erforderlich

### „Mama lernt Deutsch“ – Kurse für Frauen, Mütter und Eltern

Sie möchten gern Deutsch lernen, hatten aber bisher noch keine Gelegenheit dazu? Vielleicht haben Sie 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 Frauen, Mütter und Väter, die neu zugewandert sind oder schon länger in Deutschland leben.

In einer kleinen Gruppe beschäftigen Sie sich mit Themen aus Ihrem Alltag, z. B.:

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

Sie können jederzeit in einen Kurs einsteigen.

Die Kurse sind kostenfrei und werden in Kooperation mit dem Bildungsministerium des Saarlandes durchgeführt.

#### ● Kurs 5270

Orte und Zeiten auf Anfrage

Informationen zu den Kursen 5270:

Andrea Heib

Fon 0681 506-4330

andrea.heib@rvsbr.de

### CRASHKURSE

#### Anmeldung erforderlich!

Bitte beachten:

Die Kursgebühr von EUR 650,00 (600,00) ist bei Anmeldung zu entrichten.

Bei Ratenzahlung:

1. Rate bei Anmeldung	EUR 300,00
2. Rate bis 04.11.2024	EUR 175,00 (EUR 150,00)
3. Rate bis 04.12.2024	EUR 175,00 (EUR 150,00)

- Bei Anmeldung zur Erlangung eines Sprachvisums wird eine Gebühr in Höhe von 300,00 Euro fällig. Bei Kursantritt wird diese Summe mit der Kursgebühr verrechnet.
- Bei begründeter Rückzahlung, Teilrückzahlung oder Stornierung des Kurses wird eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 10% erhoben.
- Eine Abmeldung nach Kursbeginn muss schriftlich mit Begründung und Beleg erfolgen. Abmeldungen nach Semesterende sind generell nicht möglich. Bitte beachten Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
- Zu Kursbeginn kann ein Einstufungstest stattfinden.
- Das lateinische Alphabet muss für alle Crashkurse sicher beherrscht werden.
- Aufgrund der Raumkapazitäten ist die Anzahl der Plätze begrenzt.

## CRASHKURSE AM VORMITTAG

Beginn: 18.09.2024

### Grundstufe I (A1)

Vorkenntnisse keine

● **Kurs 5301**

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 60 Termine  
300 UST, EUR 650,00 (600,00)

### Grundstufe III (A2)

Vorkenntnisse min. A1,2

● **Kurs 5303**

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 60 Termine  
300 UST, EUR 650,00 (600,00)

Beginn: 16.09.2024

### Grundstufe V (B1)

Vorkenntnisse min. A2,2

● **Kurs 5305**

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 60 Termine  
300 UST, EUR 650,00 (600,00)

### Mittelstufe II (B2)

Vorkenntnisse min. B1,2

● **Kurs 5307**

Mo. - Do. 09:00 – 13:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 60 Termine  
300 UST, EUR 650,00 (600,00)

## ABENDKURSE

### Anmeldung erforderlich!

Bitte beachten:

Die Kursgebühr von EUR 250,00 (230,00) ist bei Anmeldung zu entrichten.

Bei Ratenzahlung:

- |                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| 1. Rate bei Anmeldung  | EUR 100,00               |
| 2. Rate bis 04.11.2024 | EUR 75,00<br>(EUR 65,00) |
| 3. Rate bis 04.12.2024 | EUR 75,00<br>(EUR 65,00) |

- Bei begründeter Rückzahlung, Teilrückzahlung oder Stornierung des Kurses wird eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 10% erhoben.
- Eine Abmeldung nach Kursbeginn muss schriftlich mit Begründung und Beleg erfolgen. Abmeldungen nach Semesterende sind generell nicht möglich. Bitte beachten Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
- Zu Kursbeginn kann ein Einstufungstest stattfinden.
- Das lateinische Alphabet muss für alle Abendkurse sicher beherrscht werden.
- Aufgrund der Raumkapazitäten ist die Anzahl der Plätze begrenzt.

Beginn: 16. bzw. 17.09.2024

### Grundstufe I (A1.1)

Vorkenntnisse keine

● **Kurs 5421**

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15  
ab 16.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Dozentinnen und Dozenten



### HARALD TOADER

Dozent Deutsch

» Seit 2012 unterrichte ich Deutsch als Fremdsprache an der Volkshochschule. Als gelernter Übersetzer und Dolmetscher weiß ich, wie wichtig effektive Kommunikation ist. Das gilt vor allem auch für diejenigen, die hier in Deutschland Fuß fassen möchten und die Sprache beherrschen müssen. Es heißt nicht umsonst „Deutsche Sprache, schwere Sprache“. Daher sind für mich als Dozent Spaß am Unterricht und spielerisches Lernen essentiell – nicht nur um Hemmschwellen abzubauen. Wenn man in angenehmer Atmosphäre Interesse wecken und Freude an einer Sprache vermitteln kann, kommen die Lernerfolge ganz von alleine. «

## Grundstufe II (A1.2)

Vorkenntnisse min. A1,1

● **Kurs 5422**

Di u. Do. 18:00 – 20:15  
ab 17.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Grundstufe III (A2.1)

Vorkenntnisse min. A1,2

● **Kurs 5423**

Mo. u. Do. 18:00 – 20:15  
ab 16.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Grundstufe V (B1.1)

Vorkenntnisse min. A2,2

● **Kurs 5425**

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15  
ab 16.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Mittelstufe I (B1.2)

Vorkenntnisse min. B1.1

● **Kurs 5431**

Di. u. Do. 18:00 – 20:15  
ab 17.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Mittelstufe III (B2.2)

Vorkenntnisse min. B2.1

● **Kurs 5433**

Di. u. Do. 18:00 – 20:15  
ab 17.09.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## Oberstufe I (C1.1)

Vorkenntnisse min. B2,2

● **Kurs 5434**

Mo. u. Mi. 18:00 – 20:15 Uhr  
ab 28.10.2024, 30 Termine  
90 UST, EUR 250,00 (230,00)

## ZUSATZANGEBOTE

Bei weniger als sechs Teilnehmenden wird die endgültige Gebühr bzw. Stundenzahl nach dem ersten Kurstag festgelegt.

Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu entrichten.

### Grammatik und Rechtschreibung

Vorkenntnisse B1,1 - B2,1

Dieser Kurs bietet eine systematische Wiederholung und Vertiefung wichtiger Themen der Grammatik und Rechtschreibung für Deutschlernende. So festigen Sie Ihre Grammatik- und Rechtschreibkenntnisse, um künftig die deutsche Sprache mit mehr Sicherheit anwenden zu können.

● **Kurs 5444**

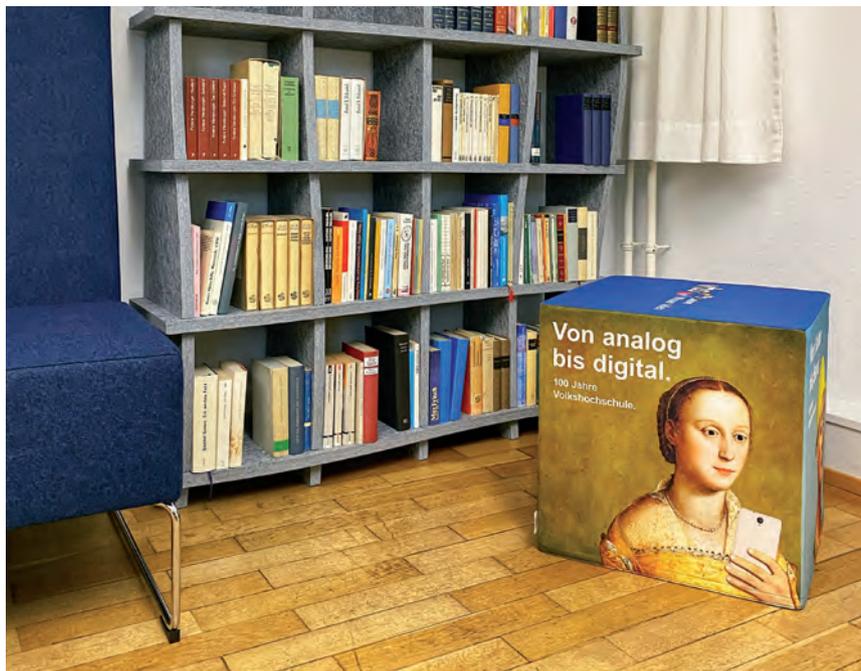
Mi. 16:00 – 18:15 Uhr  
ab 30.10.2024, 10 Termine  
30 UST, EUR 135,00

### Phonetik – Deutsche Aussprache

Sprechen – Verstehen – Diskutieren mit klarer Aussprache. Wer kennt es nicht: Fremde Sprache – ein anderes Lautbild, eine andere Sprechmelodie etc. In diesem Kurs beschäftigen wir uns gezielt mit dem Mündlichen der deutschen Sprache in verschiedenen Situationen.

● **Kurs 5460**

Sa. 10:00 – 13:00 Uhr  
ab 09.11.2024, 7 Termine  
Weitere Kurstage werden auf Anfrage festgelegt  
28 UST, EUR 145,00



## PRÜFUNGSVORBEREITUNG

Bei weniger als sechs Teilnehmenden wird die endgültige Gebühr bzw. Stundenzahl nach dem erste Kurstag festgelegt.  
Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu entrichten.

### Prüfungsvorbereitung – telc Zertifikat Deutsch B1

Vorkenntnisse min. B1,2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich auf die Prüfung telc Zertifikat Deutsch B1 vorbereiten.

● **Kurs 5470**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

4 Termine

Kurstage werden auf Anfrage festgelegt  
8 UST, EUR 50,00

🏠 **Online-Kurs**

### Onlinekurs Prüfungsvorbereitung – Goethe Zertifikat B2

Vorkenntnisse min. B2,2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat B2 vorbereiten.

Technische Voraussetzungen:

- PC/Laptop/Netbook/Chromebook/ Tablet/iPad
- Headset/Lautsprecher und Mikrofon
- Internetzugang mit dem vorhandenen Gerät
- Account in der vhs-Cloud
- Browser: Google Chrome/ Mozilla Firefox/Safari

● **Kurs 5471W**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr

4 Termine

Kurstage werden auf Anfrage festgelegt  
8 UST, EUR 50,00

🏠 **Online-Kurs**

### Onlinekurs Prüfungsvorbereitung – Goethe Zertifikat C1

Vorkenntnisse min. C1,2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich auf die Prüfung Goethe Zertifikat C1 vorbereiten.

Technische Voraussetzungen:

- PC/Laptop/Netbook/Chromebook/ Tablet/iPad
- Headset/Lautsprecher und Mikrofon
- Internetzugang mit dem vorhandenen Gerät
- Account in der vhs-Cloud
- Browser: Google Chrome/ Mozilla Firefox/Safari

● **Kurs 5472W**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

4 Termine

Kurstage werden auf Anfrage festgelegt  
8 UST, EUR 50,00

## Dozentinnen und Dozenten



**KIRSI KAARINA NIKUNEN**  
Dozentin Deutsch

» Als Dozentin für Deutsch als Fremdsprache, die selbst vor 30 Jahren die Sprache gelernt hat, kenne ich die Schwierigkeiten und Herausforderungen der deutschen Sprache. Deshalb lege ich viel Wert darauf, dass von vorne an solide Grundlagen für die mündliche und schriftliche Kommunikation in Alltag und Arbeitswelt erworben werden. Methodisch benutze ich dazu neben Partnerarbeit und Projektarbeit auch die Möglichkeiten der digitalen Welt, z. B. die vhs.cloud und verschiedene Apps. Der Austausch von Erfahrungen in der Gruppe und die Gespräche helfen den Lernenden, sich schneller in der deutschen Gesellschaft zurechtzufinden und den eigenen Horizont zu erweitern. Und natürlich lerne auch ich selbst täglich etwas Neues von anderen Kulturen. «

### Verantwortlich für den Programmbereich

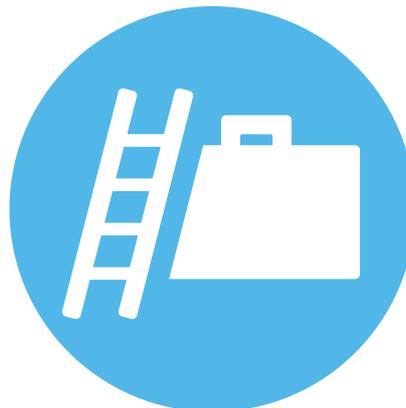


**Melanie Scazzari**  
Programmbereichsleiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4340  
Fax 0681 506-4398  
melanie.scazzari@rvsbr.de

### Inhalt

• Schlüsselkompetenzen	272
• Kaufmännische Weiterbildung	281
• EDV und Kommunikationstechnik für Ältere	289
• EDV-Informatik zielgruppenübergreifend	291
• Office-Anwendungen	296
• Programmierung	303
• Technische Informatik / KI	304
• Mediengestaltung	305
• Webdesign und Content-Management	308
• Junge vhs	309
• Agentur für Lernförderung	315

## Arbeit und Beruf



## Beratung und Information



**Franziska Bartosch**  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4339  
Fax 0681 506-4390  
franziska.bartosch@rvsbr.de



**Michael Bernardi**  
Pädagogischer Mitarbeiter  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4342  
Fax 0681 506-4398  
michael.bernardi@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



**Katrin Malek**  
Sachbearbeiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4341  
Fax 0681 506-4398  
katrin.malek@rvsbr.de



**Jürgen Roland**  
Pädagogischer Mitarbeiter  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4346  
Fax 0681 506-4398  
juergen.roland@rvsbr.de

## Arbeit und Beruf

*Tauchen Sie ein in eine Welt voller beruflicher Möglichkeiten!*

*Die vielfältigen Veranstaltungen im Programmbereich „Arbeit und Beruf“ sind darauf ausgerichtet, Ihre berufliche Handlungsfähigkeit kontinuierlich zu stärken, weiterzuentwickeln und zu perfektionieren. Wir verstehen, wie entscheidend es ist, Ihre sozialen, kommunikativen und alltäglichen Kompetenzen sowie Ihre Medien- und IT-Kompetenz in kaufmännischen, IT-spezifischen und grafisch-gestalterischen Berufsfeldern zu fördern. Hierbei unterstützen wir Sie gerne!*

*Unsere EDV-, Internet- und Smartphone-Kurse für Ältere sowie spannende Ferienangebote für junge Menschen machen unsere Veranstaltungen zu einem Erlebnis für alle Altersgruppen. Diese Angebote sind speziell auf die individuellen Themenbedürfnisse zugeschnitten.*

*Insbesondere im kaufmännischen Bereich bieten wir Ihnen ein umfangreiches Angebot an Online-Kursen über das Xpert-Lernnetz an.*

*Wenn Sie individuelle Anforderungen haben oder maßgeschneiderte Schulungen für Ihr Unternehmen oder Ihre Abteilung wünschen, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns – wir freuen uns, auf Ihre Anfrage einzugehen und gemeinsam mit Ihnen maßgeschneiderte Lösungen zu entwickeln.*

## SCHLÜSSELKOMPETENZEN

## Mediation



Online-Kurs

**Ausbildung in Mediation – Informationsabend**

Professionelle Klärung oder Vermeidung von Konflikten hilft Menschen im beruflichen wie im privaten Alltag. Mediation hilft mit einer sinnvollen Struktur dabei, unterschiedliche Sichtweisen herauszuarbeiten und die zugrundeliegenden Interessen und Motivation zu verstehen. Mit diesem Verständnisgewinn wird es um ein Vielfaches leichter, Lösungen konsensorientiert zu erarbeiten. Ab April 2025 bieten wir im Rahmen des LernNetz Mediation© eine neue Ausbildungsreihe an. Angesprochen sind alle, die ihre Konfliktkompetenz verbessern und diese privat oder beruflich nutzen wollen. Der unverbindliche Informationsabend gibt einen ersten Einblick in die Ausbildung und dient dazu offene Fragen zu klären.

● **Kurs 4001****Monique Ridder**

Di. 18:30 – 20:00 Uhr

12.11.2024

online

2 UST, gebührenfrei

## FrühstücksImpulse online

Diese 45 Minuten stärken Sie für den kommenden Arbeitstag und darüber hinaus. Kurz und bündig werden zentrale Herausforderungen besprochen und konkrete Anregungen gegeben. Unser Leitmotiv auf der Grundlage der Erfahrungen der Teilnehmenden: Aus der Praxis für die Praxis. Jedes Modul endet mit praktischen 5 Impulsen.



Online-Kurs

**Modul 1: Grundlagen der Führung**

Ziel: Gemeinsames Führungsverständnis schaffen

● **Kurs 4017****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 22.10.2024, 07:30 – 08:15 Uhr

EUR 15,00



Online-Kurs

**Modul 2: Motivation und Selbstmotivation**

Ziel: Sich und andere motivieren

● **Kurs 4018****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 29.10.2024, 07:30 – 08:15 Uhr

EUR 15,00



Online-Kurs

**Modul 3: Delegation und Ziele**

Ziel: Verlässliche Vereinbarungen als Regelfall

● **Kurs 4019****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 05.11.2024, 07:30 – 08:15 Uhr

EUR 15,00



Online-Kurs

**Modul 4: Kritikstau**

Ziel: Kritisieren und kritisiert werden

● **Kurs 4020****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 19.11.2024, 07:30 – 08:15 Uhr

EUR 15,00



Online-Kurs

**Modul 5: Personalbindung**

Ziel: MitarbeiterInnen an das Unternehmen binden

● **Kurs 4021****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 26.11.2024, 07:30 – 08:15 Uhr

EUR 15,00

## Kommunikative Kompetenzen

## Workshop

**Gewaltfreie Kommunikation**

Wie kraftvoll Worte sein können, erleben wir täglich, schon alleine durch die uns allumgebende Reklame. Mit Worten kann mal Bilder zeichnen und Emotionen wecken. Diese Bilder können dunkel und schmerzvoll sein oder aber warm und bunt. Im Eifer des Gefechts können wir unbewusst mit Worten sehr viel Schaden anrichten, weshalb in diesem Workshop der bewusste und achtsame Umgang mit Worten, sich selbst und anderen in Konflikten betrachtet wird.

● **Kurs 4022****Jasmin Kunz**

Sa. 05.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

4 UST, EUR 30,00

## Workshop

**Grundlagen der Kommunikation**

In diesem Seminar gehen wir gemeinsam auf die Kommunikationsgrundlagen ein. Sie werden unter anderem erfahren, was ein Eisberg mit Kommunikation zu tun hat und feststellen, dass eigentlich jeder Mensch vier Ohren hat. Spielerisch und praxisorientiert lernen Sie die grundlegenden Kommunikationsmodelle kennen und erfahren, wie diese im beruflichen Alltag und auch privat sinnvoll eingesetzt werden können. Kommunikation ist sehr komplex und vielschichtig. Dieses Seminar soll dazu dienen, diese Schichten etwas besser aufzuschlüsseln zu können, um die ein oder andere Kommunikations-hürde zukünftig besser zu meistern.

## SCHLÜSSELKOMPETENZEN

● **Kurs 4023****Jasmin Kunz**

Sa. 11.01.2025, 10:00 – 13:00 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 13  
 4 UST, EUR 30,00

● **Online-Kurs****Wertschätzende Kommunikation**

“So habe ich das doch gar nicht gemeint?!“ Wer kennt das nicht? Sowohl im beruflichen als auch privaten Umfeld, bekommen Menschen Worte in den falschen Hals bzw. in das falsche Ohr! Im komplexen Umfeld der Kommunikation entstehen sehr schnell Missverständnisse, die in manchen Fällen zu unangenehmen Konfliktsituationen führen können. Der bewusste Umgang mit Worten, wird hierbei oft unterschätzt. Die Macht der Worte kann positiv genutzt und eingesetzt werden, um Konfliktsituationen zu deeskalieren oder gar gänzlich zu vermeiden. In diesem Seminar lernen wir die Grundpfeiler der wertschätzenden Kommunikation kennen. Praxisorientiert und spielerisch wird der sinnvolle Einsatz von Worten dargestellt und geübt, um zukünftige Gespräche harmonischer gestalten zu können.

● **Kurs 4024****Jasmin Kunz**

Di. 18:15 – 19:00 Uhr  
 ab 28.01.2025, 4 Termine  
 online  
 16 UST, EUR 30,00

**Wochenendkurs****Besser reden: 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 4027****Uwe Loll, Kommunikations- und Redetrainer**

Fr. 24.01.2025, 16:00 – 21:00 Uhr  
 Sa. 25.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
 Altes Rathaus, Raum 13  
 14 UST, EUR 90,00 (68,00)

● **Online-Kurs****Den Wortschatz trainieren:****Flüssig sprechen, auch in stressigen Situationen**

Um uns flüssig mitzuteilen, müssen wir die passenden Wörter schnell finden. Manchmal fällt das gerade in wichtigen Situationen (vor Publikum, in Prüfungen, wenn viel davon abhängt) besonders schwer. Wortschatztraining zeigt Ihnen wirkungsvolle Methoden und Trainingsmöglichkeiten, um sich einen raschen Zugriff auf Wörter zu verschaffen. Dadurch entwickeln Sie Ihren aktiven und passiven Wortschatz.

● **Kurs 4030****Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Do. 24.10.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
 online  
 2,7 UST, EUR 65,00

**Dozentinnen und Dozenten****UWE LOLL****Kommunikations- und Redetrainer**

» Als Rede-Trainer möchte ich dabei helfen, besser und lockerer vor anderen Menschen zu reden. Die Begeisterung dafür habe ich, seitdem ich als Junge den Vorlese-Wettbewerb in der Schule gewonnen habe. Ich war lange beim Radio und habe wirklich jeden Job in meinen verschiedenen Sendern gemacht, die was mit „Reden am Mikrofon“ zu tun hatten. Meine feste Überzeugung: Reden lernt man nur durch Reden. Deswegen gibt's bei mir auch ganz viele Rede-Übungen. «

# Xpert CCS Culture Communication Skills®

Xpert CCS	Voraussetzung	Kursbeschreibung	Abschluss
 <b>Modul 1</b> Basic	keine	Beispiele aus konkreten Praxisfeldern behandeln, grundlegende Themen des interkulturellen Lernens, eigene und fremde Kultur, Kulturgrammatik.	<b>Modul-Zertifikat Xpert CCS Basic</b>
 <b>Modul 2</b> Professional	bestandene Klausur Modul 1	Kenntnisse in interkulturellen Themenfeldern werden fundiert: Kulturelle Fremdheit, kulturelle Filter, Techniken des interkulturellen Umgangs, Kulturexploration, Kulturgrammatik und interkulturelle Kommunikation.	<b>Modul-Zertifikat Xpert CCS Professional</b>
 <b>Modul 3</b> Master	bestandene Klausur Modul 2	Die Teilnehmenden werden dazu befähigt, interkulturelles Wissen professionell einzusetzen und in unterschiedliche Handlungsfelder zu transferieren.	<b>Modul-Zertifikat Xpert CCS Master</b>
 <b>Modul 4</b> TrainerInnen- Qualifizierung 1	bestandene Klausur Modul 3 sowie Mindestpunktzahl	Bearbeitung von Fallbeispielen aus interkulturellen Situationen, in denen die Inhalte der Module 1 bis 3 angewandt werden können. Hierzu erhalten die angehenden TrainerInnen eine exklusive Materialiensammlung zur Trainings-Anreicherung.	<b>Teilnahme-zertifikat</b>
 <b>Modul 5</b> TrainerInnen- Qualifizierung 2	Teilnahme an Modul 4	Vorbereitung auf die künftige Abnahme von Xpert-CCS-Prüfungsleistungen (Bewertung von Klausuren und Fallstudien) sowie Präsentation einer Abschluss-Lehrprobe zu Teilgebieten interkultureller Kompetenz für die Akkreditierung.	<b>Zertifizierung interkulturelle(r) TrainerIn</b>

**XPERT** Culture Communication Skills

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

Xpert CCS Culture Communication Skills® ist ein modulares Lehrgangssystem für interkulturelle Kompetenz.

Die Module integrieren aktuelle Theorie mit praxisnahen Methoden und betonen die Verbindung des Lernprozesses mit der kulturellen Persönlichkeit der Teilnehmenden. Durch eine optionale Prüfung können Zertifikate erworben werden. Zusätzlich zu den aufgeführten Kursen bieten unsere zertifizierten Xpert-CCS-TrainerInnen auch maßgeschneiderte Firmenschulungen in den Bereichen „Interkulturelle Kompetenz im beruflichen Handeln“ und in der Verwaltung an.

## SCHLÜSSELKOMPETENZEN

**Bildungsurlaub****Xpert Cultural Communication Skills: Basic**

Um Begegnungen mit Menschen aus anderen Kulturen erfolgreicher zu gestalten, beschäftigen wir uns im Grundlagenmodul Xpert CCS Basic u. a. mit unserer eigenen kulturellen Prägung. Sie hat Auswirkungen auf das Gelingen interkultureller Kommunikation bspw. in Erstkontaktsituationen oder sich anbahnenden Konflikten. Die zugrundeliegenden Modelle kultureller Fremdheit, Wahrnehmung und Werteorientierung sind Ausgangspunkt für die anschl. Erarbeitung von Best-Practice-Beispielen anhand konkreter Fallsituationen. Unterschiedliches Verständnis von Raum und Zeit werden neben weiteren Schlüsselfaktoren in die Lösungsfindung einbezogen. In der Kursgebühr sind das offizielle Lehrwerk zum Seminar sowie die Basic-Prüfung enthalten. *Voraussetzungen: keine; Zielgruppe: Menschen aus interkulturellen Kontexten, GrenzgängerInnen und Kulturinteressierte. Anmeldeschluss: 7 Tage vor Kursbeginn*

● **Kurs 4031****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mo. 11.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 12.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

16 UST, EUR 140,00 (90,00)

**Bildungsurlaub****Xpert Cultural Communication Skills: Professional**

Um die Sensibilisierung für Unterschiede in Begegnungen mit Menschen aus anderen Kulturen weiter zu vertiefen, beschäftigen wir uns im Modul Xpert CCS Professional u. a. mit Kulturschocks, kritischen Situationen, Missverständnissen und Stereotypen. Hierzu werden Ereignisse verschiedener thematischer Kontexte auch mithilfe von Videomaterial

analysiert und aufgelöst. Die Teilnehmenden werden dadurch in die Lage versetzt, ein facettenreicheres Verständnis für selbst erlebte Situationen zu erlangen und ihr persönliches Handlungsrepertoire zu erweitern.

Ziel ist es, mit dem erworbenen, vertieften Wissen in verschiedenen interkulturellen Kontexten versierter zu agieren und zu einem souveräneren Handeln befähigt zu werden.

In der Kursgebühr ist die Professional-Prüfung enthalten.

*Voraussetzungen: Xpert CCS Basic, falls Zertifizierung gewünscht; Zielgruppe: Absolvent(inn)en des Basic-Kurses, GrenzgängerInnen und Kulturinteressierte, Anmeldeschluss: 7 Tage vor Kursbeginn*

● **Kurs 4032****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mo. 25.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 26.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 6

16 UST, EUR 140,00 (90,00)

**Bildungsurlaub****Xpert Cultural Communication Skills: Master**

Das Modul Master im Blended-Learning-Format vertieft das bisherige Wissen wesentlich und wendet sich an Menschen, die in verantwortlicher Position in interkulturellen Situationen agieren.

- Teil I (Tag 1): Webinar
- Selbstlernphase: Hausarbeit
- Teil II (Tage 2&3): Präsenz
- Selbstlernphase: Fallstudie
- Teil III (Tage 4-6): Präsenz

Die erfolgreiche Abschlussprüfung des Master-Moduls qualifiziert für das Folge-Modul „Methoden und Didaktik interkulturellen Lernens“.

Master-AbsolventInnen sind in der Lage, ihr interkulturelles Wissen professionell

**Dozentinnen und Dozenten**

© Sarah Pulvermüller | Photography

**RALF KUHN**  
**Trainer für IT- und MS-Office-Anwendungen**

» Sie kennen Excel oder Word und wollten es schon immer mal von Grund auf richtig lernen, um schneller und eleganter ans Ziel zu gelangen? Schauen Sie gerne in einem meiner kurzweiligen Office-Workshops vorbei, in denen wir in angenehmer Lernatmosphäre geschickte Lösungen für Ihre mitgebrachten Fragestellungen entwickeln. Ob im Präsenz- oder Onlinekurs: Individuelle Betreuung in verständlicher IT-Sprache ist mir dabei ein besonderes Anliegen seit über zehn Jahren als erfahrener Trainer an der vhs. Und wenn Sie mögen, mache ich auch Ihren Nachwuchs in IT-Themen fit bei unseren beliebten Ferienkursen. «

einzusetzen und auf unterschiedliche Handlungsfelder zu übertragen.

*Voraussetzungen: Xpert CCS Basic und Professional, falls Zertifizierung gewünscht; Zielgruppe: Absolvent(inn)en des Professional-Kurses, GrenzgängerInnen und Kulturinteressierte, Anmeldeschluss: 7 Tage vor Kursbeginn*

● **Kurs 4033**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mo. 10:00 – 16:00 Uhr

ab 09.12.2024, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 6

42 UST, EUR 330,00 (250,00)

🏠 **Online-Kurs**

**Smalltalk trainieren: Kontakte sicher und souverän aufbauen**

Freundlich und offen auf Menschen zugehen: Viele Menschen wünschen sich diese Fähigkeit. So wird aus einem viel versprechenden Beginn vielleicht viel mehr. Möchten Sie geschäftlich oder privat mit Fremden leichter und charmant ins Gespräch kommen? Sie wollen sich vielleicht gegenseitig näher kennen lernen, eine sympathische Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen. Wir werden in diesem Online-Seminar Strategien aufzeigen, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Und Sie werden kommunikative Verhaltensweisen gezielt einsetzen, damit sich Menschen in Ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen.

● **Kurs 4042**

**Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Mi. 27.11.2024, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00



**Online-Kurs**

**Schlagfertigkeit: Von der Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden**

Fallen Ihnen die passenden Worte zu spät ein? Haben Sie später die besten Ideen? Dann ist dieses Online-Seminar für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie lernen, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen. Sie werden den aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen. Dieses Impulsseminar gibt viele Anregungen für das Training zuhause, macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

● **Kurs 4043**

**Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Mo. 09.12.2024, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00



**Online-Kurs**

**Moderationstraining**

Moderation ist die zielorientierte Steuerung einer Gruppe durch sachliche und/oder prozessorientierte Impulse. Wir reflektieren in diesem Seminar den Moderationsprozess zum Beispiel im Beruf, im Verein oder in der politischen Arbeit. Dabei spielen die Erfahrungen der Teilnehmenden eine wichtige Rolle. Auf dieser Basis werden Ideen und Strategien entwickelt und Fähigkeiten trainiert. Wir beginnen mit der Organisation und der Motivation der Teilnehmenden, spannen

den Bogen über die gesamte Arbeitsphase und enden mit der Reflexion. Zu jeder Phase erhalten Sie praktische Empfehlungen und Tipps.

● **Kurs 4045**

**Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom**

Di. 10.12.2024, 18:30 – 21:30 Uhr

online

4 UST, EUR 65,00

**Lernstrategien**



**Online-Kurs**

**Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner**

Sie lernen verblüffende Kopfrechenticks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechen-Tricks.

*Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset*

● **Kurs 4050**

**Helmut Lange**

Di. 08.10.2024, 19:00 – 21:30 Uhr

online

3,3 UST, EUR 25,00

## SCHLÜSSELKOMPETENZEN

 **Online-Kurs****Superhirn – Vokabeln lernen im Sekundentakt**

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei, Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars. Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabellern-Tricks.

*Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset*

● **Kurs 4051****Helmut Lange**

Do. 24.10.2024, 19:00 – 21:30 Uhr  
online

3,3 UST, EUR 25,00

 **Online-Kurs****Superhirn – Namen und Gesichter merken**

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten. Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange

zeigen Ihnen anhand von Beispielen wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

*Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset*

● **Kurs 4053****Helmut Lange**

Di. 01.10.2024, 19:00 – 21:30 Uhr  
online

3,3 UST, EUR 25,00

 **Online-Kurs****5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis**

Ihr Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Erwachsener an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein. Durch das Anwenden einiger Merktechniken werden Sie in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schneller und sicherer behalten. Mit nur etwas Übung kann unser Gehirnpotential um 300% gesteigert werden. Sie werden in Zukunft nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen.

*Voraussetzung: PC/Laptop, gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset*

● **Kurs 4054****Helmut Lange**

Sa. 26.10.2024, 09:00 – 16:30 Uhr  
online

10 UST, EUR 55,00

**Kurzformate: Innovations- und Changemanagement**

Entdecken Sie unsere Auswahl an spannenden Online-Impulsvorträgen aus dem Themenbereich „Innovations- und Changemanagement sowie nachhaltiges Arbeiten“. Die einzelnen Veranstaltungen können unabhängig voneinander belegt werden, verstehen sich schließlich aber als eine Einheit innerhalb der Reihe „Punkt 9“. Die Reihe „Punkt 9“ ist ein Kooperationsprojekt der VHS Quickborn. Ihr zentraler Gegenstand: das Identifizieren fehlerhafter Prozesse sowie Ansätze zur kontinuierlichen Verbesserung von Arbeitsflüssen.

 **Online-Kurs****Mindmapping – individuell und kollaborativ**

Ideen finden, „formen“ und teilen ... Mindmaps oder zu Deutsch Gedankenkarten basieren in ihrem Wesenskern auf einem assoziativen Denken. Die ihnen zugrundeliegende Technik ist darauf ausgerichtet, über einen sogenannten Wurzelknoten, der stets zentral auf einem Dokument angelegt ist, und durch das Spiel mit Flächen, Farben, Formen sowie Text, spontan entstehende Ideen bzw. Gedanken zu sammeln, auszubilden und bei Bedarf mit Dritten zu teilen. Als grundlegendes Muster ergibt sich dabei stets ein Baumdiagramm, das durch fortlaufend neue Zweige gekennzeichnet ist. Auf diese Weise werden im Gedächtnis verortete Informationen nicht nur „abgerufen“ und eingängig visualisiert, vielmehr können diese in einen ganz neuen Kontext gesetzt bzw. entsprechend „verknüpft“ werden.

● **Kurs 4060**

Di. 24.09.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

🏠 **Online-Kurs****Lean Office – das produktive Büro**

Die Prinzipien des Lean Management besitzen den Charakter einer Philosophie. Sie fokussieren keine konkreten Handlungsanweisungen zur Umsetzung bestimmter Maßnahmen, sondern einen im Unternehmen durchgängig geteilten Ansatz zur Verhaltensänderung. Ein Lean Office zeichnet sich insoweit durch den Anspruch eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses (KVP) aus, um schließlich ein nachhaltigeres Arbeiten zu ermöglichen. Unnötiges sowie Ungenutztes – etwa überflüssige Bestände an E-Mails oder brachliegende Talente – sollen konsequent eliminiert bzw. aktiviert werden. Im digitalen Lean Office stehen dazu nicht zuletzt einschlägige Apps zur Verfügung – innerhalb von MS 365 (Produktivitätscloud) etwa Viva oder progressive Alternativen zur Automatisierung von Prozessen.

● **Kurs 4061**

Mi. 25.09.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

🏠 **Online-Kurs****Agiles Projektmanagement mit Scrum**

Ein agiles Projektmanagement orientiert sich an Frameworks, die auf eine flexible Anpassung abzielen – deshalb auch der Begriff des adaptiven, gelegentlich auch des adaptativen Projektmanagements. Die zur Verfügung stehende Zeit stellt sich insoweit als entscheidender Faktor dar: Insbesondere Scrum basiert deshalb

auf einer schnellen Abstimmung aller Beteiligten und durchläuft streng aufeinander abgestimmte Formen der Zusammenarbeit. Zentral für das Rahmenwerk sind Rollen, Ereignisse und Artefakte. Zur Steuerung der konkreten Abläufe – Scrum ist nicht als Prozess im engeren Sinne zu verstehen – sind Rollen, Ereignisse und Artefakte. Besonders Kanban bietet sich hierbei grundsätzlich zur Visualisierung des Bearbeitungsstatus' von Aufgaben als Kontrollinstrument an.

● **Kurs 4062**

Do. 26.09.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

🏠 **Online-Kurs****Elevator Speech (Pitch)**

Die Anwendung einer Kurz-Präsentation wird nur eher selten im Fahrstuhl (engl. Elevator) stattfinden. Vielmehr versinnbildlicht diese beispielhafte Situation – mit historischem Hintergrund – sowohl einen räumlichen als auch einen zeitlichen Mangel, dem hoch konzentriert begegnet werden muss, um einer „Zielperson“ wesentliche Inhalte, etwa die Eigenschaften eines innovativen Produkts, zu vermitteln. Eine derartig „inszenierte“ Darstellung umfasst neben der Visualisierung einen ausgeprägten Redeanteil – deshalb eben auch „Elevator ‚Speech““. Insoweit kommt es auf eine äußerst fokussierte Sprache an – auf die „richtige“ Rhetorik im entscheidenden Augenblick. Folgerichtig bedingen Elevator Speeches eine umfassende Vorbereitung.

● **Kurs 4063**

Di. 29.10.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

🏠 **Online-Kurs****Kanban – Taskboards in der professionellen Praxis**

Der Begriff Kanban stammt aus dem Japanischen und bedeutet unter anderem Karte. Der Ansatz selbst entstand im Rahmen der Optimierung von Produktionsprozessen im Unternehmen TOYOTA. Er folgt dem Pull-Prinzip und ist an einem WIP Limit (WIP für Work in Progress bzw. Process) ausgerichtet. Kanban zielt auf ein konsequentes Organisieren bzw. Priorisieren anstehender, ggf. auch schon in Bearbeitung befindlicher Aufgaben bzw. Tasks ab. Dabei werden aktuelle Prozesse analysiert – mit dem Ziel ihrer kontinuierlichen Verbesserung. Die entscheidende Visualisierung geschieht über Taskboards. Feedback-Schleifen dienen insoweit einer optimierten Ausrichtung zukünftiger Operationen. Kanban-Metriken nehmen zudem die Rolle bedeutender Arbeitsinstrumente ein.

● **Kurs 4064**

Mi. 30.10.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

🏠 **Online-Kurs****Die Kunst der Improvisation Faktor X**

Improvisation gilt als Befähigung des Menschen, etwas ohne Vorbereitung dar- oder herzustellen. Allein seine Kreativität erlaubt es ihm, gerade innerhalb von hoher Ungewissheit gekennzeichneten Situationen spontan Lösungsansätze zu entwickeln. Insoweit stellt sich Improvisation als entscheidende Voraussetzung zur Bewältigung von Herausforderungen und Krisen dar. Sie entsteht nicht zuletzt im bewussten Austausch mit Dritten. Zahlreiche Kreativitätstechniken unterstützen das Entstehen „improvisierender Momente“. Etwa ein kreatives Schreiben oder

## SCHLÜSSELKOMPETENZEN

Malen befördern diese nachhaltig. Vor allem aber bietet die Kunst der Improvisation in einem volatilen Umfeld einen strategischen Vorteil, da sie Handlungsspielräume durch bisher Unbeachtetes bzw. Unerkanntes erheblich zu erweitern vermag.

● **Kurs 4065**

Di. 05.11.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

 **Online-Kurs**

### Schreibdenken – Schreiben und Denken

Schreibdenken als gezielt eingesetztes Arbeitswerkzeug eröffnet ungeahnte kreative Möglichkeiten. Innerhalb des Schreibprozesses können neue Gedanken bzw. Ideen gefunden und schließlich in eine im Wortsinn grundlegende Form gebracht werden. Innerhalb eines begrenzten Zeitraums, abhängig von konkreten Rahmenbedingungen, lässt es sich gezielt zum Finden alternativer Lösungsansätze, unabhängig vom jeweiligen Gegenstand, einsetzen. So entstandene Rohtexte können im Nachgang strukturiert und reflektiert werden. Bisherige Gedanken und Ideen lassen sich konsequent weiterentwickeln und so eine Optimierung der angestrebten Lösung bewirken, indem bisherige Denkskizzen etwa durch Perspektivwechsel hinterfragt oder Kernsätze systematisch herausgearbeitet werden.

● **Kurs 4066**

Do. 07.11.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

 **Online-Kurs**

### Künstliche Intelligenz im Büromanagement

Nachdem im November 2022 ChatGPT einer allgemeinen Öffentlichkeit vorgestellt worden war, erweckte die disruptive Technologie der künstlichen Intelligenz weltweit ein bis heute ungebrochenes Interesse. Mittlerweile lassen sich unterschiedliche KI-Alternativen, häufig auch in einer kostenfreien Version, gezielt zur Steigerung der Arbeitsproduktivität im Büromanagement einsetzen. Unterstützung bietet die KI dabei nicht nur innerhalb der regulären Korrespondenz. Vielmehr lassen sich mit ihr etwa rechtskonforme Angebotsschreiben, Stellenanzeigen und selbst suchmaschinenoptimierte Marketingtexte für Websites erstellen. Diese Veranstaltung der Reihe „Punkt 9“ möchte einen zuverlässigen Einblick in aktuelle Plattformen bieten und richtet sich insbesondere an der Optimierung von Prompts aus.

● **Kurs 4067**

Di. 12.11.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

 **Online-Kurs**

### Teambuilding & High Performance Teams

Das Phasenmodell zur Teambildung bzw. -entwicklung, begründet durch den weltweit renommierten US-amerikanischen Psychologen Bruce Tuckman, beschreibt unterschiedliche Ausprägungen bzw. Stufen der Kooperation sowie Kollaboration. Idealerweise entstehen im Ergebnis – auch virtuelle – Hochleistungsteams, die sich besonders durch einen Fokus auf gemeinsame Ziele auszeichnen und dadurch die Grundlage einer fortlaufenden Steigerung ihrer Arbeitsproduktivität zur Optimierung von Geschäftsergebnissen

bewirken. Zahlreiche digitale Apps unterstützen die Bildung von High-Performance Teams (Teambuilding) – auch unter MS 365, der Produktivitätscloud. Ziel dieses vhs-Digitalkurses ist eine grundlegende Einführung in das 5-Phasenmodell zur Teamentwicklung sowie in die Merkmale moderner High-Performance Teams.

● **Kurs 4068**

Mi. 27.11.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

 **Online-Kurs**

### Strategisches Networking im Business

Im Beruf zählt das „Netzwerken“ zu den bedeutendsten Voraussetzungen, um „wirklich“ erfolgreich zu sein. Allerdings bedarf es einer entsprechenden Strategie dazu: Potenzielle bzw. neue Kontakte müssen zunächst gefunden, diese nochmals gezielt selektiert und schließlich – nachhaltig – begründet werden. Allein der transparente Ansatz eines „Gebens und Nehmens“ wird insoweit die erwünschte Beständigkeit neuer Kontakte bewirken können. Es gilt nämlich, Netzwerke „aufrichtig“ – also ohne das primäre Ziel eines Eigennutzens – zu pflegen.

● **Kurs 4069**

Do. 28.11.2024, 09:00 – 10:00 Uhr  
online  
1,3 UST, EUR 22,00

## Berufliche Orientierung und Bewerbung

### Workshop

#### Bewerbungscoaching für Ausbildungsplatzsuchende

Du hast deinen Schulabschluss bereits in der Tasche oder in naher Zukunft? Ein theoretisches Studium ist eher dein Plan B? Du willst mit einer fundierten Ausbildung/duales Studium den Grundstein für deine Zukunft legen?

Dann wird es höchste Zeit für deine aussagekräftige Bewerbung!

Das Internet ist voller Bewerbungstipps auf gefühlt 1000 verschiedenen Websites. Doch wie erstellst du eine Bewerbung, die deine Qualifikationen und deine Persönlichkeit auf den Punkt bringt? Wie gewinnst du den Personalchef für dich? Das alles erfährst du im Kurs, zudem werden Vorstellungsgespräche intensiv simuliert.

#### ● Kurs 4080

**Christine Fox, Personalmanagerin**

Mo. 07.10.2024, 14:00 – 18:00 Uhr

Di. 08.10.2024, 14:00 – 18:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

10,7 UST, EUR 55,00 (42,00)

### Workshop

#### Vorstellungsgespräche für Ausbildungsplatzsuchende meistern!

Deine Bewerbung war erfolgreich und die Einladung zum Vorstellungsgespräch liegt dir bereits vor?

Es ist dein erstes Vorstellungsgespräch und du weißt nicht, wie du dich vorbereiten sollst bzw. was auf dich zukommt? Im Kurs werden u. a. die verschiedenen Phasen des Vorstellungsgesprächs simuliert und deine eigene Selbstvorstellung erarbeitet. Hier kannst du in einem neutralen Umfeld üben sowie Erfahrungen

sammeln und dich so auf dein nächstes Vorstellungsgespräch vorbereiten.

#### ● Kurs 4082

**Christine Fox, Personalmanagerin**

Sa. 09.11.2024, 09:30 – 14:30 Uhr

Sa. 18.01.2025, 09:30 – 14:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13

12 UST, EUR 35,00 (27,00)

### Workshop

#### Bewerbungscoaching für Berufserfahrene

Es ist lange her, dass Sie zum letzten Mal eine Bewerbung geschrieben und an einem Vorstellungsgespräch teilgenommen haben? Wie war das nochmal? Was schreibe ich rein und was nicht? Wie überzeugen meine Bewerbungsunterlagen den Personalentscheider?

Diese Themen werden im 2tägigen Kurs behandelt. Danach können Sie eine aussagekräftige Bewerbung erstellen und souverän an Vorstellungsgesprächen teilnehmen.

#### ● Kurs 4083

**Christine Fox, Personalmanagerin**

Sa. 23.11.2024, 09:30 – 14:30 Uhr

Mo. 25.11.2024, 09:30 – 14:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 10

12 UST, EUR 55,00 (42,00)

### Workshop

#### Vorstellungsgespräche für Berufserfahrene meistern!

Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch liegt Ihnen bereits vor? Es ist aber schon länger her, dass Sie an einem Vorstellungsgespräch teilgenommen hatten? Welche Fragen erwarten Sie? Welche Antworten erwartet der Personalentscheider? Auf welche Fragen darf ich lügen? Wie bringe ich souverän meine Qualifikationen und Persönlichkeit zum Ausdruck? In diesem werden u. a. die verschiede-

nen Phasen des Vorstellungsgesprächs simuliert und Ihre eigene Selbstvorstellung erarbeitet. Hier können Sie in einem neutralen Umfeld üben sowie Erfahrungen sammeln und sich so auf Ihr nächstes Vorstellungsgespräch vorbereiten.

#### ● Kurs 4084

**Christine Fox, Personalmanagerin**

Sa. 26.10.2024, 09:30 – 14:30 Uhr

Sa. 25.01.2025, 09:30 – 14:30 Uhr

Altes Rathaus, Raum 16

12 UST, EUR 35,00 (27,00)

### Einzelveranstaltung

#### Individuelles Bewerbungscoaching

Du stehst kurz vor deinem Schulabschluss oder hast diesen gerade erreicht? Du möchtest dich nun auf einen Ausbildungsplatz bewerben und bist dir unsicher, ob deine Bewerbungsunterlagen vollständig sind oder dein Anschreiben gut formuliert ist? In diesem individuellen Bewerbungscoaching sichten wir gemeinsam deine bereits vorhandenen Bewerbungsunterlagen und entwickeln zu dir und deinen Zielen passende Bewerbungsunterlagen.

Solltest du noch keine Bewerbungsunterlagen erstellt haben, informieren wir dich darüber, welche Unterlagen zur Bewerbung benötigt werden und geben Tipps, wie diese am besten erstellt werden können.

#### ● Kurs 4085

**Melanie Scazzari/Michael Bernardi**

Individuelle Terminabsprache

ab 16.09.2024

3 UST, EUR 35,00

## KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG

## KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG

Unsere Weiterbildungsangebote im kaufmännischen Bereich haben zum Ziel, Ihre beruflichen Fähigkeiten zu erweitern. In unserer neuen Kategorie „Betriebsorganisation“ können Sie sich mit den Grundlagen des erfolgreichen Verkaufens vertraut machen oder Ihre Kenntnisse im Projektmanagement vertiefen.

Unsere kaufmännischen Weiterbildungen konzentrieren sich zudem auf die bundesweit anerkannten Kurse des Lehrgangsystems Xpert Business. Mit praxisnahen Lernmethoden erwerben Sie schrittweise betriebswirtschaftliche Kompetenzen. Über 200.000 Teilnehmende haben seit 2003 Xpert Business-Kurse besucht, was zur steigenden Bekanntheit und Anerkennung der Xpert Business-Zertifikate in der Wirtschaft beigetragen hat.

## Betriebsorganisation

## Abendkurs

## Verkaufserfolg beginnt hier – Grundlagen

Sie erhalten eine grundlegende Einführung in die Welt des erfolgreichen Verkaufens. Dabei konzentriert sich der Dozent nicht nur auf traditionelle Verkaufstechniken, sondern auch auf die mentale Vorbereitung, die entscheidend für den Erfolg ist. Sie lernen, limitierende Glaubensmuster aufzuschlüsseln und Ihre persönlichen Verkaufsmotive zu identifizieren. Durch das Erlernen erster emotionaler Zugänge zu Kundinnen und Kunden werden effektive Kommunikationsfähigkeiten aufgebaut. Ein erfahrener Trainer leitet diesen Kurs, um den optimalen Start in

Ihre Verkaufskarriere zu ermöglichen.

## ● Kurs 4203

## Markus Ch. Ternes

Do. 28.11.2024, 17:30 – 20:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
4 UST, EUR 30,00

## Abendkurs

## Erfolgreich Verkaufen lernen für Fortgeschrittene

Sie verfügen bereits über grundlegende Kenntnisse im Verkauf und wollen Ihre Fähigkeiten weiterentwickeln. Sie erfahren, wie Sie durch das mentale Erschaffen proaktiver Glaubenssätze Ihre Verkaufserfolge steigern können. Machtvolle Kommunikationsbeispiele und Strategien zur Steigerung der Präsenz werden vermittelt, um Kundinnen und Kunden zu überzeugen und langfristige Beziehungen aufzubauen. Praxisbeispiele und ein Methodenkoffer bieten eine umfassende Schulung für eine effektive Verkaufsstrategie. Dieser Kurs ist ideal für diejenigen, die ihre Verkaufsfähigkeiten auf das nächste Level bringen möchten.

## ● Kurs 4204

## Markus Ch. Ternes

Do. 05.12.2024, 17:30 – 20:30 Uhr  
Do. 12.12.2024, 17:30 – 20:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
8 UST, EUR 60,00

## 🏠 Online-Kurs

## Instagram – Video- und Foto-Sharing Strategisches Marketing im Business

Instagram gehört zu den am meisten genutzten sozialen Netzwerken weltweit – besonders unter jüngeren Menschen. Ausgerichtet auf ein Video- und Foto-Sharing ermöglicht es ein professionelles Content-Marketing. Gerade für kleine und mittlere Unternehmen (KMU) stellt es sich insoweit als Low-Budget-Alternative

## Dozentinnen und Dozenten



**CHRISTINE FOX**  
Personalmanagerin

» Durch meine langjährige Expertise bei einem saarländischen Unternehmen im Bereich Ausbildung kann ich Tipps und Tricks zu einer aussagekräftigen Bewerbung sowie die „erwarteten“ Antworten auf viele schwierige Fragen im Vorstellungsgespräch geben. Du hast den Schulabschluss bereits in der Tasche oder du denkst über einen Jobwechsel nach und stehst vor der Herausforderung eine Bewerbung, die die eigenen Qualifikationen und Persönlichkeit auf den Punkt bringt, zu schreiben? Wie bereitet man sich das Vorstellungsgespräch vor? Welche Antworten werden erwartet? Diese Themen werden in meinen Kursen behandelt. «

zu klassischen Kommunikationsmitteln dar. Für das erfolgreiche Etablieren eines entsprechenden Accounts ist jedoch ein „taktisches“ bzw. schrittweises Vorgehen notwendig.

● **Kurs 4207**

**Thorsten H. Bradt**

Mi. 25.09.2024, 10:30 – 12:00 Uhr

online

2 UST, EUR 19,00

 **Online-Kurs**

**Strategisches Networking im Business: Kontakte (ver-)knüpfen – analog und digital**

Im Beruf zählt das „Netzwerken“ zu den bedeutendsten Voraussetzungen, um „wirklich“ erfolgreich zu sein. Allerdings bedarf es einer entsprechenden Strategie dazu: Potenzielle bzw. neue Kontakte müssen zunächst gefunden, diese nochmals gezielt selektiert und schließlich – nachhaltig – begründet werden. Allein der transparente Ansatz eines „Gebens und Nehmens“ wird die erwünschte Beständigkeit neuer Kontakte bewirken können. Es gilt nämlich, Netzwerke „aufrichtig“ – also ohne das primäre Ziel eines Eigennutzens – zu pflegen.

● **Kurs 4208**

**Thorsten H. Bradt**

Fr. 27.09.2024, 10:30 – 12:00 Uhr

online

2 UST, EUR 19,00

 **Online-Kurs**

**Veränderungen im Unternehmen erfolgreich gestalten**

Erfolgreiches Change Management ist unerlässlich für Unternehmen in einer sich ständig wandelnden Welt. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Veränderungsprozesse effektiv einleiten, steuern und langfristig in die Unternehmenskultur integrieren

können. Der Kurs bietet eine fundierte Einführung in die Grundlagen und Erfolgsfaktoren des Change Managements.

Sie werden lernen, wie Sie Mitarbeitende einbinden und motivieren können sowie effektiv mit Widerständen und Konflikten umgehen. Darüber hinaus erfahren Sie, wie nachhaltige Veränderungen erfolgreich implementiert werden können.

*Anmeldeschluss: Eine Woche vor Kursbeginn.*

● **Kurs 4210**

**Herrmann Schiffermüller**

Mo. - Mi. 18:30 – 21:00 Uhr

ab 04.11.2024, 3 Termine

online

9 UST, EUR 75,00

 **Online-Kurs**

**Projekte agil durchführen – ein Überblick**

Agiles Projektmanagement ist ein moderner Ansatz zur Durchführung und Steuerung von Projekten, der immer mehr in Unternehmen an Bedeutung gewinnt. Das Ziel des agilen Projektmanagements besteht darin, die Flexibilität und Anpassungsfähigkeit eines Teams zu fördern, um schnell auf sich ändernde Anforderungen und Bedingungen reagieren zu können. Es fördert die enge Zusammenarbeit zwischen KundInnen, Teammitgliedern und anderen Stakeholdern, um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen. Sie erhalten in dieser Veranstaltung einen Überblick über die Motivation für agile Methoden, agile Werte und Prinzipien, Design Thinking, Lean, Kanban und Scrum.

● **Kurs 4212**

**Herrmann Schiffermüller**

Mo. 11.11.2024, 18:30 – 21:00 Uhr

online

3 UST, EUR 25,00

● **Kurs 4213**

**Herrmann Schiffermüller**

Mo. 09.12.2024, 18:30 – 21:00 Uhr

online

3 UST, EUR 25,00

 **Online-Kurs**

**Projekte professionell planen und steuern**

Veränderungen des betrieblichen Umfelds geschehen nicht nur immer schneller, sie werden auch immer komplexer. Zunehmend werden Vorhaben in Unternehmen projekthaft abgewickelt. Dazu ist es unerlässlich, Projektmanagement methodisch korrekt zu verstehen. Denn ohne den Einsatz eines professionellen Projektmanagements geraten Kosten, Termine und Qualität schnell außer Kontrolle. In diesem Kurs lernen Sie anschaulich anhand eines Fallprojekts, wie Projekte professionell geplant und gesteuert werden.

*Anmeldeschluss: Eine Woche vor Kursbeginn.*

● **Kurs 4214**

**Herrmann Schiffermüller**

Mo. - Mi. 18:30 – 21:00 Uhr

ab 28.10.2024, 3 Termine

online

9 UST, EUR 75,00

● **Kurs 4215**

**Herrmann Schiffermüller**

Mo. - Mi. 18:30 – 21:00 Uhr

ab 20.01.2025, 3 Termine

online

9 UST, EUR 75,00

**Abendkurs**

**Buchführung für Selbstständige – ein Leitfaden zum Start**

Sie führen ein Einzelunternehmen und möchten Ihre Steuerberatung besser verstehen? In diesem kompakten Kurs

## KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG

erhalten Sie die passenden Werkzeuge. Wesentliche Grundlagen werden anhand praktischer Beispiele erläutert. Außerdem bekommen Sie ein besseres Verständnis für Ihre Kalkulation und Preisgestaltung. Sie lernen Einnahmen, einschließlich der Materialien, der Arbeitszeit, der Risiken und sonstiger Ausgaben zu kalkulieren, um einen angemessenen Gewinn zu erzielen.

● **Kurs 4219**

**Mario Marra**

Fr. 07.03.2025, 18:00 – 21:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
4 UST, EUR 50,00

**Bildungsurlaub**

**MS-Excel Controlling**

Durch diesen Kurs werden Sie schnell in der Lage sein, Controlling-Aufgaben mit Excel effizient durchzuführen. Die Beschreibungen stammen aus der betrieblichen Praxis, sind handlungsorientiert und leicht verständlich. Sie können die Erläuterungen direkt anhand von Beispieldateien umsetzen und die erlernten Techniken mithilfe von Übungen festigen.

- Basiswissen Controlling und Excel
- Daten konsolidieren und auswerten
- Trendberechnungen durchführen
- Kostenrechnerische Analysen
- Abschreibungen und Cashflow berechnen
- Kreditberechnungen
- Investitionsrechnung

*Voraussetzungen: Excel Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.*

● **Kurs 4221**

**Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 10.02.2025, 09:00 – 15:15 Uhr  
Di. 11.02.2025, 09:00 – 15:15 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
14 UST, EUR 125,00 (95,00)

**Xpert Business**

**Berufliche Weiterbildung  
mit bundesweit anerkannten  
Abschlüssen**

**Abendkurs**

**Xpert Business Finanzbuchführung 1**

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Inkl. Lehr- und Arbeitsbuch

*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

● **Kurs 4240**

**Johannes Munz**

Di. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 08.10.2024, 14 Termine  
vhs-Zentrum, Saal 1 OG  
56 UST, EUR 360,00

**Abendkurs**

**Xpert Business Finanzbuchführung 2**

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel,

Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Inkl. Lehr- und Arbeitsbuch

*Voraussetzungen: Teilnahme am Kurs Finanzbuchführung 1 oder vergleichbare Kenntnisse.*

*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.*

● **Kurs 4241**

**Johannes Munz**

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 09.10.2024, 14 Termine  
Altes Rathaus, Raum 11  
56 UST, EUR 360,00

**Abendkurs**

**Finanzbuchführung 3 mit DATEV**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.*

● **Kurs 4242**

**Johannes Munz**

Do. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 10.10.2024, 10 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
40 UST, EUR 275,00

# Xpert Business

Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter*in	Personal- und Lohnbuchhalter*in	Finanz- und Lohnbuchhalter*in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ ↙		✓ alternativ ↙	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ ↙		✓ alternativ ↙	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓		✓	✓		✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓		✓	✓		✓
Personalwirtschaft						✓			✓
Personale Kompetenzen									✓

\* optionales, aber empfohlenes Modul

## Lernen mit System

Xpert Business ist das bundeseinheitliche modulare Kurs- und Zertifikatssystem für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung an Volkshochschulen vom Einstieg bis zum Profi-Niveau.

In überschaubaren Kursbausteinen können Sie Schritt für Schritt Ihre Zertifikate zu übergeordneten Abschlüssen zusammenfassen.

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie unter [www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html](http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html)



## Credit-Points fürs Studium

Ihren Xpert Business-Abschluss können Sie bereits an über 60 Studienzentren in Deutschland als Studienleistung anrechnen lassen.

Genaue Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie unter [www.xpert-business.eu/hochschule](http://www.xpert-business.eu/hochschule)

## Weitere Kursangebote aus dem Xpert-Business-Spektrum als Online-Kurse

### Online-Kurs

#### Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z. B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

#### ● Kurs 4246A

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 44 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 340,00

### Online-Kurs

#### Bilanzierung mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.*

#### ● Kurs 4246B

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 40 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 320,00

### Online-Kurs

#### Controlling mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.*

#### ● Kurs 4246C

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 40 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 320,00

### Online-Kurs

#### Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

#### ● Kurs 4246D

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 40 Std.  
Xpert-Business-Lernnetz  
EUR 320,00

### Online-Kurs

#### Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert Business-Zertifikat

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

#### ● Kurs 4246E

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 22 Std.  
Xpert-Business-Lernnetz  
EUR 190,00

### Online-Kurs

#### Finanzwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

● **Kurs 4246F**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 40 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 320,00

**Online-Kurs****Lohn und Gehalt 1  
mit Xpert Business-Zertifikat**

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.  
*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

● **Kurs 4246G**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 48 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 360,00

**Online-Kurs****Lohn und Gehalt 2  
mit Xpert Business-Zertifikat**

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere

steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.  
*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.*

● **Kurs 4246H**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 44 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 340,00

**Online-Kurs****Lohn und Gehalt mit DATEV  
mit Xpert Business-Zertifikat**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für ArbeiterInnen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.  
*Voraussetzungen: Kenntnisse, wie in Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt.*

● **Kurs 4246I**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 19.11.2024, 32 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 275,00

**Online-Kurs****Personalwirtschaft  
mit Xpert Business-Zertifikat**

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre MitarbeiterInnen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt

Ihnen, wie Sie die richtigen MitarbeiterInnen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der ArbeitnehmerInnen berücksichtigt werden.  
*Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse erforderlich.*

● **Kurs 4246J**

Di. u. Do. 18:30 – 20:30 Uhr  
ab 05.11.2024, 40 Std.  
Xpert-Business Lernnetz  
EUR 320,00

**Prüfungskurs****Prüfung Xpert Business**

Jeder Kurs endet mit einer Prüfung von in der Regel 180 Minuten zur Erlangung des Xpert Business Zertifikats (Ausnahme: Einnahme-Überschussrechnung 90 Minuten). Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)  
Eine Prüfungsanmeldung ist spätestens 4 Wochen vor dem Prüfungstermin erforderlich.

**Prüfungsanmeldung:**

katrin.malek@rvsbr.de  
0681 506-4341

● **Kurs 4248P**

Mi. 12.03.2025  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
EUR 65,00

## Kompaktkurse zu DATEV, Lexoffice und SAP R/3

### Online-Kurs

#### Schnupperkurse, Semesterinfo-Veranstaltung

In 6 Veranstaltungen mit einer Dauer von je 30 Minuten lernen Sie an ausgewählten Beispielthemen die Inhalte unserer Kurse 4251 bis 4253 zu DATEV, Lexoffice und SAP R/3 kennen. Diese werden als Einzelkurse in Präsenz und online sowie als Bestandteil von 3 Online-Kurswochen (Bildungsur-laube nach SBFG) angeboten.

Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

*Bitte melden Sie sich über die unten in Klammern genannten Kursnummern an.  
Anmeldeschluss: 02.09.2024*

#### Zeitliche Gliederung:

##### 09:00 – 09:30 Uhr: DATEV Lohnabrechnung mit Demo (Kurs 4250A)

Erfassung von Stammdaten von MitarbeiterInnen, Vorbereitung der Lohnabrechnung

##### 10:00 – 10:30 Uhr: DATEV Finanzbuchführung mit Demo (Kurs 4250B)

Kontierung und Buchungserfassung von Geschäftsvorfällen

##### 11:00 – 11:30 Uhr: SAP R/3 Grundlagen mit Demo (Kurs 4250C)

Konzept, Module und Benutzeroberfläche

##### 14:00 – 14:30 Uhr: SAP R/3 Anwendungen mit Demo (Kurs 4250D)

Ausgewählte Anwendung nach Abstimmung mit Teilnehmenden

##### 15:00 – 15:30 Uhr: Lexoffice FiBu und Lohn (Kurs 4250E)

Buchen von Geschäftsfällen und Entgeltabrechnung

16:00 – 16:30 Uhr: Vorstellung der 3 Online-Kurswochen (Kurs 4250F)  
Inhalte zu den Themen DATEV-Integration, Digitalisierung und Geschäftsprozesse mit SAP R/3

#### ● Kurs 4250

##### Willi Wagner

Sa. 07.09.2024, 09:00 – 16:30 Uhr  
Zoom  
gebührenfrei

### Online-Kurs

#### Digitalisierung in Buchhaltung/ Lohnabrechnung am Beispiel von Lexoffice/Lexware

Sie lernen die Veränderung von Arbeitsprozessen durch Digitalisierung in Wirtschaft und Verwaltung kennen. Am Beispiel der Softwareprodukte Lexoffice und Lexware werden die veränderten Tätigkeitsfelder in der Lohnabrechnung sowie der Buchhaltung näher betrachtet. Die Teilnehmenden arbeiten während des Kurses fallweise mit diesen Programmen. Gegenstand sind auch der rechtliche Rahmen, mit der Digitalisierung verbundene Probleme im Arbeitsleben sowie die gesellschaftlichen Auswirkungen dieser Prozesse.

Detaillierte Informationen zu den Inhalten finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

*Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.*

#### ● Kurs 4251

##### Willi Wagner

Mo. - Fr. 09:00 – 16:30 Uhr  
ab 02.12.2024, 5 Termine  
Zoom  
40 UST, EUR 250,00

### Online-Kurs

#### Integration von DATEV-Lösungen in Entgeltabrechnung, Auftragsbearbeitung und Rechnungswesen

In dieser Online-Seminarwoche erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die Programmteile Lohn und Gehalt, Auftragsbearbeitung sowie Rechnungswesen/Finanzbuchhaltung der DATEV-Software Mittelstand, mit der Beispielfälle bearbeitet werden:

Einrichten eines Firmenstamms; Anlage und Pflege der Stammdaten von MitarbeiterInnen; Erfassung von Lohndaten und Durchführung einer Lohnabrechnung; Abrechnung ausgewählter Beschäftigungsverhältnisse; Kundenauftragsabwicklung vom Angebot zur Fakturierung; Buchen von Geschäftsfällen aus den Bereichen Beschaffung, Produktion, Absatz, Zahlungsverkehr.

*Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.*

#### ● Kurs 4252

##### Willi Wagner

Mo. - Fr. 09:00 – 16:30 Uhr  
ab 21.10.2024, 5 Termine  
Zoom  
40 UST, EUR 250,00

### Online-Kurs

#### Geschäftsprozesse mit SAP R/3 in Logistik und internem/externem Rechnungswesen

In dieser Online-Seminarwoche lernen Sie den Einsatz von SAP R/3-Modulen in den Bereichen Beschaffung, Vertrieb, Kostenrechnung und Controlling sowie Finanzwesen/Buchhaltung kennen. Es wird aufgezeigt, in welcher Weise die integrierte Unternehmenssoftware die Ausführung betrieblicher Kernprozesse unterstützt und ausgewählte betriebliche Aufgaben aus den Bereichen Logistik und Rechnungswesen mit SAP R/3 gelöst werden.

Zur Demonstration wird eine Simulationssoftware von SAP R/3 eingesetzt. Die TeilnehmerInnen können im Online-Kurs nicht auf diese Software zugreifen oder selbst Übungen an ihren Rechnern ausführen. Detaillierte Informationen zu den Inhalten finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt.

#### ● Kurs 4253

##### Willi Wagner

Mo. - Fr. 09:00 – 16:30 Uhr  
ab 20.01.2025, 5 Termine  
Zoom  
40 UST, EUR 250,00

### Computerschreiben

#### Neue Wege zu Ihrer Tastatur!

Lernen Sie Maschinenschreiben am Computer mit der neuen Lehrmethode „Tastschreiben heute“.

Benötigen Sie für eine Bewerbung bzw. Höhergruppierung einen Leistungsnachweis?

Wir bieten Ihnen eine Anschlagsprüfung am Computer nach Absprache an.

Infos zu den Prüfungsterminen erhalten Sie von Frau Katrin Malek:

Fon 0681 506-4341  
katrin.malek@rvsbr.de

#### Abendkurs

#### Tastschreiben heute – Grundkurs

Der Kurs vermittelt die Fertigkeiten, „blind“ auf der Tastatur schreiben zu können. Eine neue Lehrmethode unterstützt das multisensorische Lernen und führt schneller und effizienter zum Ziel als im herkömmlichen Unterricht.

Skript in Kursgebühr enthalten (12 UST + 8 Übungsstunden).

#### ● Kurs 4286

##### Gerhard Zägel

Mi. 17:00 – 20:00 Uhr  
ab 30.10.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
20 UST, EUR 100,00 (82,00)

#### ● Kurs 4287

##### Gerhard Zägel

Mi. 17:00 – 20:00 Uhr  
ab 08.01.2025, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
20 UST, EUR 100,00 (82,00)

#### Prüfungskurs

#### Prüfung/Abschreibprobe – Termin nach Absprache

10 min. – Prüfung am Computer mit Bescheinigung der Anschlagzahl und der Gesamtnote (nach den Rechtsvorschriften der Industrie- und Handelskammer).

Die Prüfungsgebühr für eine Einzelprüfung beträgt 72,00 Euro!

(48,00 Euro pro TeilnehmerIn bei einer Mindestanmeldung von 4 TeilnehmerInnen)

#### ● Kurs 4297

##### Gerhard Zägel

ab Mo. 16.09.2024  
Prüfung nach Absprache!  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
EUR 72,00

## KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG

**EDV UND  
KOMMUNIKATIONSTECHNIK  
FÜR ÄLTERE**

Voraussetzung für eine Teilnahme an den EDV-Kursen der Akademie für Ältere (4300-4311) ist ein Mindesteintrittsalter von 65 Jahren sowie die Zahlung der Semestergebühr in Höhe von 30 Euro (zuzüglich der jeweiligen Kursgebühr sofern in der Kursbeschreibung nicht der Vermerk „ohne Zusatzgebühr“ oder „gebührenfrei“ steht). Bitte buchen Sie daher bei Ihrer ersten Anmeldung im Semester zusätzlich Kurs Nr. 1600 für die Semestergebühr. Achtung: Schriftliche Anmeldung erforderlich!

**Einzelveranstaltung  
Informationsveranstaltung zu den  
Kursen „EDV und Internet“**● **Kurs 4300****Michael Bernardi**

Mo. 09.09.2024, 14:00 – 15:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Smartphone für Senioren: Ihr Handy verstehen und beherrschen**

Vielleicht haben Sie von Ihren Kindern oder Enkeln ein Smartphone geschenkt bekommen und sind unsicher in der Nutzung. Oftmals müssen Sie sich von Ihren Angehörigen erklären lassen, wie alles funktioniert. Für diejenigen, die bereits seit Jahren ein Smartphone besitzen, kann es schwierig sein, sich in die Lage von Anfängern zu versetzen. Unser Kurs bietet Unterstützung, um Ihr Smartphone besser zu verstehen und effektiver zu nutzen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Smartphone einrichten, Geräte

sicher konfigurieren, Funktionen und hilfreiche Apps nutzen. Sie erhalten auch Informationen zur installierten Software und lernen, Updates durchzuführen. Bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit, und wir helfen Ihnen, das Gelernte direkt in der Praxis anzuwenden. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes iPhone oder Android-Smartphone (Akku aufgeladen!)*

● **Kurs 4302****Torsten Meyer**

Mo. 11.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Di. 12.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
8 UST, EUR 50,00

**Vormittagskurs****Finanzen im Griff – Einfach und sicher digital verwalten**

Im Zeitalter des digitalen Wandels sind viele Banken gezwungen, ihre Filialen zu reduzieren, was Online Banking zur praktischen Alternative macht. Sie können jetzt Bankgeschäfte wie Daueraufträge einrichten und Überweisungen durchführen, ganz bequem von Ihrem Computer oder Smartphone aus. In unserem Kurs zeigen wir Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten des Online Bankings, wie einfach Sie diese nutzen können und worauf Sie in Bezug auf die Sicherheit achten sollten. Wir erläutern Ihnen, wie sicheres Online Banking funktioniert, welche Alltagsvorteile es bietet und welche einfachen Vorsichtsmaßnahmen für Sie von Bedeutung sind. Bringen Sie Ihre eigenen Endgeräte mit, und setzen Sie das Gelernte direkt in die Praxis um. Lernen Sie, wie Sie Ihre Bankgeschäfte sicher und komfortabel online erledigen können.

**Dozentinnen und  
Dozenten****GERHARD ZÄGEL**

*Dozent im Bereich der  
kaufmännischen Weiterbildung*

» Seit 1984 biete ich als Dozent der Saarbrücker vhs Bewerbungstraining und das Fach Computerschreiben (früher Maschinenschreiben) an. Für jede Tastatur, die man mit zehn Fingern bedienen kann, kann ich Ihre Anschlagszahl erhöhen und testen – Daumen-training für Smartphones kostet aber extra ... «

● **Kurs 4303****Torsten Meyer**

Mi. 13.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr

Do. 14.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, EUR 50,00

**Nachmittagskurs****Erste Schritte am Computer mit Windows – Grundkurs**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast anhand von praxisnahen Beispielen. Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen. Sie starten Programme/Apps mit dem neuen Betriebssystem Windows 11 und üben den Umgang mit Maus und Tastatur bzw. Touchscreen. Sie lernen die feinen Unterschiede zu Windows 10 kennen. Sie erstellen und speichern einen Text. Sie ordnen Dokumente und Ordner. Sie passen Windows an Ihre Bedürfnisse an. Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen. Sie stellen eine Verbindung zum Internet her und besuchen Internetseiten. Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können.

*Voraussetzungen: Es werden keinerlei Computer-Kenntnisse vorausgesetzt.*

● **Kurs 4305****Stefan Breil**

Mo. - Fr. 16:00 – 19:00 Uhr

ab 04.11.2024, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

20 UST, EUR 100,00

**Nachmittagskurs****Erste Schritte am Computer mit Windows – Lerntreff**

Als Zusatz zum Anfängerkurs erhalten Sie Unterstützung bei sämtlichen Fragen rund um die Verwendung von Windows. Gezielt können spezifische Themen und Interessen wiederholt oder vertieft werden. In diesem Lerntreff liegt der Fokus auf den individuellen Schwierigkeiten der Teilnehmenden im Umgang mit Windows. In einer entspannten und offenen Atmosphäre werden gemeinsam Lösungen erarbeitet. Das Ziel besteht darin, dass die TeilnehmerInnen ihre persönlichen Herausforderungen bewältigen können und in der Lage sind, ihren PC oder Laptop eigenständiger und selbstbewusster zu nutzen.

*Voraussetzungen: Es werden erste Erfahrungen im Umgang mit dem Computer vorausgesetzt.*

● **Kurs 4306****Stefan Breil**

Mo. 16:00 – 19:00 Uhr

ab 11.11.2024, 6 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

24 UST, EUR 120,00

**In Kooperation mit  
EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V.****Nachmittagskurs****DIGI-Stammtisch für PC,  
Smartphone & Co**

Der offene EDV - Kreis ist von älteren Menschen initiiert. Er bietet Gleichgesinnten Hilfestellung und Lösungen bei Problemen im Umgang mit Laptop oder Smartphone, sowie bei den Anwendungen und Apps. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Bringen Sie bitte Ihren Laptop oder Ihr Smartphone (auch Apple-Geräte) mit. Keine Anmeldung erforderlich.*

● **Kurs 4309**

Di. 15:30 – 17:00 Uhr

ab 01.10.2024, 6 Termine

Altes Rathaus, Raum 5

12 UST, gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Windows mit dem eigenen Notebook**

Wer ein neues Notebook (auch Laptop) gekauft hat, erhält heute Windows 11 als vorinstalliertes Betriebssystem. Kennt man Windows 10, stellt man fest, dass sich Einrichtung und Benutzung des Gerätes unter Windows 11 deutlich vom Gewohnten unterscheidet. Analog zu den „Windows 10“-Kursen werden die Datenverwaltung mit dem Explorer, die Verwendung zu Windows gehörender Zusatzprogramme zum Rechnen und Schreiben, zum kreativen Einsatz und zur Recherche im Internet geübt. Thematisiert wird auch die Vermeidung möglicher, kostenpflichtiger Fallen, insbesondere bei der Software-Nutzung.

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: z. B. Kurs EDV-Grundlagen, eigenes Notebook.*

● **Kurs 4311****Stefan Breil**

Mo. - Fr. 14:00 – 17:15 Uhr

ab 09.12.2024, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

20 UST, EUR 100,00

## EDV-INFORMATIK ZIELGRUPPENÜBERGREIFEND

EDV-INFORMATIK  
ZIELGRUPPENÜBERGREIFENDEDV-Grundlagenkurse, Windows und  
MacOS

## Wochenendkurs

## EDV-Grundlagen am Wochenende

Sie möchten in die IT-Welt einsteigen, haben aber bisher Fenster nur zum Lüften geöffnet und kennen Menüs nur aus dem Restaurant? In diesem Grundlagenkurs erfahren Sie, wie Computer funktionieren und welche Bauteile für den Umgang damit besondere Bedeutung haben, damit Sie beim Kauf nicht nur „Bahnhof“ verstehen. Sie erlernen die Verwendung von Tastatur und Maus unter Windows, und vollziehen den Einstieg in die Verwendung von Menüs, Fenstern, Laufwerken, Ordnern und Dokumenten. Wir stellen Apples MacOS X und Linux als alternative Betriebssysteme vor und geben Ihnen Gelegenheit, das „look & feel“ zu vergleichen. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Anwendungsbereiche von Software (z. B. Text- oder Bildbearbeitung, Tabellenkalkulation, E-Mail) und können mit diesem Wissen Ihre individuelle IT-Weiterbildung bedarfsorientiert planen.

Vorkenntnisse: keine!

## ● Kurs 4320

**Bernhard Dick**

Fr. 15.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 16.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

12 UST, EUR 80,00 (60,00)

## ● Kurs 4321

**Bernhard Dick**

Fr. 17.01.2025, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa. 18.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

12 UST, EUR 80,00 (60,00)

## Abendkurs

EDV-Grundlagen – Windows –  
Internet

Funktionsweise von Computern, Hardware und Software, Betriebssystem Microsoft Windows (Umgang mit der Maus, mit Programmen, Windows-Einstellungen), Arbeiten mit Dateien und Ordnern, Erste Schritte im Internet (Surfen, Suchen, E-Mail ...). Erstellung von einfachen Texten mit MS-Word, Austausch von Daten über die Zwischenablage.

Skript in der Kursgebühr enthalten!

Vorkenntnisse: keine

## ● Kurs 4322

**Bernhard Dick**

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 04.11.2024, 5 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

20 UST, EUR 120,00 (90,00)

## Einzelveranstaltung

## EDV-Grundwissen – Einstufungstest

Ob altbacken als „Elektronische Datenverarbeitung“ (EDV) oder modern als „Informationstechnologie“ (IT) bezeichnet, wir alle kommen fast täglich damit in Berührung und müssen in der Lage sein, mit den verschiedenen Bedienoberflächen zurecht zu kommen. Jedoch geht die Schere zwischen den privat und beruflich existierenden Anforderungen und den real vorhandenen Kenntnissen weiter auseinander, was eine zielführende und effiziente Teilnahme an weiterführenden Kursen erschwert.

Daher bieten wir ab sofort allen, die un-

Dozentinnen und  
Dozenten**TORSTEN MEYER**

*Techn. Ingenieur, Ausbilder,  
Berufspädagoge*

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine Teilnehmenden in den verschiedenen IT-Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmenden ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT-Problem ist so vielfältig wie die Teilnehmenden selbst. In meinen Kursen werden nicht nur die technischen Probleme gelöst, sondern auch die entsprechenden Hintergründe erklärt. Eine nachhaltige Wissensvermittlung ist mein Anspruch. Ich bin immer wieder stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine Teilnehmenden eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

sicher sind, ob ihre Kenntnisse und Fertigkeiten für anwendungsbezogene Kurse (z. B. Office, Bildbearbeitung) ausreichen, diesen Einstufungstest an. Individuelle Termine sind möglich. Voranmeldung zwingend erforderlich!

● **Kurs 4325**

**Michael Bernardi/Jürgen Roland**

ab Mo. 16.09.2024  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
gebührenfrei

**Wochenendkurs**

**Windows – Einführung am Wochenende**

Mit Windows 11 hat Microsoft die Oberfläche und Bedienung seines Betriebssystems verändert. Die neue Version ist besonders für Tablets und Touchscreen-Geräte optimiert. Doch ist mein PC für Windows 11 geeignet? Laufen meine Programme und Geräte weiter? Was sind Apps? Lässt sich meine Arbeitsumgebung problemlos übertragen? Diese und andere Fragen werden im Kurs beantwortet. Zudem erhalten Sie einen Überblick über die neue Benutzeroberfläche, die verbesserte Touchscreen-Steuerung, das aktualisierte Dateimanagement sowie Neuerungen bei Internet- und Multimedia-Programmen, Benutzer- und Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen. Auch die Nutzung bekannter Funktionen wie der Taskleiste unter Windows 11 wird behandelt.

*Voraussetzungen: EDV-Grundlagen*

● **Kurs 4330**

**Bernhard Dick**

Fr. 24.01.2025, 18:00 – 21:00 Uhr  
Sa. 25.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
12 UST, EUR 80,00 (65,00)

**Nachmittagskurs**

**macOS mit dem eigenen MacBook**

Erlernen Sie den Umgang mit Apple-Computern und vollziehen den Umstieg von Windows bzw. den Einstieg in die Mac-Welt! Ziel ist es, Sie sicherer und vertrauter im Umgang mit dem MAC-Betriebssystem zu machen. Im Detail:

- Das Betriebssystem macOS und seine Systemeinstellungen
- Arbeiten mit Dock und Finder
- Ordnung auf dem MAC: Dateien auch wiederfinden!
- Arbeiten mit dem MAC: Dokumente, Tabellen, etc.
- Bei Bedarf und auf Wunsch: Arbeiten mit Mail, Adressbuch und Kalender, Internetbrowser
- Einführung in AppleMusic, Grundlagen im Umgang mit Foto-Dienstprogrammen, Datensicherungen und Sicherheit

Termine und Inhalte für Fortsetzungskurse können in der Gruppe vereinbart werden!

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse, eigener MacBook (Akku aufgeladen).*

● **Kurs 4340**

**Patrick Wiemers**

Mi. 14:15 – 18:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 3 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
15 UST, EUR 95,00 (80,00)



**Online-Kurs**

**Apple vs. Windows**

Überlegen Sie, auf Apple umzusteigen und die Windows-Welt hinter sich zu lassen, aber haben Bedenken wegen des Umstiegs? Dann ist dieses Webinar genau das Richtige für Sie!

Apple-Produkte sind stilvoll, stabil, sicher, hochwertig und langlebig. Doch worin

unterscheiden sie sich von Windows-Systemen? Welches Apple-Gerät – iMac, MacBook Air, Pro oder Mini – ist das richtige für Sie? Dieses Webinar bietet Ihnen Entscheidungshilfen, Kaufberatung und praktische Tipps zum Umstieg. Es gibt einen Überblick über die Unterschiede und worauf Sie beim Wechsel achten müssen.

● **Kurs 4342**

**Thilo Herzau**

Sa. 12.10.2024, 14:30 – 16:30 Uhr  
Zoom  
2,7 UST, EUR 45,00

● **Kurs 4343**

**Thilo Herzau**

Sa. 01.02.2025, 14:30 – 16:30 Uhr  
Zoom  
2,7 UST, EUR 45,00

**Smartphone und Tablet**

**Nachmittagskurs**

**Einsatz des eigenen iPhone**

In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit dem eigenen Apple iPhone. Bedienung und Konfiguration sind genauso Inhalte des Kurses wie die Nutzung der vorinstallierten Apps oder die Installation von Apps und Medien über den App Store. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes iPhone (Akku aufgeladen!)*

● **Kurs 4350**

**Patrick Wiemers**

Mi. 15:00 – 18:00 Uhr  
ab 06.11.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
16 UST, EUR 100,00 (85,00)

**Nachmittagskurs****Arbeiten mit dem eigenen Apple iPad**

Wie kann ich das iPad im Alltag hilfreich einsetzen? Solche und ähnliche Fragen werden in diesem Kurs ausführlich behandelt. Sie lernen Ihr Apple iPad zu bedienen und zu konfigurieren. Sie können danach die vorinstallierten Apps nutzen oder selbst Apps und Medien über den Apple AppStore installieren. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes iPad, MacOS-Kenntnisse hilfreich*

● **Kurs 4351**

**Patrick Wiemers**

Mi. 14:15 – 18:00 Uhr

ab 05.02.2025, 3 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 9

15 UST, EUR 95,00 (80,00)

**Abendkurs****Effektiv die iCloud nutzen – Vernetzen Sie Ihre Apple Geräte**

Sie führen ein Einzelunternehmen und möchten Ihre Steuerberatung besser verstehen? In diesem kompakten Kurs erhalten Sie das passende Vokabular. Wesentliche Grundlagen werden anhand praktische Beispiele erläutert. Außerdem bekommen Sie ein besseres Verständnis für Ihre Kalkulation und Preisgestaltung. Sie lernen Einnahmen, einschließlich der Materialien, der Arbeitszeit, der Risiken und sonstiger Ausgaben zu kalkulieren, um einen angemessenen Gewinn zu erzielen.

● **Kurs 4352**

**Mario Marra**

Di. 29.10.2024, 17:00 – 20:00 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

4 UST, EUR 25,00

**Abendkurs****iPhone- und iPad-Treff**

Haben Sie bereits erste Erfahrungen mit Ihrem iPhone oder iPad gemacht, haben aber noch viele Fragen oder ungelöste Probleme? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Workshop steht das praktische Arbeiten im Vordergrund. Es gibt kein festes Thema – jede Person bringt ihr iPhone oder iPad mit, berichtet von eigenen Erfahrungen und stellt Probleme oder Fragen zur Diskussion. Sie treffen auf andere Interessierte, können sich austauschen und erhalten Unterstützung von unserer erfahrenen Dozentin. Ihre persönlichen Herausforderungen können Sie in einer ungezwungenen Atmosphäre bewältigen. Dieser Kurs eignet sich für Einsteiger ohne Vorkenntnisse. Die Volkshochschule haftet nicht für mitgebrachte Geräte.

*Voraussetzungen: eigenes iPhone oder iPad (Akku aufgeladen!)*

● **Kurs 4355**

**Natalie Kelm-Richter**

Di. 15:30 – 17:00 Uhr

ab 21.01.2025, 3 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 1

6 UST, EUR 35,00

**Einzelveranstaltung****Smartphones mit Android (Einrichtung)**

Sie haben ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft und es noch nie benutzt. Sie würden gerne das Smartphone einrichten, haben aber noch nie eine SIM-Karte ausgepackt? Dieser Kurs ist geeignet für alle, die bisher kein Smartphone genutzt haben und es nun zur ersten Verwendung einrichten wollen. Hier wird die grundlegende Funktionsweise des Smartphones besprochen und das vorhandene Smartphone eingerichtet.

**Dozentinnen und Dozenten****THORSTEN SCHEUERMANN**

**Computer-, Tablet- und Handy-Kurse**

» Bereits vor dem Einzug von MS-Windows auf den heimischen Computern durfte ich schon meine ersten Erfahrungen an Rechnern sammeln, und so konnte ich den Einzug der ersten Windows-Versionen live mitverfolgen.

Die ersten Mobiltelefone erschienen dann während meiner Jugend und so kam es auch, dass ich, lange bevor es Smartphones gab, eine persönliche Affinität zu mobilen Endgeräten entwickelte.

Es macht mir große Freude, Ihnen in meinen Kursen mein Wissen weiterzugeben. «

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes Android Smartphone, voll aufgeladener Akku, Ladegerät, passende SIM-Karte für das Smartphone (Prepaid-SIM Karten sollten mit etwas Guthaben aufgeladen sein)*

● **Kurs 4360**

**Thorsten Scheuermann**

Do. 07.11.2024, 17:00 – 19:15 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
3 UST, EUR 25,00

**Abendkurs**

**Smartphones mit Android – Grundlagen**

Mit dem Handy einfach nur telefonieren? Das geht auch, aber die meisten Menschen nutzen heutzutage ein Smartphone, das viele weitere nützliche Funktionen bietet. Fotografieren, Filmen, im Internet surfen und E-Mail versenden, sind hierbei die am meisten verwendeten Funktionen. In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit dem Android OS und den Grundfunktionen des Smartphones. WLAN einrichten, E-Mail-Einrichtung, Apps installieren, usw. Natürlich werden auch einige aktuelle Apps besprochen. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Komplette eingerichtetes Android Smartphone mit mindestens Android 10, voll aufgeladener Akku und ein Ladegerät. Es darf keine Spezial-Software (z. B. Jugendschutz-Software, o. ä.) den Zugang zum Betriebssystem versperren.*

● **Kurs 4361**

**Thorsten Scheuermann**

Do. 17:00 – 19:15 Uhr  
ab 14.11.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
12 UST, EUR 80,00 (60,00)

**Nachmittagskurs**

**Erste Schritte mit dem Smartphone (Android) – ein Lerntreff**

In unserem Kurs entdecken Sie gemeinsam die Grundlagen und Funktionen Ihres Android-Smartphones. Lernen Sie, wie Sie Ihr Gerät einrichten, Apps installieren und nutzen sowie grundlegende Sicherheitsmaßnahmen. Tauschen Sie sich in einer entspannten Atmosphäre mit anderen Teilnehmenden aus und erhalten Sie hilfreiche Tipps zur Nutzung von E-Mails, Internet und sozialen Medien. Dieser Kurs ist ideal für Anfänger mit wenig Vorkenntnissen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● **Kurs 4362**

**Stefan Breil**

Mo. 16:00 – 19:00 Uhr  
ab 06.01.2025, 6 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
24 UST, EUR 120,00

**Nachmittagskurs**

**Umstieg mit dem Smartphone – Übertragung der Daten auf ein neues Gerät**

Haben Sie ein neues Smartphone und möchten Ihre Daten sicher und problemlos übertragen? In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Kontakte, Fotos, Apps und weitere wichtige Daten von Ihrem alten auf Ihr neues Gerät übertragen. Unsere erfahrene Dozentin steht Ihnen dabei mit Rat und Tat zur Seite. Dieser Kurs ist ideal für alle, die den Wechsel auf ein neues Smartphone reibungslos gestalten möchten. Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

● **Kurs 4363**

**Natalie Kelm-Richter**

Do. 13.02.2025, 15:30 – 17:00 Uhr  
Do. 20.02.2025, 15:30 – 17:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
4 UST, EUR 25,00

**Anwendungen im Internet**

**Abendkurs**

**Daten sicher sichern – Speichern in der Cloud**

Der Kurs bietet einen Überblick über die Möglichkeiten der Nutzung von Cloud-Speicherlösungen. In diesem Kurs erfahren Sie, warum immer mehr Privatpersonen auf Cloud-Anwendungen zur Datenspeicherung setzen. Sie lernen den Umgang mit One Drive, Google Drive usw. kennen. Nach dieser Veranstaltung werden Sie ein besseres Verständnis für die Vorteile der Datenspeicherung über Cloud-Anwendungen haben und können eigenständig Ihre Daten, Fotos etc. „in der Cloud“ langfristig sichern.

● **Kurs 4365**

**Stefan Breil**

Do. 13.02.2025, 16:00 – 19:00 Uhr  
Do. 20.02.2025, 16:00 – 19:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
8 UST, EUR 40,00

 **Online-Kurs**

**Die Welt der Apps**

Apps erfreuen sich großer Beliebtheit! Aber warum? Was ist eine App, und wie lade ich sie herunter? Wie wähle ich zwischen Millionen Apps die richtige aus für mich? Lernen Sie in diesem Kurs, aus Ihrem Smartphone mehr herauszuholen – ob Staumelder, Blitzer-App, Navigation bis zu Hotels, Tickets, Wander- und Radtouren planen oder bestellen, oder auch per Smartphone bezahlen. Nutzen Sie die un-

## EDV-INFORMATIK ZIELGRUPPENÜBERGREIFEND

endlichen Möglichkeiten praktischer Funktionen für den Alltag. Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

● **Kurs 4367****Thilo Herzau**

So. 13.10.2024, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

● **Kurs 4368****Thilo Herzau**

So. 15.12.2024, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

🏠 **Online-Kurs****Geld verdienen im Internet durch Verkaufen**

Internet-Verkaufsplattformen erfreuen sich immer stärkerer Beliebtheit. Allein Ebay hat in Deutschland mehr als sechs Millionen registrierte Mitglieder, die täglich rund eine Million Artikel anbieten bzw. kaufen.

Bücher, Kleider, Elektronik-Artikel und vieles mehr finden über diverse An- und Verkaufs-Portale neue Besitzer.

Interaktiv werden grundlegende Inhalte, wie z. B. Text-Formulierungen, Artikelbeschreibung, Versand, Rechtliches behandelt, um Sie zum erfolgreichen Verkäufer zu machen. Bei Anmeldung bitte E-Mail Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

● **Kurs 4373****Thilo Herzau**

Sa. 09.11.2024, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

● **Kurs 4374****Thilo Herzau**

Sa. 22.02.2025, 14:30 – 16:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

**Abendkurs****WhatsApp mit dem Smartphone oder iPhone**

WhatsApp ist auf ihrem Smartphone/ iPhone installiert, Sie haben bereits einige Nachrichten verfasst/erhalten? Aber nun wollen Sie mehr wissen. In diesem Kurs gehen wir auf die wichtigsten Funktionen ein, z. B. Versenden von Bildern und Videos, Sprachnachrichten aufnehmen und senden, Videoanrufe tätigen, Nachrichten löschen, Chats leeren und archivieren.

Wie speichere ich Kontakte, damit ich diese in WhatsApp finde? Worauf ist bei Sicherheitseinstellungen und Privatsphäre zu achten? Wie erstelle ich eine Sicherung meiner Chatverläufe? Was tue ich, wenn sich meine Handynummer ändert oder ich ein neues Smartphone bekomme? Wie bewältige ich die Flut an zugesandten Medien und schaffe Ordnung? Was sind Gruppen und wie nutze ich sie? Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes Smartphone, Grundkenntnisse in der Bedienung und praktische Erfahrung damit.*

● **Kurs 4377****Natalie Kelm-Richter**

Di. 03.12.2024, 17:00 – 20:45 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

5 UST, EUR 35,00

**Dozentinnen und Dozenten****STEFAN BREIL**

» Als staatlich geprüfter Betriebswirt mit Schwerpunkt Datenverarbeitung und langjähriger Erfahrung als Dozent habe ich mich auf PC- und Microsoft-Windows-Kurse sowie Android-Smartphone-Kurse spezialisiert. Mein Fokus liegt darauf, ältere Menschen dabei zu unterstützen, sich mit modernen Technologien vertraut zu machen. Mit über 30 Jahren Berufserfahrung in den Bereichen IT, Grafik und Design besitze ich umfassende Kenntnisse, die ich gerne weitergebe. Es ist meine Mission, den Teilnehmenden dabei zu helfen, das erforderliche Selbstvertrauen im Umgang mit Computern und Smartphones aufzubauen und ihre digitalen Fähigkeiten mit Freude weiterzuentwickeln. <<

**Nachmittagskurs****ChatGPT – Künstliche Intelligenz im Alltag**

ChatGPT ist in aller Munde. Wir möchten Ihnen zeigen, wie Sie die KI im Alltag als hilfreiches Werkzeug einsetzen können. Folgende Kursbeschreibung ist mit ChatGPT erstellt:

Nutzen Sie mich für die Informationsbeschaffung zu verschiedenen Themen. Ich unterstütze bei Recherchen für Hausaufgaben, Projekte und persönliche Interessen. Als sprachliche Unterstützung stehe ich bei Fragen zur Grammatik, zum Satzbau und zum Vokabular zur Seite. Ich gebe Feedback und helfe beim Erlernen von Fremdsprachen. Bei kreativen Blockaden diene ich als Inspirationsquelle für Schreiben, Kunst, Kochen und andere Projekte. Ich liefere Ideen und unterstütze bei der Entwicklung neuer Ansätze. Ich gebe Meinungen und Informationen zur Qualität, Funktionen und Kundenbewertungen von Produkten. Bei technischen Problemen helfe ich auch bei Fehlerbehebung, Einstellungen und Problemlösungen für Computer, Smartphones und andere Geräte.

● **Kurs 4380****Mario Marra**

Do. 31.10.2024, 17:00 – 20:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
4 UST, EUR 25,00

● **Kurs 4381****Mario Marra**

Do. 06.03.2025, 17:00 – 20:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
4 UST, EUR 25,00

**Nachmittagskurs****Mit dem TV-Stick Fernsehen und Medien neu erleben**

Fernsehen im digitalen Zeitalter – Erfahren Sie, wie Sie Ihren Fernseher mit einem TV-Stick smart machen. Lernen Sie, Streaming-Dienste, Mediatheken und Apps zu nutzen, um ein vielfältiges Medienangebot zu genießen. Wir zeigen Ihnen die Einrichtung, Bedienung und nützliche Tipps zur optimalen Nutzung Ihres TV-Sticks. Der Kurs richtet sich an alle, die ihr Fernseherlebnis erweitern möchten und Medien im digitalen Zeitalter auf einfache Weise konsumieren wollen.

● **Kurs 4385****Stefan Breil**

Mi. 04.12.2024, 16:00 – 19:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
4 UST, EUR 25,00

**Nachmittagskurs****Soziale Netzwerke für Unerfahrene**

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die über soziale Netzwerke neue oder bestehende Bekanntschaften finden und pflegen wollen. Wie finde ich jemanden bei einem sozialen Netzwerk? Wie folge ich jemanden? Was ist ein „Hashtag“? Was ist ein „Like“? Wie kann ich über meine Hobbys oder Interessen neue Bekanntschaften schließen? Wie schütze ich mich, meinen Account, meine Privatsphäre und wofür ist ein Support da?

Diese und andere Fragen werden in diesem Kurs in einer ungezwungenen Atmosphäre praktisch angegangen. Gerne können Sie eigene Fragen vorbereiten und mitbringen.

In dem Kurs wird auf die Grundlagen folgende Netzwerke eingegangen: Instagram, Facebook, Pinterest, Twitter oder LinkedIn, wobei die Prioritäten zusammen am Anfang des Kurses besprochen werden.

Die Volkshochschule haftet nicht für die mitgebrachten Geräte.

*Voraussetzungen: Eigenes Smartphone, Grundkenntnisse in der Bedienung und praktische Erfahrung damit.*

● **Kurs 4396****Natalie Kelm-Richter**

Di. 11.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr  
Di. 18.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
4 UST, EUR 25,00

**OFFICE-ANWENDUNGEN**

Die Schulungen zu sämtlichen Microsoft Office-Anwendungen sind auch für NutzerInnen von Apple-Computern (MacBook, iMac u. a.) geeignet.

**Office-Kurse „querbeet“****Abendkurs****MS-Office „querbeet“**

- Allgemeines zur Office-Bedienoberfläche.
- Textverarbeitung mit Word (Texteingabe und Fehlerkorrektur, Zeichen- und Absatzformatierung; Einfügen von Objekten; Seriendruck).
- Tabellenkalkulation mit Excel (Arbeitsmappenkonzept; Erstellen und Formatieren von Tabellen; komplexere Formeln und Funktionen, Diagramme).
- Präsentieren mit PowerPoint (Erstellen einer Bildschirmpräsentation).
- Outlook: eMail-Nachrichten senden und empfangen; Anhänge; Kontakte und Adressen verwalten, Termine und Besprechungen, Aufgaben
- Datenaustausch zwischen Office-Programmen.

## OFFICE-ANWENDUNGEN

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4401**

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Di. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 01.10.2024, 8 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
32 UST, EUR 230,00 (175,00)

**Bildungsurlaub**

**MS-Office „querbeet“**

Inhalte ⊗ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4401

● **Kurs 4402**

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Mo. - Do. 09:00 – 16:00 Uhr  
ab 20.01.2025, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
32 UST, EUR 230,00 (175,00)

**Wochenendkurs**

**MS-Office „querbeet“  
(Wochenende, kompakt)**

Word 365:

- Briefkopf, Layout, Grafiken, SmartArts, Textfluss, Serienbrief
- Excel 365:
- Tabellen erstellen, Arbeitsmappenkonzept, Formeln, Funktionen, Diagramme
- PowerPoint 365:
- Präsentationsvorlagen, Layout, Folienübergänge, Animationen, Handouts
- Outlook 365:
- E-Mails mit Signatur, Anhang, Lesebestätigung, Kontakte, Verteiler, Kalender, Freigaben, Terminkoordination, Aufgaben, Delegation, Monitoring

Voraussetzungen:

Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4404**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Fr. 24.01.2025, 17:00 – 20:00 Uhr  
Sa. 25.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
Fr. 31.01.2025, 17:00 – 20:00 Uhr  
Sa. 01.02.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
24 UST, EUR 160,00 (120,00)

**Textverarbeitung**

**Abendkurs**

**MS-Word kompakt**

Streifzug durch die Funktionalitäten von Microsoft Word:

- Onlinevorlagen verwenden, Gestaltungsmöglichkeiten
- Kopf- und Fußzeile, Logo und Seitenzahl einfügen, Briefkopf erstellen
- Zeilenabstand, mehrspaltiges Design
- Lineal, Tabulatoren und Einzüge
- Aufzählungen verschachteln
- SmartArt für Organigramme oder Prozessabläufe entwickeln
- Einfügen von Tabellen, Formen, Wasserzeichen und Umbrüchen
- Layout: Bilder verankern und von Text umfließen lassen
- einfacher Serienbrief
- Druckoptionen, Seitenränder
- Maus-Handling und nützliche Tastaturabkürzungen

Zielgruppe: EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

Voraussetzungen:

Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4410A**

**Bernhard Dick**

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 30.10.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Bildungsurlaub**

**MS-Word kompakt**

Inhalte ⊗ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4410A

● **Kurs 4410B**

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Mo. 07.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Di. 08.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Wochenendkurs**

**MS-Word kompakt**

Inhalte ⊗ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4410A

● **Kurs 4410W**

**Tobias Woll**

Sa. 23.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Sa. 07.12.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Wochenendkurs**

**Professionelle Serienbriefe  
mit Word und Excel**

- Serienbrief-Vorlagen anlegen
- Serienbriefe erstellen
- Formatierung und Sortierung
- vorhandene Datenquellen mittels externer Daten einbinden
- Adress-Selektion
- Serienbrief- und Bedingungsfelder einfügen
- Arbeiten mit Feldfunktionen
- Etikettendruck

Teil des Seminars ist die Konzeption einer Stammdatenverwaltung mithilfe von Excel. Die dafür benötigten Kenntnisse werden im Seminar vermittelt.  
Voraussetzungen: Windows- und Word-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4412****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Sa. 23.11.2024, 10:00 – 15:00 Uhr  
 Rathaus-Carré PC-Saal 1  
 6 UST, EUR 60,00 (45,00)

**Abendkurs****Professionelle Serienbriefe mit Word und Excel**

Inhalte & Voraussetzungen: siehe Kurs 4412.

● **Kurs 4412A****Bernhard Dick**

Mi. 11.12.2024, 18:00 – 20:15 Uhr  
 Mi. 18.12.2024, 18:00 – 20:15 Uhr  
 Rathaus-Carré PC-Saal 1  
 6 UST, EUR 60,00 (45,00)

**Bildungsurlaub****Effiziente Formatierung wissenschaftlicher Arbeiten mit MS-Word**

Der Kurs wendet sich an alle, die in Studium, Beruf oder auch privat umfangreiche Dokumente erstellen müssen und dabei an bestimmte Vorgaben gebunden sind. In der Praxis lernen Sie die in Word verfügbaren Werkzeuge und Methoden kennen und nutzen. Sie erarbeiten eine klare Gliederung für wissenschaftliche Arbeiten, setzen geeignete Schriftarten und -größen ein und verwenden Überschriften und Absätze passend. Wir

- erstellen eigene und nutzen vorhandene Dokument- und Formatvorlagen
- erstellen Inhalts-, Abbildungs- und Literaturverzeichnisse
- setzen Querverweise, Fuß- und Endnoten ein
- verwenden Kopf- und Fußzeilen, auch in unterschiedlicher Gestaltung durch Abschnitte

- platzieren und bearbeiten Tabellen, Diagramme und Bilder
- Voraussetzungen: *Windows- und Word-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 4413****Beate Luckas, Dozentin für digitale Medien**

Mo. - Mi. 09:00 – 16:00 Uhr  
 ab 03.02.2025, 3 Termine  
 Rathaus-Carré PC-Saal 2  
 24 UST, EUR 195,00 (150,00)

**Kommunikation, Groupware****Wochenendkurs****Microsoft Outlook für Einsteiger**

Grundlegendes zu MS-Outlook als E-Mail-Client

- E-Mails verfassen, gestalten und senden
- E-Mails empfangen, beantworten und weiterleiten
- Umgang mit Anlagen beim Senden und Empfangen
- Arbeiten mit Ordnern. Verwalten, suchen und archivieren von E-Mails
- Kontakte verwalten und das Adressbuch nutzen
- Einrichten neuer E-Mail-Konten (POP3, SMTP, IMAP)
- E-Mail-Sicherheit
- Überblick über Planung und Verwaltung von Terminen und Aufgaben

Voraussetzungen:

*Windows-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 4415****Bernhard Dick**

Sa. 09.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
 Rathaus-Carré PC-Saal 2  
 8 UST, EUR 90,00 (70,00)

**Bildungsurlaub****Organisation und Zeitmanagement mit Microsoft Outlook**

Sie lernen, Outlook effektiv zur eigenen Organisation und für ihr Zeitmanagement einzusetzen:

- Einrichtung des E-Mail-Programms: Ansicht/Layout, Signatur, Abwesenheitsnotiz, Automatisierung mittels Reglassistent etc.
- Kalender: (Serien-)Termine, Freigabe, Verfügbarkeiten
- Aufgaben-Modul: To-do-Liste, Tätigkeiten delegieren und monitoren
- effizientes Modul-übergreifendes Arbeiten: Termin/Aufgabe aus einer E-Mail generieren
- Erinnerung & Wiedervorlage
- professionelles Arbeiten mit Kategorien
- Zeitmanagement-Methoden und deren Umsetzung
- Selbstorganisation bei begrenztem Speicherplatz, Ablage und Archivierung
- Tipps & Tricks

Voraussetzungen:

*Outlook-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 4416****Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 28.11.2024, 08:30 – 16:15 Uhr  
 Rathaus-Carré PC-Saal 1  
 9 UST, EUR 99,00 (75,00)

**Präsentation & Visualisierung** **Online-Kurs****Powerpoint beherrschen – eine Einführung**

Powerpoint ist ein Teil der Microsoft Office-Suite. Lernen Sie in diesem Einsteigerkurs den Funktionsumfang im Überblick kennen. Der Kurs umfasst

- Aufbau und Veränderungen von Folien
- Texte, Grafiken und Formen einbinden
- Übergänge zu Folien gestalten

## OFFICE-ANWENDUNGEN

- Animation in Folien anlegen
- Tabellen, Bilder, Grafiken integrieren
- sowie Präsentations- Tipps und Tricks
- Druck und Notizen
- SmartArt.

Bei Anmeldung bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben, der Kontakt mit Ihnen aufnimmt. Der Zoom-Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter versandt.

Wer das Thema vertiefen möchte, hat dazu im Bildungsurlaub Powerpoint kompakt am 13. und 14. Januar Gelegenheit.

● **Kurs 4422**

**Thilo Herzau**

So. 24.11.2024, 10:30 – 12:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

● **Kurs 4423**

**Thilo Herzau**

So. 15.12.2024, 14:30 – 16:30 Uhr

Zoom

2,7 UST, EUR 45,00

**Bildungsurlaub**

**MS-Powerpoint kompakt**

Sie lernen die grundlegenden Funktionen von Microsoft PowerPoint kennen und ihren Einsatz im praktischen Gebrauch.

Dies sind

- Einführung in MS PowerPoint
- Texte präsentieren
- Zeichnungsobjekte einfügen und bearbeiten
- Smartarts erstellen
- Masterfolien individuell anpassen
- Optische Gestaltung mit Animationen und Übergängen
- Präsentationen einrichten und vorführen

*Voraussetzungen:*

*Windows-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 4424**

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Mo. 13.01.2025, 09:00 – 15:15 Uhr

Di. 14.01.2025, 09:00 – 15:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

14 UST, EUR 125,00 (95,00)

**Abendkurs**

**Visio – Visualisierungen leicht gemacht**

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, das Visualisierungsprogramm als kraftvolles Werkzeug zur grafischen Darstellung von Abläufen, Prozessen und Strukturen zu nutzen. Der Fokus liegt auf der effektiven Verwendung vorgefertigter Komponenten wie Vorlagen und Muster-Zeichenelementen, um ansprechende und anschauliche grafische Objekte zu erstellen. Durch praxisnahe Übungen werden die Teilnehmenden befähigt, komplexe Informationen visuell zu kommunizieren und überzeugende Präsentationen zu gestalten. Der Kurs bietet eine Einführung in den Funktionsumfang von Visio-Web-App in Microsoft 365.

*Voraussetzungen:*

*Windows-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 4427**

**Bernhard Dick**

Mi. 27.11.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Mi. 04.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 90,00 (70,00)

**Bildungsurlaub**

**Visualisierung und Bilderstellung mit künstlicher Intelligenz**

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte, und die Bilderstellung mittels KI-Tools bietet dazu ungeahnte Möglichkeiten.

- KI-gesteuerte Bildgenerierung: Online-Tools und -Ressourcen, zielführende Bildbeschreibungen erstellen (Prompts)
- SmartArt: Erstellung von Organigrammen und Ablaufdiagrammen (MS Word)
- Piktogramme: lizenzfreie Grafiken nutzen (Microsoft 365)
- Mind Mapping: Erlernen der Kreativtechnik
- Wortwolken: Wörter in Silhouetten einbetten
- Brainstorming-Ergebnisse visualisieren
- Gedanken strukturieren

Die Ergebnisbilder werden bspw. als auflockernde Folienübergänge in PowerPoint oder ansprechendes Deckblatt in Word eingebunden. Dies ist kein PowerPoint-Seminar!

*Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse, ein GMail-Account ist vorteilhaft.*

● **Kurs 4428**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mi. 27.11.2024, 09:00 – 14:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

6 UST, EUR 60,00 (45,00)

**Wochenendkurs**

**Visualisierung und Bilderstellung mit künstlicher Intelligenz**

*Inhalte ☺ Voraussetzungen:*

*siehe Kurs 4428.*

● **Kurs 4429**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Sa. 18.01.2025, 10:00 – 15:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

6 UST, EUR 60,00 (45,00)

## Tabellenkalkulation

Controlling mit MS-Excel finden Sie unter der Kursnummer 4221 (Seite 283)

### Abendkurs

#### MS-Excel Modul 1

Grundlegende Funktionen von Microsoft Excel kennen lernen und in der täglichen Praxis einsetzen können.

- Bedienoberfläche für Ein- und Umsteiger und ihre individuelle Anpassung
- Arbeitsmappenkonzept und Dateioperationen
- Ansichten, Kopf- und Fußzeile, Druckoptionen
- Relative und absolute Zellbezüge
- Einfache Formeln und Funktionen
- Daten sortieren
- Zellformatierung und Tabellenlayout-Gestaltung
- Schnellbausteine und Autokorrektur
- Handling großer Tabellen (Fixierung, Wiederholungszeilen und -spalten)
- Effizientes Arbeiten mit Tastatur-Shortcuts

Voraussetzungen:

Windows-Grundkenntnisse.

#### ● Kurs 4431A

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Do. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 31.10.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Bildungsurlaub

#### MS-Excel Modul 1

Inhalte ☺ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4431A.

#### ● Kurs 4431B

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 10.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Fr. 11.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

#### ● Kurs 4431C

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Mi. 30.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Do. 31.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Wochenendkurs

#### MS-Excel Modul 1

Inhalte ☺ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4431A.

#### ● Kurs 4431W

**Tobias Woll**

Sa. 09.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Sa. 16.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Abendkurs

#### MS-Excel Modul 2

Praktischer Einsatz fortgeschrittener Funktionen.

- Vertiefung der Anwendung von Formeln mit relativen und absoluten Zellbezügen
- Tabellenblatt- und arbeitsmappenübergreifende Adressierung
- Formeln und Werte einfügen, Tabellen transponieren
- Verwendung der Funktionsbibliothek
- Logische Funktionen (WENN, SVERWEIS, XVERWEIS)
- Datums- und Zeitfunktionen
- Fehleranalyse
- Pulldown-Menüs mit Datenlisten
- Filtern großer Datenbestände und Tabellen
- Visualisierung mit bedingter Formatierung
- Erstellung einfacher Diagramme

- Aufbau einer Stammdatenverwaltung für den Seriendruck

Voraussetzungen: Excel Modul 1.

#### ● Kurs 4432A

**Beate Luckas, Dozentin f. digitale Medien**

Do. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 09.01.2025, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Bildungsurlaub

#### MS-Excel Modul 2

Inhalte ☺ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4432A.

#### ● Kurs 4432B

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 21.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Fr. 22.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

#### ● Kurs 4432C

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 05.12.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Fr. 06.12.2024, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Wochenendkurs

#### MS-Excel Modul 2

Inhalte ☺ Voraussetzungen:  
siehe Kurs 4432A.

#### ● Kurs 4432W

**Tobias Woll**

Sa. 11.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
Sa. 18.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 140,00 (105,00)

### Bildungsurlaub

#### MS-Excel Modul 3:

**Große Datenbestände verwalten**

Ziele sind das Arbeiten mit großen Datenbeständen und die Umsetzung im

## OFFICE-ANWENDUNGEN

praktischen Gebrauch.

- Textkonvertierungs-Assistent
- Datenblätter zusammenfassen (konsolidieren)
- fortgeschrittene Diagramme erstellen, layouts und nach Word und Power-Point exportieren
- verschachtelte WENN-Funktionen und WENNS
- Erweiterung des Funktionsrepertoires
- bedingte Formatierung mit Funktionen kombinieren
- Schnellanalyse verwenden
- Zell- und Blattschutz
- Einführung in Makros
- Serienbrief (Excel und Word): Etiketten und Namensschilder aufbereiten und drucken

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● **Kurs 4433**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 16.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr. 17.01.2025, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Abendkurs**

**MS-Excel Modul 4:  
Pivot-Tabellen & Statistik**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Daten schnell und professionell analysieren und visualisieren können. Die hierfür benötigten fortgeschrittenen Excel-Techniken werden leicht verständlich anhand konkreter Praxisbeispiele mit vielen Visualisierungen erläutert.

- Filterfunktionen (Autofilter-Vertiefung, Spezialfilter)
- Konsolidierung
- Gliederung von Tabellen
- Pivot-Tabellen
- Pivot-Diagramme
- Einfache Statistik-Funktionen

- Trendanalyse, Zielwertsuche
- Excel-Solver
- Matrizen

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● **Kurs 4434A**

**Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 17:45 – 20:45 Uhr

ab 20.01.2025, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Bildungsurlaub**

**MS-Excel Modul 4:  
Pivot-Tabellen & Statistik**

Inhalte & Voraussetzungen: siehe Kurs 4434A.

● **Kurs 4434B**

**Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 25.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 26.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Bildungsurlaub**

**MS-Excel Modul 5:  
Funktions-Workshop**

Excel kommt mit einer immens großen Funktionsbibliothek daher, die mit Excel 365 abermals gewachsen ist. Wer die richtige Funktion für den passenden Einsatzzweck kennt, kann sich das Leben extrem erleichtern. Das Seminar bietet einen Wegweiser durch Excels Funktionsvielfalt, deren Kenntnisse anhand praktischer Aufgaben geübt und gefestigt werden.

Sie steigern Ihre Effizienz, indem Sie die Vorzüge neuer nützlicher Funktionen der 365er-Version ebenso wie alte Klassiker kennenlernen. Auch die ansprechende Aufbereitung unserer Ergebnis-Tabellen mit Hilfe der bedingten Formatierung kommt dabei nicht zu kurz!

**Dozentinnen und Dozenten**



**MANFRED JOCHEM**  
Wirtschaftsinformatiker

» Die Digitalisierung hat die Art und Weise, wie Unternehmen und Verwaltungen mit ihren Kunden interagieren, grundlegend verändert. Sie ermöglicht die Nutzung von Daten und algorithmischen Systemen für neue oder verbesserte Prozesse, Produkte und Geschäftsmodelle. Mit Tools wie MS Office und KI können Unternehmen und Verwaltungen die täglichen Belastungen ihrer Mitarbeiter verringern (beispielsweise die Zusammenarbeit MS Office mit SAP). Meine Intension als Dozent ist daher, Unternehmen und Verwaltungen bei der digitalen Transformation zu beraten und durch ein entsprechend pädagogisch angepasstes Kursangebot zu unterstützen. «

Voraussetzungen: Excel-Module 1 und 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse.

● **Kurs 4435**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Fr. 24.01.2025, 08:30 – 16:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

9 UST, EUR 90,00 (70,00)

**MS-Excel VBA-Programmierung**

Excel erlaubt die Wiederholung und Automatisierung von Aufgaben und Arbeitsabläufen durch Makros. Mit der VBA-Programmiersprache können aufgezeichnete Makros angepasst und komplexere Excel-Anwendungen entwickelt werden.

**Bildungsurlaub**

**MS-Excel Automatisierung & Programmierung (VBA)**

In diesem Kurs lernen Sie ohne viel Zeitaufwand, Makros zu erstellen und zu bearbeiten:

- Makros aufzeichnen, ausführen und speichern
- Sicherheitseinstellungen
- Makros bearbeiten
- Programmieren mit dem Visual Basic-Editor
- Kontrollstrukturen, Prozeduren und Funktionen
- Fehlersuche und Programmüberwachung
- Klassen, Objekte und Ereignisse
- Arbeiten mit dem Excel-Objektmodell
- Arbeitsblätter bearbeiten
- Dialogfenster
- Add-Ins und Assistenten erstellen
- Weitere Techniken
- Excel-Benutzeroberfläche anpassen
- Beispiel einer Excel-Anwendung
- Automatisierte Kommunikation mit Office-Anwendungen

Voraussetzungen: Excel Module 1 und 2

oder vergleichbare Vorkenntnisse

● **Kurs 4437**

**Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 27.01.2025, 09:00 – 15:15 Uhr

Di. 28.01.2025, 09:00 – 15:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

14 UST, EUR 125,00 (95,00)

**Datenbankanwendungen**

**Wochenendkurs**

**MS-Access – Grundlagen**

Access ist eine der meistverbreiteten Datenbank-Anwendungen im Bürobereich und ermöglicht über das eigene Datenbankformat hinaus die Verwaltung fremder Datenbestände, wie z. B. dBase, Ingres, MariaDB oder Oracle. Insbesondere die Pflege großer Datenmengen, etwa im Rahmen einer Kunden-, Personal- oder Lagerverwaltung, kann mit einem Datenbanksystem effizient, widerspruchsfrei und sicher erfolgen.

Der Kurs vermittelt Grundlagen der Planung und Nutzung relationaler Datenbanken mit Microsoft Access, u. a. das Datenbankdesign, die Erstellung von Tabellen, die Nutzung von Tabellenverknüpfungen und Funktionen, die Gestaltung von Abfragen, Formularen und Berichten sowie Eingabe, Pflege, Auswertung und Aufbereitung von Daten.

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse. Zur Vertiefung wird der Kurs „SQL – Grundlagen und Datenbankdesign“ empfohlen!

● **Kurs 4440**

**Bernhard Dick**

Sa. 23.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Sa. 30.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Abendkurs**

● **Kurs 4442**

**Bernhard Dick**

Mi. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 08.01.2025, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Bildungsurlaub**

**SQL – Grundlagen und Datenbankdesign**

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Daten aus Softwaresystemen auf Basis relationaler Datenbanken analysieren und visualisieren müssen (z. B. in Pivot-Tabellen), an angehende AdministratorInnen, die ein Datenbanksystem auf der Basis von SQL betreuen sowie an EntwicklerInnen, die SQL- Kenntnisse für die Anwendungsentwicklung erwerben möchten.

- Grundlagen zu Datenbanken
- Datenbankentwurf, relationales Datenmodell
- Tabellen- und Datenverwaltung
- Einfache und komplexe Abfragen, Funktionen
- Schlüsselfelder, Indices
- Datenabfragen für mehrere Tabellen
- Views
- SQL-Befehle in Excel
- Zugriffsrechte, Benutzer
- Transaktionsverwaltung
- Stored Procedures, Trigger, Cursor

Voraussetzungen: EDV- und Windows-Grundkenntnisse.

● **Kurs 4445**

**Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 04.11.2024, 09:00 – 15:15 Uhr

Di. 05.11.2024, 09:00 – 15:15 Uhr

Fr. 08.11.2024, 09:00 – 15:15 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

21 UST, EUR 195,00 (150,00)

## PROGRAMMIERUNG

## PROGRAMMIERUNG

**Bildungsurlaub****Mit PHP 8.0 dynamische Webseiten erstellen (Grundlagen der Webprogrammierung)**

In diesem Kurs erhalten Sie einen schnellen Einstieg in PHP mit der Entwicklungsumgebung XAMPP (Webserver und Datenbankserver – MySQL/MariaDB). Neben den grundlegenden Sprachelementen lernen Sie den Umgang mit Funktionen, Formularen, Sessions und Datenbanken. Dabei hilft Ihnen die einheitliche Verwendung von Begriffen und der Quellcode nach gängigen Konventionen.

- Grundlegende Sprachelemente
- Variablen und Operatoren
- Kontrollstrukturen
- Arrays
- Formulare und Zugriffe auf relationale Datenbank MySQL/MariaDB
- Zeichenkettenfunktionen, Datum und Uhrzeit
- Funktionen
- Sessions
- Installation und Konfiguration der Software

*Voraussetzungen: HTML-Grundkenntnisse, elementare Datenbank- und Programmierkenntnisse!*

● **Kurs 4450****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 11.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Di. 12.11.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Abendkurs**● **Kurs 4451****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Mo. 17:45 – 20:45 Uhr

ab 09.12.2024, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Abendkurs****C# – Grundlagen der Programmierung mit Visual Studio 2019/2022**

In diesem Kurs lernen Sie, effektiv mit Visual Studio zu arbeiten. Neben der Einführung in die grundlegenden und objektorientierten Konzepte von C# erhalten Sie alle Informationen, um Anwendungen professionell zu erstellen, zu testen und weiterzugeben.

- Anwendungen erstellen
- Benutzeroberflächen gestalten
- Sprachgrundlagen von C#
- Kontrollstrukturen
- Die Idee der objektorientierten Programmierung
- Klassen, Felder (Objekte) und Methoden
- Kapselung, Konstruktoren
- Vererbung, Polymorphismus
- Abstrakte Klassen und Schnittstellen
- Schnittstellen (Interfaces)
- Zugriff auf relationale Datenbanken
- Fehlerbehandlung und Fehlersuche
- System-, Datei- und Laufwerkszugriffe

*Voraussetzungen: Kenntnisse einer Programmiersprache oder Einführung in die Programmierung*

● **Kurs 4480****Manfred Jochem, Wirtschaftsinformatiker**

Fr. 17:45 – 20:45 Uhr

ab 10.01.2025, 4 Termine

Rathaus-Carré PC-Saal 2

16 UST, EUR 140,00 (105,00)

**Dozentinnen und Dozenten**

© DFKI / Jürgen Mai

**ANTONIO KRÜGER**  
**Informatiker am DFKI Saarbrücken**

» Prof. Dr. Antonio Krüger ist ein international angesehener Experte der Mensch-Maschine-Interaktion und Künstlichen Intelligenz. Er ist CEO und wissenschaftlicher Direktor des Deutschen Forschungszentrums für Künstliche Intelligenz GmbH (DFKI) und leitet den Forschungsbereich „Kognitive Assistenzsysteme“ am DFKI. Seit 2009 ist er Inhaber der Globus-Stiftungsprofessur für Informatik an der Universität des Saarlandes, wo er den Studiengang Medieninformatik verantwortet. Sein Forschungsschwerpunkt mobile und universelle Assistenzsysteme bringt die Gebiete intelligente Benutzerschnittstellen, Benutzermodellierung, Kognitionswissenschaften und Ubiquitous Computing zusammen.  
Website: [www.dfki.de/~krueger/](http://www.dfki.de/~krueger/) <<

## TECHNISCHE INFORMATIK

**Künstliche Intelligenz im Fokus**

Die rasante Entwicklung von KI-Systemen ist längst nicht mehr zu übersehen, die Diskussionen darum nehmen immer weiter zu. Debattiert wird über den Nutzen in der alltäglichen Verwendung sowohl in Unternehmen als auch durch PrivatanwenderInnen, aber auch über ethische Aspekte und mögliche Risiken. Letztere haben ihren Niederschlag im vor ein paar Monaten verabschiedeten „KI-Gesetz“ der EU gefunden. Dessen ungeachtet werden für uns VerbraucherInnen viele Fragen offenbleiben, die nur durch Fachleute vollständig, widerspruchsfrei und verständlich beantwortet werden können. Daher freuen wir uns ganz besonders, in Kooperation mit dem Saarbrücker Standort des renommierten Deutschen Forschungszentrums für Künstliche Intelligenz (DFKI) eine Vortragsreihe nach Art einer Ringvorlesung zum Thema Künstliche Intelligenz anbieten zu können. Dabei sollen möglichst viele Aspekte beleuchtet werden, von rein technischen Fragen, etwa wie ein KI-System funktioniert, über Anwendungspotentiale in Bildung, Medizin und Verkehr, aber auch in technischen Infrastrukturen und der Wirtschaft, bis hin zu ethischen und rechtlichen Fragen sowie Risiken. Der Vortrag „Künstliche Intelligenz im Fokus!“ eröffnet die Reihe mit einem Überblick über verfügbare Technologien, ihre Anwendungsfelder und gesellschaftlichen Auswirkungen.

In Kooperation mit dem Deutschen Forschungszentrum für Künstliche Intelligenz GmbH (DFKI)

**Vortrag****Künstliche Intelligenz im Fokus**

Die Erwartungen an Künstliche Intelligenz bewegen sich zwischen Heilsversprechen und Dystopie, zwischen Hoffnung und Skepsis. Was Künstliche Intelligenz leisten kann und was nicht, wo die Chancen und wo die Risiken liegen, erläutert Prof. Dr. Antonio Krüger, wissenschaftlicher Geschäftsführer des DFKI, im Pilotvortrag zur gleichnamigen Vortragsreihe. Der KI-Forscher und Informatiker gibt einen Überblick über Technologien der Künstlichen Intelligenz, ihre Anwendungsfelder und ihre Auswirkungen auf die Gesellschaft und die Lebenswelten des Einzelnen.

*Um Voranmeldung wird gebeten!*

● **Kurs 4500**

**Prof. Dr. Antonio Krüger,**  
**DFKI Saarbrücken, CEO**

Mi. 12.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

Termine und Themen der weiteren Vorträge standen zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht fest, werden aber noch vor dem Pilotvortrag, voraussichtlich Mitte Januar 2025, auf den Webseiten von DFKI und vhs bekannt gegeben.

**Weitere Veranstaltungen mit KI-Bezug:**

Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen

● **Kurs 1222**

Do. 17.10.2024, 19:30 Uhr (Seite 44)

Der elektronische Spiegel: Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz

● **Kurs 1531**

So. 03.11.2024, 19:30 Uhr (Seite 83)

KI im Unternehmen – wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?

● **Kurs 1534**

Di. 03.12.2024, 19:30 Uhr (Seite 84)

KI im Büromanagement

● **Kurs 4067**

Di. 12.11.2024, 09:00 Uhr (Seite 279)

ChatGPT – Künstliche Intelligenz im Alltag

● **Kurs 4380**

Do. 31.10.2024, 17:00 Uhr (Seite 296)

● **Kurs 4381**

Do. 06.03.2025, 17:00 Uhr (Seite 296)

Visualisierung und Bilderstellung mit künstlicher Intelligenz

● **Kurs 4428**

Mi. 27.11.2024, 09:00 Uhr (Seite 299)

● **Kurs 4429**

Sa. 18.01.2025, 10:00 Uhr (Seite 299)

Lightroom II – RAW-Entwicklung, Bild-Look, Retusche, KI

● **Kurs 4564**

ab Di. 25.02.2025, 19:30 Uhr (Seite 306)

Lightroom – Zauberei mit KI

● **Kurs 4565**

Di. 12.11.2024, 19:30 Uhr (Seite 306)

## MEDIENGESTALTUNG

## MEDIENGESTALTUNG

Die Herstellung moderner Medien ist ohne leistungsfähige Software für Desktop Publishing, Vektorgrafik und Bildbearbeitung undenkbar. Zentrales Element unseres Fortbildungsangebotes sind daher Adobes InDesign und Photoshop. Der Schwerpunkt Bildbearbeitung ergänzt unsere Fotokurse (ab Seite 149 bzw. ab Kurs 2500) und umfasst neben Adobe Photoshop auch Affinity Photo sowie die Open Source Software GIMP. Seminare zu Farbmanagement und Fine-Art-Printing vervollständigen das Angebot. Ausgewählte Veranstaltungen bieten wir, dem „vhespresso“-Modell folgend, mit einer Durchführungsgarantie ab zwei bis drei Personen an. Gerne konzipieren wir auch auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Schulungen.

## Desktop Publishing

## Abendkurs

## Adobe InDesign Grundkurs mit eigenem Gerät

Der Kurs führt in das Programm Adobe InDesign und das Gestalten von Flyern und Broschüren ein. In praktischen Übungen lernen Sie den typischen Workflow der Druckvorbereitung kennen: das effektive Formatieren von Texten mit Absatzformaten, den Import von Bildern in passender Auflösung und passendem Farbmodus, das Erstellen eigener grafischer Elemente, das Arbeiten mit Musterseiten und Ebenen, den druckoptimierten Export als PDF. *Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows, Grundkenntnisse Textverarbeitung.*

## ● Kurs 4535

Di. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 05.11.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
20 UST, EUR 160,00 (120,00)

## Abendkurs

## Design und Typografie für Print &amp; Online: die Tricks der Profis

Wieso erkennt man es eigentlich auf den ersten Blick, wenn ein Text von einem Laien gestaltet wurde? In diesem Kurs lernen Sie von einem Profi die Regeln für Gestaltung, Satz und Typografie:

- Was ist gutes Design?
  - Satzzeichen, Anführungszeichen, Gedankenstriche richtig setzen
  - Die richtige Schrift für Print oder Online. Welche Schriften passen zusammen?
  - Optimale Werte für Schriftgröße, Zeilenabstand etc.
  - Flattersatz, zentriert oder Blocksatz?
  - Bilder und Text richtig platzieren
  - Besonderheiten bei Online-Texten
  - Seitenränder und Weißraum
  - Tipps und Tricks aus der Praxis
- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

## ● Kurs 4540

## Zippo Zimmermann

Mo. 09.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Mo. 16.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

4 UST, EUR 30,00

## Bildbearbeitung

## Abendkurs

## Adobe Photoshop Grundkurs mit eigenem Gerät

Der Kurs führt in das Programm Adobe Photoshop und die Bearbeitung digitaler Fotos ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung und Retusche. Sie erlernen u. a. die Korrektur von Kontrast und Helligkeit, die Steuerung des Farbgleichgewichts und die Vorbereitung

## Dozentinnen und Dozenten



© Marisa Winter

ZIPPO ZIMMERMANN  
Grafikdesigner und Fotograf

» Zippo Zimmermann arbeitet seit 2001 als freiberuflicher Grafikdesigner, Fotograf und Dozent. Seine fotografischen Schwerpunkte sind Künstler- und Band-Portraits sowie Landschafts- und Stadtaufnahmen. In der Musikszene hat er sich zudem als Konzertfotograf einen Namen gemacht.

Als Grafikdesigner ist er unter anderem für bislang über 200 CD- und LP-Cover von Künstlern aus ganz Europa verantwortlich. Als Dozent lehrt er u. a. an der Universität des Saarlandes und der VHS Saarbrücken. Bereits seit 1994 beschäftigt er sich mit Webdesign und hat seitdem unzählige Websites gestaltet. Website: [www.designladen.com](http://www.designladen.com) <<

von Bildern für Druck, Webseiten oder Mailversand durch Wahl geeigneter Dateiformate, Auflösung und Komprimierung. Fortgeschrittene Techniken wie z. B. die Ebenentechnik werden vorgestellt.  
*Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.*

● **Kurs 4551**

Mo. u. Mi., 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 25.09.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
20 UST, EUR 160,00 (120,00)

**Adobe Lightroom –  
mehr als nur Bildbearbeitung**

Adobe Lightroom ist nicht nur eine sehr effiziente Ergänzung zu dem seit vielen Jahren bewährten Bildbearbeitungsprogramm Adobe Photoshop, sondern kann Photoshop in vielen Fällen sogar vollständig ersetzen. Der Funktionsumfang wird in praktischen Demonstrationen und Übungen mit viel Hintergrundwissen vermittelt, um das Programm effektiv nutzen zu können. In den Online-Kursen können Sie an jeweils mehreren Abenden die wichtigsten Funktionsmodule in Lightroom kennen, sinnvoll zu nutzen und zu kombinieren lernen. Ein echtes Highlight ist der Workshop „Lightroom – Zauberei mit KI“, der die neuen und erweiterten KI-basierten Möglichkeiten bei der Bildretusche vorstellt.

🏠 **Online-Kurs**

**Lightroom I –  
Einführung, Import, Verwaltung**

Teil I befasst sich mit grundsätzlichen Eigenschaften von Lightroom und Unterschieden zu anderen Bildbearbeitungsprogrammen sowie ganz zentral mit dem Import und der Verwaltung von Fotos mit dem Bibliotheks-Modul.

Weitere Informationen zum Kurs finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

● **Kurs 4563**

**Karl H. Warkentin, Fotograf**

Di. 19:30 – 22:00 Uhr  
ab 07.01.2025, 3 Termine  
Zoom  
10 UST, EUR 99,00

🏠 **Online-Kurs**

**Lightroom II – RAW-Entwicklung,  
Bild-Look, Retusche, KI**

Im zweiten Teil geht es darum, mit dem „Entwickeln“-Modul über die RAW-Konvertierung die bestmögliche Qualität aus den Fotos herauszuholen, dort wo erforderlich, Bildbereiche zu reparieren und zu retuschieren und Bildeffekte kreativ einzusetzen, jetzt auch unter Verwendung der KI-Tools! Weitere Informationen zum Kurs finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

● **Kurs 4564**

**Karl H. Warkentin, Fotograf**

Di. 19:30 – 22:00 Uhr  
ab 25.02.2025, 4 Termine  
Zoom  
13,3 UST, EUR 127,00

🏠 **Online-Kurs**

**Lightroom – Zauberei mit KI**

Der Workshop „Lightroom – Zauberei mit KI“ ist für alle Lightroom-AnwenderInnen gedacht, die mit Lightroom Classic oder den älteren Kaufversionen vertraut sind und alle Neuerungen zum Entfernen von Bilddetails und Objekten kennen lernen und nutzen wollen. In dem Workshop geht es um die neuen „Entfernen“-Werkzeuge, mit denen man störende Bildobjekte auch mit Hilfe der neuen KI-Funktionen effektiv verschwinden und durch sinnvollen Inhalt ersetzen lassen kann.

Weitere Informationen zum Kurs, insbesondere zu den technischen Voraussetzungen, finden Sie unter dieser Kursnummer auf unserer Webseite.

● **Kurs 4565**

**Karl H. Warkentin, Fotograf**

Di. 12.11.2024, 19:30 – 22:00 Uhr  
Zoom  
3,3 UST, EUR 47,00

**Alternativen für die Bildbearbeitung**

In der Summe aller Möglichkeiten ist Photoshop sicher konkurrenzlos, aber nicht jede(r) benötigt diese Funktionsvielfalt. Wer regelmäßig Fotos bearbeitet, aber keine Software abonnieren möchte, findet in Affinity Photo ([affinity.serif.com](http://affinity.serif.com)) und GIMP ([www.gimp.org](http://www.gimp.org)) günstige bzw. kostenlose Programme, die sich hinter Photoshop nicht verstecken müssen.

**Abendkurs**

**Bildbearbeitung mit Affinity Photo**

Der Kurs führt in die Verwendung von Affinity Photo zur Bearbeitung digitaler Fotos ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung (Ausschnitt, Bildgröße, Farb- und Tonwertkorrektur, Gradationskurve, Auswahlen) und Retusche. Sie wenden elementare Filter (Rauschreduzierung, Schärfen) und Perspektivkorrekturen an, und speichern Ihre Bilder in für verschiedene Verwendungszwecke optimierten Dateiformaten. Ein erster Einblick in die Ebenentechnik (Einstellebenen) rundet den Kurs ab.  
Garantierte Durchführung ab 3 TeilnehmerInnen!  
*Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.*

## MEDIENGESTALTUNG

### ● Kurs 4571

**Gerhard Schneider, EDV-Kaufmann**

Di. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 21.01.2025, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 170,00 (130,00)

### Abendkurs

#### **Bildbearbeitung mit GIMP**

Dieser Kurs führt in die Bedienoberfläche der aktuellen Version von GIMP und die Verwendung wichtigsten Nachbearbeitungsfunktionen ein. Der Schwerpunkt liegt auf Nachbearbeitung (Ausschnitt, Bildgröße, Farb- und Tonwertkorrektur, Gradationskurve, Auswahlen) und Retusche. Sie wenden elementare Filter (Rauschreduzierung, Schärfen) und Perspektivkorrekturen an, und speichern Ihre Bilder in für verschiedene Zwecke optimierten Dateiformaten. Ein erster Einblick in die Ebenentechnik (Einstellebenen) rundet den Kurs ab. Gerne richten wir weiterführende Kurse für Sie ein. Garantierte Durchführung ab 3 TeilnehmerInnen!

*Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit Windows.*

### ● Kurs 4576

**Gerhard Schneider, EDV-Kaufmann**

Di. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 12.11.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
16 UST, EUR 170,00 (130,00)

### Abendkurs

#### **Farbmanagement für Fotografinnen**

Wer in eine hochwertige Fotoausrüstung investiert, wird die Darstellung auf dem Monitor und die Qualität gedruckter Bilder kritisch hinterfragen. Nur mit einem „richtig“ eingestellten Monitor können Bilder zuverlässig beurteilt werden. Deshalb verdient der Monitor als zentrales

Element im digitalen Workflow besondere Beachtung. Sie erwerben Grundkenntnisse über Farbwahrnehmung und Farbdarstellung durch verschiedene Systeme und Geräte, über Farbräume, Profile und ihre Einbindung in Windows und Photoshop, sowie über Kalibrierung und Profilierung von Ein- und Ausgabegeräten.

*Voraussetzungen: Fortgeschrittene Kenntnisse Digitalfotografie & Bildbearbeitung.*

### ● Kurs 4582

**Jürgen Roland**

Do. 23.01.2025, 18:00 – 21:00 Uhr  
Do. 30.01.2025, 18:00 – 21:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
8 UST, EUR 60,00

### Wochenendkurs

#### **Vom Billigdruck zum Fine-Art-Print**

Reicht die vom Großlabor gelieferte Qualität des Fotodrucks nicht mehr aus, steht man vor der Wahl, ein Fachlabor zu beauftragen oder alles in die eigene Hand zu nehmen. Auch mit der zweiten Lösung kann das Optimum erreicht, und ein ansprechendes Bild zu einem Kunstwerk werden. Von der Aufnahme in einem RAW-Format über die richtige Ausrüstung bis zum Druck auf archivfesten Papieren erfahren Sie alles Notwendige, um qualitativ hochwertige Drucke zu erzeugen, die der Monitorarstellung sehr nahekommen.

*Voraussetzungen: Fortgeschrittene Kenntnisse Bildbearbeitung, Grundkenntnisse Farbmanagement*

### ● Kurs 4584

**Jürgen Roland/Frank Zinsmeister, Fotografenmeister**

Fr. 07.02.2025, 18:00 – 21:00 Uhr  
Sa. 08.02.2025, 13:30 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
8 UST, EUR 60,00

## Dozentinnen und Dozenten



**GERHARD SCHNEIDER**  
EDV-Kaufmann

» Mit dem Druck auf den Auslöser ist es längst nicht getan – die anschließende Bearbeitung der Fotos wird immer mehr Teil der digitalen Fotografie. Dabei geht es nicht nur um generelle Aspekte wie z. B. Beschnitt, Kontrast, Tonwerte oder einfache Retusche. Je nach Software und Können gibt es unzählige Möglichkeiten kreativer Bildgestaltung bis hin zur Montage oder gar Collage.

Dafür kommen in meinen Kursen neben Photoshop und GIMP auch Affinity Photo und darktable zum Einsatz. «

## Webdesign und Content-Management

Das Spektrum dieser Kursangebote reicht von der Vermittlung elementarerer HTML-Kenntnisse über die Erstellung von CSS-Stylesheets bis zur Entwicklung und Pflege kompletter Websites z. B. mit WordPress.

### Abendkurs

#### Webseiten gestalten mit HTML5 und CSS3 (Einführung)

HTML und CSS sind die Grundlage für die Gestaltung aller Seiten im Internet, ganz gleich, ob private oder Firmen-Homepage, ob Blog oder Webshop, ob aufwändig programmiert oder über ein Content-Management-System wie WordPress oder Typo3 mit Inhalten bestückt.

In Theorie und Praxis lernen Sie die Struktur einer Webseite und damit die Funktionsweise des World Wide Web kennen. Sie nutzen HTML-Befehle, um die Seite mit Inhalten wie Text, Grafiken, Videos, Tabellen und Hyperlinks zu füllen, und mit Layoutfunktionen und Spezialeffekten von CSS professionell zu gestalten und an unterschiedliche Displaygrößen von PC und Mobilgeräten anzupassen.  
*Voraussetzungen: Gute Windows- oder MacOS-Kenntnisse, Internet-Grundkenntnisse.*

#### ● Kurs 4591

Di. 18:00 – 21:00 Uhr  
ab 14.01.2025, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
20 UST, EUR 160,00 (125,00)

### Bildungsurlaub

#### WordPress Modul 1 – Installation & Technik

Im ersten Modul unseres WordPress-Kurses lernen Sie, was es braucht, um ein solches System aufzusetzen. Welche Möglichkeiten der Serverauswahl gibt es und wie installiere ich ein WordPress? Wir werfen einen Blick hinter die benötigte Technik und klären Begriffe wie Server, Domain, Datenbank und Co. Zielgruppe: Alle, die nicht auf ein vorinstalliertes und fertig konfiguriertes WordPress (wie z. B. auf einer Unternehmenswebseite) zurückgreifen können.

*Voraussetzungen: solide Windows- oder MacOS-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sind hilfreich*

#### ● Kurs 4595

##### Patrick Wiemers

Mi. 16.10.2024, 15:00 – 20:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
6 UST, EUR 60,00

### Bildungsurlaub

#### WordPress Modul 2 – Grundlagen der Bedienung

In diesem praxisorientierten Modul lernen Sie, wie Sie Ihre eigene WordPress-Website von Grund auf erstellen und einrichten. Ob Sie ein Blog, eine Unternehmensseite oder einen Online-Shop betreiben möchten – WordPress bietet Ihnen die Flexibilität und Funktionalität, die Sie benötigen. Das Modul richtet sich an EinsteigerInnen ohne Vorkenntnisse in

Webentwicklung und ist ideal für alle, die eine eigene Website erstellen und pflegen möchten. Wichtig ist hierbei, dass bereits ein installiertes WordPress vorhanden ist!  
*Voraussetzungen: solide Windows- oder MacOS-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sind hilfreich*

#### ● Kurs 4596

##### Patrick Wiemers

Do. 17.10.2024, 15:00 – 20:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
6 UST, EUR 60,00

### Bildungsurlaub

#### WordPress Modul 3 – Schöne Webseiten bauen!

Entdecken Sie die vielseitigen Möglichkeiten des Divi Builders, eines der leistungsstärksten und benutzerfreundlichsten Page Builder für WordPress. In diesem praxisnahen Modul lernen Sie, wie Sie mit dem Divi Builder beeindruckende und professionelle Websites gestalten können, ohne eine einzige Zeile Code zu schreiben. Das Modul richtet sich an WordPress-NutzerInnen, die bereits die Grundlagen des Systems kennen und die ihre Designfähigkeiten erweitern möchten.

*Voraussetzungen: solide Windows- oder MacOS-Kenntnisse, HTML-Grundkenntnisse sind hilfreich*

#### ● Kurs 4597

##### Patrick Wiemers

Fr. 18.10.2024, 15:00 – 20:00 Uhr  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
6 UST, EUR 60,00

## JUNGE VHS

## JUNGE VHS

Tauche ein in die spannende Welt des Programmierens, Tastschreibens und der digitalen Medien! In unseren Kursen für Kinder und Jugendliche der jungen vhs kannst du spielerisch lernen, wie man eigene Programme und Spiele entwickelt. Egal ob du lieber mit Scratch oder Python arbeiten möchtest, wir begleiten dich bei deinen ersten Schritten und zeigen dir, wie du deine kreativen Ideen umsetzen kannst. Von Zeichentrickfilmen über Handy-Spiele bis hin zur Programmierung von Drohnen – hier ist für alle jungen Hackerinnen und Hacker etwas dabei. Außerdem bieten wir Workshops an, in denen du lernst, beeindruckende Ferienvideos zu drehen und zu schneiden sowie deine Fotos professionell zu präsentieren. Also schnapp dir dein Smartphone und sei dabei. Außerdem kannst du lernen, dir Vokabeln effektiv zu merken oder blitzschnell am Computer zu tippen. Melde dich jetzt an und entdecke die aufregende Welt der digitalen Technologien!

*Junge vhs***Hurra, ich lerne Programmieren: Scratch und Handy-Spiele, Eltern-Kind-Kurs**

🌟 10 bis 14 Jahre

Möchten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind programmieren lernen? Sind Sie ein Elternteil oder Verwandter eines Kindes? Erkunden Sie gemeinsam die Welt des Programmierens und lernen Sie den einfachen Einstieg ins Coding. Mit der grafischen Programmiersprache „Scratch“ machen Sie und Ihr Kind die ersten Schritte, indem Sie bunte Blöcke mit der Maus

zusammensetzen und Comicfiguren über den Bildschirm bewegen. Im Kurs erstellt Ihr Kind einen Mini-Zeichentrickfilm oder ein kleines Spiel, das auf dem PC oder Smartphone gespielt werden kann. Sie lernen dabei, wie Sie Ihr Kind bei seinen Projekten unterstützen können.

*Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse (falls vorhanden)*

● **Kurs 4610**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 17.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, EUR 45,00

*Junge vhs***Hurra, ich lerne Programmieren: Python und Drohnen**

🌟 12 bis 16 Jahre

Du hast Lust, kleine Games zu programmieren und dazu deinen eigenen Quelltext in der Sprache Python zu schreiben? In diesem Workshop wirst du bei deinen ersten Schritten begleitet und lernst neben den Basics auch praktische Algorithmen kennen, um deine Ideen umzusetzen. Dabei wird von Grund auf alles erklärt, was du wissen musst, damit deine Programmierprojekte gelingen und der Spaß beim kooperativen Coding im Team nicht zu kurz kommt.

Im Workshop wirst du Zufallszahlen generieren und daraus ein Zahlenratespiel coden, bei dem du gegen den Computer antrittst. Weiterhin schauen wir uns an, wie man Kommandos für eine Drohne programmiert, überträgt und sie fliegen lassen kann. Und die Minecraft-Fans unter euch dürfen sogar ihr eigenes Level coden.

*Voraussetzungen: Scratch-Kurs (oder vergleichbare Kenntnisse), sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse*

*(falls vorhanden).*

● **Kurs 4612**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Fr. 18.10.2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 1

8 UST, EUR 45,00

*Junge vhs***Hurra, ich lerne Programmieren: Scratch und Handy-Spiele**

🌟 10 bis 14 Jahre

Du möchtest gerne richtig programmieren können? Wir machen gemeinsam die ersten Schritte und verwenden dafür u. a. die grafische Programmiersprache „Scratch“. Das erspart uns die Buchstabensuche auf der Tastatur, und wir können bequem mit der Maus den Programmcode mittels bunter Blöcke generieren und Comicfiguren quer über den Bildschirm fliegen lassen! Im Kurs programmierst du einen Mini-Zeichentrickfilm oder dein eigenes kleines Spiel, das deine Freunde und du auf einem PC oder Smartphone zocken können.

*Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Maus und Tastatur, E-Mail-Adresse (falls vorhanden)*

● **Kurs 4614**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Di. 25.02.2025, 09:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré PC-Saal 2

8 UST, EUR 45,00

*Junge vhs***Computerschreiben/Tastschreiben für Kinder und Jugendliche**

🌟 10 bis 16 Jahre

In diesem Ferienkurs lassen wir „die Finger rundgehen“: Wir erarbeiten uns mit Hilfe einer „multisensorischen Lernsoftware“ schnell und effektiv das „Zehnfinger-Schreiben“ am PC (früher: Schreibmaschinenschreiben). Damit lassen



NEUE KURSREIHE

## Saar-Brücken für junge Ausbildungssuchende

In dieser Reihe bieten wir jungen Menschen zielgerichtete Unterstützung und Informationen in der Übergangsphase Schule und Beruf.

Unser Angebot richtet sich an alle potenziellen Ausbildungssuchenden in der Altersgruppe von 16 bis 25 Jahren, die unkomplizierte und leicht zugängliche Hilfestellung im beruflichen Orientierungsprozess, im Bewerbungsprozess oder auch bei der Entwicklung praktischer Handlungskompetenz in Anspruch nehmen möchten.

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

Während der Ferienzeit organisieren wir im Laufe des Jahres 6 abwechslungsreiche Themenwochen und regelmäßige Berufsinformationstage, bei denen die Teilnehmenden beispielsweise die Möglichkeit erhalten, Einblicke in den regionalen Ausbildungsmarkt zu gewinnen, ein Verständnis für die lokalen wirtschaftlichen Veränderungen zu entwickeln oder mit Unternehmen und beruflichen Institutionen aus der Region in Kontakt zu treten.

Die Teilnahme an allen Angeboten ist komplett kostenfrei.

In Kooperation mit

 Montan-Stiftung-Saar

sich zukünftig Referate, Emails, Blogs und anderes schneller schreiben, gut investierte Zeit also.

*Voraussetzungen: keine, Computerkenntnisse hilfreich, bitte eigene Kopfhörer mitbringen*

● **Kurs 4620**

**Gerhard Zägel**

Mo. - Fr. 09:00 – 12:00 Uhr  
ab 14.10.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 2  
20 UST, EUR 60,00

● **Kurs 4621**

**Gerhard Zägel**

Mo. - Fr. 09:00 – 12:00 Uhr  
ab 24.02.2025, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
20 UST, EUR 60,00

### Saar-Brücken für junge Ausbildungssuchende

#### Themenwoche 1 von 6 (Herbstferien 2024) – Was kann ich machen?

##### *Junge vhs*

#### **Einstieg in die Berufsorientierung**

Warum ist Berufsorientierung so wichtig? Wie finde ich heraus, welche Berufe zu mir passen? Gegen Ende der Schulzeit gewinnen solche Fragestellungen immer mehr an Bedeutung. Der Kurs soll dazu beitragen, einen umfassenden und differenzierten Überblick über die Angebote der Berufsorientierung (z. B. Berufswahltest, Berufsberatung, Messen) zu erlangen und zu lernen, wie diese vielfältigen Möglichkeiten anhand der individuellen Voraussetzungen gezielt genutzt werden können.

## JUNGE VHS

● **Kurs 4630****Nadine Jungfleisch**

Mo. 14.10.2024, 12:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

**Junge vhs****Berufliche Selbsterkundung:  
Entdecke deine Leidenschaft**

Ein wesentlicher Aspekt bei der Wahl einer passenden Ausbildung ist das Erkennen persönlicher Potenziale und Stärken. Daher möchten wir die Teilnehmenden motivieren, sich mit ihren persönlichen Fähigkeiten und Erfahrungen zu beschäftigen. Im Fokus stehen verschiedene Methoden und Instrumente zur Selbsterkundung. Die Teilnehmenden erhalten praktische Anleitungen zur Analyse ihrer Kenntnisse, Fähigkeiten und Eigenschaften. Durch kreative Einzel- und Gruppenübungen wird spielerisch die Auseinandersetzung mit eigenen Werten, Vorstellungen oder auch Persönlichkeitsmerkmalen angeregt. Ziel ist es, durch die intensive Selbstreflexion einen Bezug zu möglichen Berufsfeldern und Karrierewege herzustellen.

● **Kurs 4631****Claudia Verhoeven**

Di. 15.10.2024, 12:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

**Junge vhs****Ziele, Ideen und Berufe – Wege zur  
Verwirklichung deiner Träume**

Welche Ausbildung passt zu mir? Welche Ausbildungsinhalte interessieren mich? Bei der Vielzahl von verschiedenen Tätigkeitsfeldern fällt es schwer, die passende Ausbildung zu finden. Im Rahmen des Kurses werden die Teilnehmenden dabei unterstützt, ihre eigenen Ziele zu iden-

tifizieren und zu finden. In Einzel- und Gruppenübungen wird ein besseres Verständnis für Berufe im Umfeld geschaffen. Die individuelle Sichtweise auf Vor- und Nachteile soll geschärft werden. Ziel ist es, eigene Ideen zu finden und zu präzisieren sowie individuelle Möglichkeiten zu veranschaulichen.

● **Kurs 4632****Claudia Verhoeven**

Mi. 16.10.2024, 12:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

**Junge vhs****Ausbildungsberufe im Fokus:  
Infos für deine Berufswahl**

Start frei in die Welt der Berufe! Lerne das umfangreiche Lexikon der Berufe kennen. BERUFENET ist eine Datenbank der Bundesagentur für Arbeit, die ausführliche Informationen zu verschiedenen Berufen und deren Anforderungen bietet. Diese dient als Orientierungshilfe für die Berufswahl und unterstützt bei der Entscheidungsfindung. Der Kurs gibt einen übersichtlichen Einblick in die individuellen Einsatzmöglichkeiten der Plattform. In der Gruppe werden hinsichtlich der individuell ausgewählten Ausbildungsberufe Zugangsvoraussetzungen, Tätigkeitsinhalte, die Chancen auf dem Arbeitsmarkt sowie weitere Fragestellungen diskutiert.

● **Kurs 4633****Nadine Jungfleisch**

Do. 17.10.2024, 12:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten****CLAUDIA A. VERHOEVEN**

*Heilpraktikerin für Psychotherapie,  
Spezialisiert auf Hochsensibilität,  
Gesprächs-, Gestalt- und Hypnose-  
therapie, Entspannungstrainerin*

» Bei meiner Tätigkeit an der vhs ist es für mich von großer Bedeutung, die Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit, so wie sie sind, bedingungslos anzunehmen. Jeder Teilnehmende bringt seine einzigartige Perspektive mit, und das schließt für mich die individuellen Unterschiede in der Art des Lernens ein. Bei der Vermittlung von Lernstrategien ist es mein Ziel, auf diese Vielfalt einzugehen und individuell angepasste Ansätze zu entwickeln. Freuen Sie sich darauf, nicht nur Lernstrategien gemeinsam mit mir zu entdecken, sondern auch Ihre persönlichen Stärken und Präferenzen im Lernprozess besser kennenzulernen. «

**Themenwoche 2 von 6  
(Winterferien 2025) – Smarte  
Fähigkeiten**

*Junge vhs*

**Lernen lernen**

In diesem Kurs entdeckst du wirkungsvolle Strategien, um effektiver und effizienter zu lernen. Von Lerntechniken bis hin zur Steigerung deiner Konzentration vermitteln wir dir praxisnahe Tools für deinen individuellen Lernerfolg. Gemeinsam schaffen wir die Grundlagen

für nachhaltigen Lernerfolg, damit du selbstbewusst und erfolgreich in deine akademische oder berufliche Zukunft starten kannst. Jetzt anmelden und den Weg zum erfolgreichen Lernen gestalten!

● **Kurs 4634**

**Claudia Verhoeven**

Di. 25.02.2025, 12:00 – 16:30 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

*Junge vhs*

**Visualisierungsworkshop:  
Strukturiere deine Gedanken und  
Ideen**

Ob im Studium oder im Beruf, Kreativität ist eine der Schlüsselkompetenzen. In diesem Kurs lernst du, wie du aus deinen Gedanken und Ideen visuelle Kunstwerke machst. Nach diesem Workshop beherrscht du folgende Fertigkeiten perfekt: Mind Mapping: Entdecke die Welt der Kreativitätstechniken und lerne, deine Gedanken auf eine einzigartige Weise zu strukturieren.

Gedanken strukturieren: Finde heraus, wie du deine Ideen klar und überzeugend präsentierst.

Brainstorming-Ergebnisse visualisieren: Mache aus deinen Brainstorming-Sessions beeindruckende visuelle Darstellungen. Und das Beste daran? Du lernst, diese visuellen Meisterwerke mit browserbasierter Gratis-Software zu gestalten.

● **Kurs 4635**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Do. 27.02.2025, 11:00 – 16:00 Uhr  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
6 UST, gebührenfrei

*Junge vhs*

**Upgrade für dein Selbstmanagement:  
Die besten digitalen Helfer**

Optimiere deinen (Ausbildungs-)Alltag mit digitalen Tools! Dieser Kurs richtet sich speziell an junge Menschen, die ihre Selbstmanagement-Fähigkeiten auf ein neues Level heben wollen. In diesem Kurs lernst du verschiedene digitale Helfer kennen, die dir bei den täglichen Aufgaben unterstützend zur Seite stehen: Zeitmanagement, Kalenderfunktionen, Effektive Nutzung von To-do-Listen etc. Um die Gratis-Apps aus der Android-Welt ausgiebig zu testen, bring bitte dein

**Inklusion** Arbeit ist ein Menschenrecht

Unser Ziel ist, Menschen mit Einschränkungen die Chance zu geben, beruflich Fuß zu fassen.

Die Landesregierung hat dazu zwei Förderprogramme aufgesetzt.

Arbeitgeber erhalten Bruttolohnkostenzuschüsse und Prämien für die Schaffung von inklusiven Arbeitsplätzen.

In den letzten Jahren konnten so bereits viele Menschen in Beschäftigung gebracht werden.

Helfen auch Sie mit! Infos zu den Förderrichtlinien erhalten Sie über den QR-Code oder telefonisch unter: (0681) 501 3232

Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit

SAARLAND  
Großes entsteht immer im Kleinen.

Smartphone oder Tablet (mit SIM-Karte) sowie die Login-Daten deines Google-Kontos mit.

Voraussetzungen: Smartphone mit Betriebssystem Android.

● **Kurs 4636**

**Ralf Kuhn, Diplom-Informatiker (FH)**

Fr. 28.02.2025, 11:00 – 16:00 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei

**Themenwoche 3 von 6  
(Winterferien 2025) – Wo kann ich arbeiten?**

*Junge vhs*

**Regionaler Arbeitsmarkt –  
Unternehmen im Saarland**

Der Kurs gibt einen kompakten Überblick über die verschiedenen Branchen, wie z. B. Automobilindustrie, Maschinenbau, IT,

Chemie, Gesundheitswesen. Die Teilnehmenden erhalten eine Vorstellung von den jeweiligen Unternehmen, deren Tätigkeitsfeldern, Produkten/Dienstleistungen und möglichen Karrierechancen. Durch die Teilnahme an diesem Kurs erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre individuellen Stärken besser einzuschätzen und ein Gefühl für die Anforderungen auf dem saarländischen Arbeitsmarkt zu entwickeln.

● **Kurs 4637**

**Michael Bernardi**

Mo. 24.02.2025, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei

*Junge vhs*

**Veränderung des Arbeitsmarktes  
durch die Digitalisierung**

Die Thematik der Digitalisierung in der Arbeitswelt und der damit verbundenen

Veränderungen ist heutzutage allgegenwärtig, und nahezu täglich finden sich Berichte und Diskussionen zu diesem Thema. Ein Themenschwerpunkt ist dabei der Job-FuturoMat vom Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung, der einen Eindruck darüber vermittelt, wie sich Berufsbilder und Tätigkeitsfelder in Zukunft durch neue Technologien verändern bzw. automatisierbar sind. Die Teilnehmenden entwickeln gemeinsam erste Vorstellungen, welche Qualifikationen und Kompetenzen zukünftig besonders hilfreich sind.

● **Kurs 4638**

**Michael Bernardi**

Mi. 26.02.2025, 12:00 – 16:30 Uhr

Rathaus-Carré Seminarraum 9

6 UST, gebührenfrei



Erhalten Sie bis zu  
100 % Lohnkostenzuschuss

**MitArbeit – Chancen schaffen**

**Sie haben freie Arbeitsplätze?**

Wir unterstützen die Einstellung unserer Kundinnen und Kunden mit umfangreichen Fördermöglichkeiten.



Weitere Informationen finden Sie online unter: <https://bit.ly/3rGVQ3m>

Wir beraten Sie gerne dazu: Fon 0681 97038-3436 oder [jobcenter-saarbruecken.mitarbeit@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-saarbruecken.mitarbeit@jobcenter-ge.de)

**jobcenter**  
IM REGIONALVERBAND SAARBRÜCKEN





Qualifizierte Nachhilfeangebote an Schulen

## AGENTUR FÜR LERNFÖRDERUNG

- Förderunterricht in den Fächern Deutsch, Mathematik, Englisch und Französisch
- Qualifiziertes Lehrpersonal
- Durchführung in Kleingruppen
- Unterricht in den Räumlichkeiten der Schule
- In der Regel zwischen 13.30 und 15.00 Uhr oder in Absprache mit der Schule auch am Vormittag als Differenzierungsangebot

Nähere Infos:

[ilka.hufschmidt@rvsbr.de](mailto:ilka.hufschmidt@rvsbr.de), Fon 0681 506-4363

[thomas.pueschel@rvsbr.de](mailto:thomas.pueschel@rvsbr.de), Fon 0681 506-4364

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## Agentur für Lernförderung



### Ilka Hufschmidt

Koordination Lernförderung an Schulen  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4363  
ilka.hufschmidt@rvsbr.de



### Thomas Püschel

Koordination Lernförderung an Schulen  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4364  
thomas.pueschel@rvsbr.de

## Effiziente Lernförderung direkt an Ihrer Schule!

Die Agentur für Lernförderung der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken ist seit über 10 Jahren erfolgreich damit beschäftigt, Nachhilfeunterricht direkt an Schulen anzubieten. Unter dem Dach der Schulen haben wir Strukturen geschaffen, um Schülerinnen und Schüler vor Ort optimal zu unterstützen. Unsere Lehrkräfte, bestehend aus aktuellen, ehemaligen und angehenden pädagogischen Fachkräften, garantieren Nachhilfe auf höchstem Niveau.

### Vorteile der Agentur für Lernförderung:

- **Unmittelbare Unterstützung:** Direkt in Ihrer Schule unterrichten wir, um individuelle Lernbedürfnisse sofort zu erkennen und anzugehen.
- **Qualifizierte Lehrkräfte:** Unsere Lehrkräfte bringen nicht nur Fachkompetenz mit, sondern schaffen auch eine dynamische Lernumgebung.
- **Vielfältige Unterstützung:** Vom Grundschulniveau über weiterführende Schulen bis zu Berufsbildungszentren bieten wir Hilfe auf verschiedenen Bildungsebenen.

Erfahren Sie, wie wir Ihr Bildungsangebot verbessern können!

Sprechen Sie die Lehrerinnen und Lehrer der Schule an oder kontaktieren Sie direkt unsere AnsprechpartnerInnen Frau Hufschmidt und Herrn Püschel.



### Ursula Fauth

Sachbearbeiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4365  
ursula.fauth@rvsbr.de

### Verantwortlich für den Programmbereich



**Melanie Scazzari**  
Programmbereichsleiterin  
Rathaus-Carré  
Gerberstr. 2  
66111 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4340  
Fax 0681 506-4398  
melanie.scazzari@rvsbr.de

### Inhalt

- Lesen und Schreiben 318
- Digitale Grundbildung 320
- Grundbildung Mathematik 321
- Grundbildung Finanzen 322
- Grundbildung Englisch 322
- Grundbildung Landeskunde 323
- Schulabschlüsse 325



# Grundbildung und Schulabschlüsse



**Beratung und Information**



**Dr. Claudia Thiel-Dirksen**  
*Pädagogische Mitarbeiterin*  
 Rathaus Carré  
 Gerberstr. 2  
 66111 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4336  
 Fax 0681 506-4398  
 claudia.thiel-dirksen@rvsbr.de

**Anmeldung und Service**



**Katrin Malek**  
*Sachbearbeiterin*  
 Rathaus-Carré  
 Gerberstr. 2  
 66111 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4341  
 Fax 0681 506-4398  
 katrin.malek@rvsbr.de

**GRUNDBILDUNG**

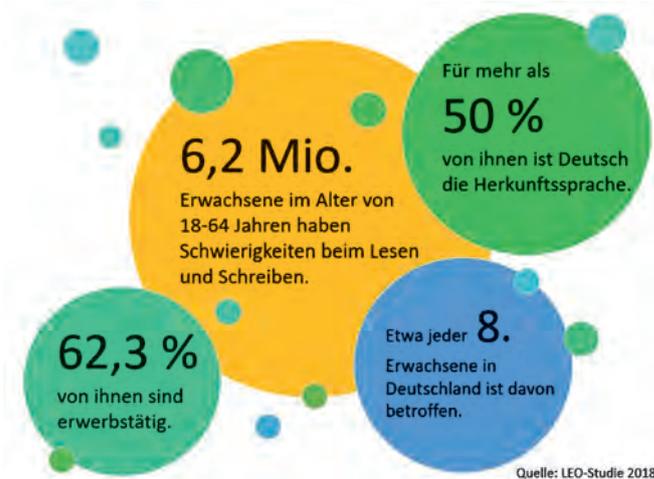
*Grundbildung ist eine wichtige Voraussetzung zur Orientierung und Teilhabe in der Gesellschaft – sowohl im privaten Umfeld als auch im beruflichen Alltag.*

*Es geht dabei um Kompetenzen wie Lesen und Schreiben (Alphabetisierung) oder Rechnen in alltäglichen Situationen (Grundbildung Mathematik). Aber auch elementare Englischkenntnisse, Gesundheitsbildung, Grundfähigkeiten im IT-Bereich (Computer, Handy, Internet), der Umgang mit Geld oder landeskundliche Grundbildung gehören heutzutage dazu.*

*In Deutschland leben etwa 6,2 Millionen Erwachsene mit geringer Literalität. Das heißt, sie können nicht ausreichend lesen und schreiben, um bestimmte Aufgaben des täglichen Lebens selbständig zu bewältigen. Sie haben zum Beispiel Schwierigkeiten Fahrpläne zu lesen, Formulare auszufüllen oder ihren Kindern bei den Hausaufgaben zu helfen.*

*In unseren Kursen unterrichten erfahrene Kursleitende, die auf das jeweilige persönliche Lerntempo Rücksicht nehmen und den Teilnehmenden in kleinen Gruppen (3-10 TN) eine erwachsenengerechte und vertrauensvolle Lernatmosphäre bieten.*

*Wir sind eines von zehn saarländischen Grundbildungszentren. Gefördert wird unsere Arbeit durch das Ministerium für Bildung und Kultur Saarland. Alpha-Integrationskurse finden Sie in diesem Programm unter Kapitel 4 – Sprachen: Deutsch und Integration.*



## LESEN UND SCHREIBEN



Unsere „Lesen und Schreiben“-Kurse wenden sich an Teilnehmende, die zum Beispiel

- nicht lesen und schreiben können (\*Alpha-Level 1),
- lesen, aber nicht so gut schreiben können (\*Alpha-Level 2),
- sehr große Rechtschreibprobleme haben oder
- ihre grundlegenden Lese- und Schreibfähigkeiten noch verbessern möchten (\*Alpha-Level 3-4).

**Einzelveranstaltung****Vorgespräch mit Einstufung (Alpha-Level)**

Vor jedem Kursbeginn besteht die Möglichkeit zu einem vertraulichen Beratungsgespräch mit unserer Pädagogischen Mitarbeiterin. Neben einem ersten Kennenlernen findet nach vorhergehender Diagnostik auch eine Einstufung (\*Alpha-Level) in den passenden Kurs statt. *Anmeldung und Terminvereinbarung bei Katrin Malek (0681 506-4341).*

● **Kurs 5501****Dr. Claudia Thiel-Dirksen**

Termine nach Vereinbarung  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Lesen und Schreiben verbessern – für junge Erwachsene**

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an junge Menschen, die ihre Lese- und

Schreibfähigkeiten verbessern möchten. Neben einem regelmäßigen Lese- und Schreibtraining, können auch konkrete Anliegen der Teilnehmenden bearbeitet werden (Bewerbungen, Formulare, Texte).

● **Kurs 5510****Michael Mandaba**

Mo. u. Mi. 09:00 – 11:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 39 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
gebührenfrei

**Abendkurs****Lesen und Schreiben verbessern – für fortgeschrittene Lernende**

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an Lernende, die ihre bereits erworbenen Lese- und Schreibfähigkeiten weiter verbessern möchten. Die Kursinhalte orientieren sich jeweils an den aktuellen Anliegen und Kenntnissen der Teilnehmenden.

● **Kurs 5512****Leonore Decker**

Mi. 17:00 – 20:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 20 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Lesen und Schreiben lernen – Grundlagen (Alpha-Level 1 und 2)**

Dieser Kurs steht allen Lernenden offen, die grundlegende Lese- und Schreibfähigkeiten erwerben möchten. Der Kurs richtet sich nach dem individuellen Lernstand und dem Lerntempo der Teilnehmenden. Wir arbeiten gemeinsam auf der Buchstaben-, Wort- und Satzebene.

● **Kurs 5515****Leonore Decker**

Mi. u. Fr. 09:00 – 11:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 37 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Lesen und Schreiben lernen – Aufbaukurs (Alpha-Level 3 und 4)**

In diesem Aufbaukurs können Lernende ihre grundlegenden Lese- und Schreibfähigkeiten erweitern. Wir arbeiten insbesondere auf der Satzebene und erschließen uns gemeinsam neue Texte.

● **Kurs 5516****Thomas Serrière**

Mi. u. Do. 16:30 – 19:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 39 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 10  
gebührenfrei

**Offene Lerntreffs: Lesen und Schreiben**

In unseren Offenen Lerntreffs sind alle Interessierten herzlich willkommen, mit und ohne Vorkenntnisse. In lockerer Atmosphäre können Lerninhalte vertieft oder wiederholt werden. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Wenn Sie unsicher sind, welches Angebot zu Ihnen passen könnte, melden Sie sich bei Katrin Malek (0681 506-4341) zu einem persönlichen Beratungsgespräch (Kurs 5501) an.

**Nachmittagskurs****Offener Lerntreff: Lesen und Schreiben lernen (Alpha-Level 1 und 2)**● **Kurs 5540****Andrea Schuster/Jutta Braunegger**

Di. u. Do. 14:00 – 17:00  
ab 17.09.2024, 38 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Offener Lerntreff: Lese- und Schreibtraining (ab Alpha-Level 4)**● **Kurs 5541****Jutta Braunegger**

Di. u. Do. 10:00 – 13:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 38 Termine  
 Rathaus-Carré Seminarraum 9  
 gebührenfrei

● **Kurs 5541A****Elisabeth Groß-Apostolidis**

Di. u. Do. 10:00 – 13:00 Uhr  
 ab 17.09.2024, 38 Termine  
 Rathaus-Carré Seminarraum 3  
 gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Offener Lerntreff: Lesen und Schreiben verbessern (Alpha-Level 3 und 4)**● **Kurs 5542****Gudrun Nilius**

Mi. 13:00 – 16:00 Uhr  
 ab 18.09.2024, 20 Termine  
 Rathaus-Carré Seminarraum 10  
 gebührenfrei

In Kooperation mit der Stadtbibliothek  
 Saarbrücken

**Vormittagskurs****Alpha-Treff**

In unserem Alpha-Treff unterstützen wir Sie beim Lesen, Verstehen und Schreiben von Texten. Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Bücher ein. Willkommen sind alle Interessierten, die ihre Lese- und Schreibfähigkeiten verbessern möchten. Bei Interesse finden im Rahmen des Kurses auch Führungen durch die Bibliothek statt.

● **Kurs 5550****Mechtild Müller-Benecke**

Do. 10:00 – 12:15 Uhr  
 ab 19.09.2024, 23 Termine  
 Stadtbibliothek Saarbrücken, 3. Stock  
 gebührenfrei

**Vortrag****Heimat und Sehnsucht. Wo ist mein Platz? – Lesung in einfacher Sprache**

Die Autorin Gudrun Nilius liest aus ihrem zweiten Roman „Heimat und Sehnsucht. Wo ist mein Platz?“, den sie in einfacher Sprache verfasst hat. Sie erzählt von Irini, einer jungen Frau aus Griechenland, die sich gerade in ihrer neuen Heimat eingelebt hat. Auf einmal sagt Irinis Mann Andreas, dass er zurück nach Griechenland will. Nun macht auch sie sich wieder Gedanken: Wo ist mein Platz, wo ist unser Platz? In Deutschland oder Griechenland?

● **Kurs 5552****Gudrun Nilius**

Di. 03.12.2024, 17:00 – 19:15 Uhr  
 Stadtbibliothek Saarbrücken, EG  
 gebührenfrei

Veranstaltungen in Kooperation mit dem  
 Stadteilbüro Alt-Saarbrücken

**Vormittagskurs****Lernwerkstatt Deutsch (Alpha-Level 1 und 2)**

In dem Lerntreff werden grundlegende Kenntnisse im Lesen und Schreiben erworben, aufgefrischt und vertieft.

● **Kurs 5554****Leonore Decker**

Do. 09:00 – 12:00 Uhr  
 ab 19.09.2024, 18 Termine  
 Café Schniss Alt-Saarbrücken  
 gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**

**JUTTA BRAUNEGGER**  
 Grund- und Hauptschullehrerin

» Seit 2011 unterrichte ich schwerpunktmäßig deutsche Erwachsene, sog. funktionale Analphabeten, im Lesen und Schreiben. Diese Arbeit ist mir eine große Herzensangelegenheit. Denn hierzulande nicht lesen und schreiben zu können, ist ein klares Ausgrenzungsmerkmal für die Betroffenen und verschließt die Türen zu vielen gesellschaftlichen Bereichen, nicht zuletzt zur Arbeitswelt. Wenn es gelingt, die Lernenden dahingehend zu fördern und zu begleiten, dass sie über Buchstaben, Silben, Wörter den Weg zu ersten kleinen Texten bewältigen, entwickeln sie ein ganz neues Selbstbewusstsein und sind – oft zum ersten Mal – stolz auf sich. «

**Vormittagskurs****Lernwerkstatt Deutsch –  
Lesen und Schreiben im KINDERHAUS  
Alt-Saarbrücken**

In dem Lerntreff werden grundlegende Kenntnisse im Lesen und Schreiben verbessert. Wir unterstützen auch bei alltäglichen „Hürden“ (Formulare, Anträge, Briefe etc.). Während der Kurszeit wird eine Kinderbetreuung angeboten.

● **Kurs 5555****Ingrid von Osterhausen**

Mo. 09:00 – 12:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 19 Termine  
KINDERHAUS Alt-Saarbrücken  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Lernwerkstatt Deutsch – Lesen und  
Schreiben im Café Schniss**

Die Themen des Lerntreffs richten sich nach den Interessen der Teilnehmenden. Gemeinsam werden Kenntnisse im Lesen und Schreiben gefestigt und verbessert.

● **Kurs 5556****Ingrid von Osterhausen**

Di. 09:00 – 12:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 19 Termine  
Café Schniss Alt-Saarbrücken  
gebührenfrei

**In Kooperation mit der  
GWA Brebach/Diakonie Saar**

**Vormittagskurs****Lernwerkstatt Deutsch im  
BürgerInnenZentrum Brebach**

Im Mittelpunkt steht die gemeinsame Kommunikation, das Vertiefen von bereits Gelerntem sowie das Einüben von Lesen und Schreiben und praktischen Hilfen für den Sprachalltag. Lerninhalte und Lern-tempo orientieren sich an den Teilnehmenden.

● **Kurs 5559****Inge Jene**

Di. 09:00 – 11:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 19 Termine  
BürgerInnenZentrum Brebach  
gebührenfrei

**DIGITALE GRUNDBILDUNG**

Digitale Grundkompetenzen gewinnen immer weiter an Bedeutung – im Alltag und auch im Beruf.

Unsere Kurse zur Vermittlung von digitaler Grundbildung richten sich an erwachsene Lernende mit Lese- und Schreibschwierigkeiten. In kleinen Gruppen werden die Bedienung (z. B. das Schreiben auf einer PC-Tastatur) und die Grundfunktionen von Computern erlernt und trainiert. Auch der Aufbau und die Nutzung des Internets (E-Mails, Suchmaschinen) werden in unseren Kursen anhand vieler Beispiele aus dem Alltag erklärt und von den Teilnehmenden selbst aktiv ausprobiert.

**Vormittagskurs****Computer und Internet –  
einfach erklärt**

Wie funktioniert ein Computer? Wie komme ich ins Internet? Wie finde ich Behörden, Ärzte, Beratungsstellen im Internet? Wie funktionieren Suchmaschinen? Wie kann ich sie benutzen? Wir arbeiten mit Laptops und am Smartboard.

● **Kurs 5560****Dr. Claudia Thiel-Dirksen**

Mo. 11:00 – 12:30 Uhr  
ab 04.11.2024, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Einfache Texte schreiben und  
gestalten am PC**

Wer bereits erste Erfahrungen am Computer gesammelt hat, kann sich zu diesem Kurs anmelden. Wir schreiben einfache Texte auf der Tastatur und experimentieren mit verschiedenen Schriftgrößen und Schriftarten. Es dürfen gerne eigene Texte und Ideen mitgebracht werden.

● **Kurs 5562****Dr. Claudia Thiel-Dirksen**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr  
ab 15.01.2025, 4 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

**Nachmittagskurs****Erstes Schreiben auf einer Tastatur**

Wie schreibe ich am Computer mit einer Tastatur? Wo finde ich die Klein- und Großbuchstaben, die Satzzeichen? Wie kann ich Geschriebenes wieder löschen? All das und mehr lernen Sie in diesem Kurs für alle, die das Schreiben am Computer erlernen möchten.

● **Kurs 5565****Gerhard Zägel**

Mi. 14:30 - 16:45 Uhr  
ab 30.10.2024, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

● **Kurs 5566****Gerhard Zägel**

Mi. 14:30 - 16:45 Uhr  
ab 08.01.2025, 5 Termine  
Rathaus-Carré PC-Saal 1  
gebührenfrei

## GRUNDBILDUNG MATHEMATIK



Mathematisches Wissen macht unser alltägliches Leben leichter. Wir alle gehen jeden Tag mit Zahlen um und müssen rechnen – oft ohne uns dessen bewusst zu sein. Das ist manchmal nicht einfach. In unseren Mathematik-Kursen lernen Sie wichtige Grundlagen von Mathematik kennen. So können Sie Ihr Verständnis für Zahlen und mathematische Zusammenhänge erweitern und verbessern. Mathematisches Verständnis führt zu mehr Selbstvertrauen im Alltag. Das öffnet die Tür für spätere berufliche Qualifikationen.

**Nachmittagskurs****Mathematik im Alltag**

Es gibt viele Situationen im Alltag, in denen wir rechnen müssen. Im Kurs schauen wir uns den Aufbau von Zahlen und Tabellen an. Mengenangaben, Maße und Gewichte und einfache Rechenaufgaben gehören ebenso dazu. Gerne greifen wir Beispiele Ihres Alltags auf, wie etwa Mietvertrag, Preisvergleiche, Lohnzettel oder Nebenkosten.

● **Kurs 5570****Günther Hoppstädter**

Fr. 13:00 – 15:15 Uhr  
ab 10.01.2025, 6 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
gebührenfrei

**Abendkurs****Mathematik in Schule und Beruf**

Schülerinnen und Schüler, Auszubildende sowie Nichtschülerinnen und Nichtschüler (die gerade einen Schulabschluss anstreben) können diesen Kurs zur Prüfungsvorbereitung nutzen sowie ihre mathematischen Kenntnisse vertiefen und festigen. Inhalt des Kurses sind grundlegende Rechenoperationen wie z. B. Prozent- und Zinsrechnung, Verstehen von Diagrammen und Statistiken, Lösung von Gleichungen, geometrische Aufgaben. Die Inhalte richten sich nach den Lernwünschen und Vorkenntnissen der Teilnehmenden.

● **Kurs 5572A****Adrian Linn**

Fr. 17:30 - 19:45 Uhr  
ab 08.11.2024, 8 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
gebührenfrei

● **Kurs 5572B****Adrian Linn**

Fr. 17:30 - 19:45 Uhr  
ab 17.01.2025, 8 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 3  
gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**

**THOMAS SERRIÈRE**  
*Freiberuflicher Dozent*

» Mehr als zwanzig Jahre hat Thomas Serrière in der Personalabteilung eines Industrieunternehmens gearbeitet. Dort war der Lehrer als Referent Personalentwicklung für die Aus- und Weiterbildung zuständig. Seit 2014 ist er als freiberuflicher Dozent für verschiedene Träger unterwegs. Zuletzt unterrichtete er im Rahmen des Bundesprogrammss „Aufholen nach Corona“ Deutsch und Mathematik an verschiedenen Berufsschulen des RV. An der vhs Regionalverband Saarbrücken ist er mit großem Engagement als Dozent in der Grundbildung tätig. «



**Wir drucken & binden  
deine Abschlussarbeit**

**in 1 Stunde auf 100g Papier mit  
Softcoverbindung**

z.B. 80 Seiten s/w + 10 Seiten farbig  
für 14,90 Euro inkl. 7 % MwSt.

**COD Büroservice GmbH**  
Bleichstr. 22-24 // 66111 Saarbrücken  
0681 393530 // info@cod.de

## GRUNDBILDUNG FINANZEN

Jeden Tag treffen wir im Alltag Entscheidungen über Geld. Fragen zu Verträgen, die Planung monatlicher Ausgaben, die Altersvorsorge sowie auch der Umgang mit Krisen oder Schulden beschäftigen Menschen jeden Alters. Die Kurse richten sich an alle Interessierten, die ihre Finanzen besser verstehen und aktiv kluge finanzielle Entscheidungen treffen möchten. Denn wer weiß, wie Geld und Zahlungsvorgänge funktionieren, wer Kostenfallen erkennt und seine Ausgaben unter Kontrolle hat, kann Geldproblemen vorbeugen.

In Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung des Regionalverbands Saarbrücken

### Vormittagskurs

**Mein Budget – Ausgaben im Griff**  
Lebensmittel, Miete, Monatskarte, Smartphone, Kinobesuch. Ein Haushaltsbuch hilft dabei, die Ausgaben und Einnahmen im Blick zu behalten. Gemeinsam schauen wir uns an, wie man Einnahmen und Ausgaben dokumentiert, z. B. über die kostenlose App „Mein Budget – Ausgaben im Griff“. So lassen sich leichter Einsparmöglichkeiten im Alltag aufdecken oder Sparziele festlegen, um gezielt Träume zu verwirklichen.

#### ● Kurs 5575

**Malte Scherpelz**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr  
ab 23.10.2024, 3 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
gebührenfrei

### Vormittagskurs

**MONETTO – Das Spiel rund ums Geld**

Beim Brettspiel Monetto geht es um Familie Müller und das liebe Geld. Die Familie wohnt in Meisenbohn – eine typische Kleinstadt in Deutschland. Alle möchten ihre Finanzen im Griff behalten. Doch es gibt viele Herausforderungen und unerwartete Ereignisse. Jedes Mitglied der Familie hat seine eigene Geschichte. Du wählst ein Familienmitglied als Spielfigur und hilfst dabei, den finanziellen Überblick zu behalten, Kostenfallen zu vermeiden oder die passende Versicherung zu finden. Spannung bis zum Schluss – wer gewinnt das Spiel?

#### ● Kurs 5576

**Malte Scherpelz**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr  
ab 27.11.2024, 3 Termine  
Rathaus-Carré Seminarraum 9  
gebührenfrei

## GRUNDBILDUNG ENGLISCH

Unsere Englischkurse wenden sich an alle Interessierten, die weder in der Schule noch im Erwachsenenalter eine Fremdsprache gelernt haben. Im Unterricht geht es um englische Begriffe, die uns überall im Alltag begegnen und um ein einfaches Englisch für alltägliche Situationen. Die Kurse richten sich auch immer nach den Interessen und persönlichen Lernzielen der Teilnehmenden.

### Abendkurs

**Englisch ganz einfach**

Dieser Kurs wendet sich an interessierte Menschen, die noch nie eine fremde Sprache gelernt haben und mit englischen Begriffen Schwierigkeiten haben, die heute ständig im Alltag verwendet werden (z. B.

## GRUNDBILDUNG LANDESKUNDE

Hotline, Call-Center, googlen). Wie spricht man diese Wörter aus und was bedeuten sie? Im Kurs wird vor allem gesprochen. Wörter und einfache Redewendungen aus dem Alltag werden erklärt.

● **Kurs 5580**

**Leonore Decker**

Mo. 17:30 - 19:45 Uhr

ab 16.09.2024, 19 Termine

Rathaus-Carré Seminarraum 10  
gebührenfrei

## GRUNDBILDUNG LANDESKUNDE

Einfach mal rauskommen aus dem alltäglichen Trott. Das ist das Motto für unsere Waldspaziergänge und Stadterkundungen. In kleinen Gruppen orientieren wir uns neu in der eigenen Stadt, lernen die Umgebung besser kennen und begeben uns auf Entdeckungsreise.

**Exkursion****„Einfach mal raus!“ – ein Spaziergang durch den Wildpark**

Dieser Waldspaziergang führt uns durch den Saarbrücker Wildpark. Bevor wir losgehen, schauen wir uns die Strecke auf einer Landkarte an. Wir arbeiten mit Materialien in einfacher Sprache.

● **Kurs 5591**

Mi. 09.10.2024, 14:30 - 17:30 Uhr

Treffpunkt Rathaus-Carré  
gebührenfrei

**Exkursion****Fairtrade – Konsumkritischer Stadtrundgang in einfacher Sprache**

Wir werden einen Vortrag zum Thema „Fairtrade – Fairer Handel“ hören. Was bedeutet „fair gehandelt“ und was können wir alle dazu beitragen? Gemeinsam laufen wir im Anschluss durch die Saarbrücker Innenstadt und erkunden Orte, an denen fair gehandelte Waren angeboten werden.

● **Kurs 5592**

**Ingrid von Osterhausen**

Do. 12.12.2024, 10:00 – 13:00 Uhr

Altes Rathaus, Raum 13  
gebührenfrei

**Exkursion****„Moderne Galerie“ – Stadterkundung in einfacher Sprache**

In Saarbrücken finden sich viele spannende Orte der Kunst. Dieses Mal führt uns die Spurensuche in die Moderne Galerie. Gemeinsam schauen wir uns die Kunstsammlung des Museums an und lernen etwas zu den verschiedenen KünstlerInnen und Epochen. Bei schönem Wetter werfen wir auch einen Blick in den Skulpturengarten – direkt an der Saar gelegen.

● **Kurs 5593**

**Ingrid von Osterhausen**

Di. 21.01.2025, 15:00 – 18:00 Uhr

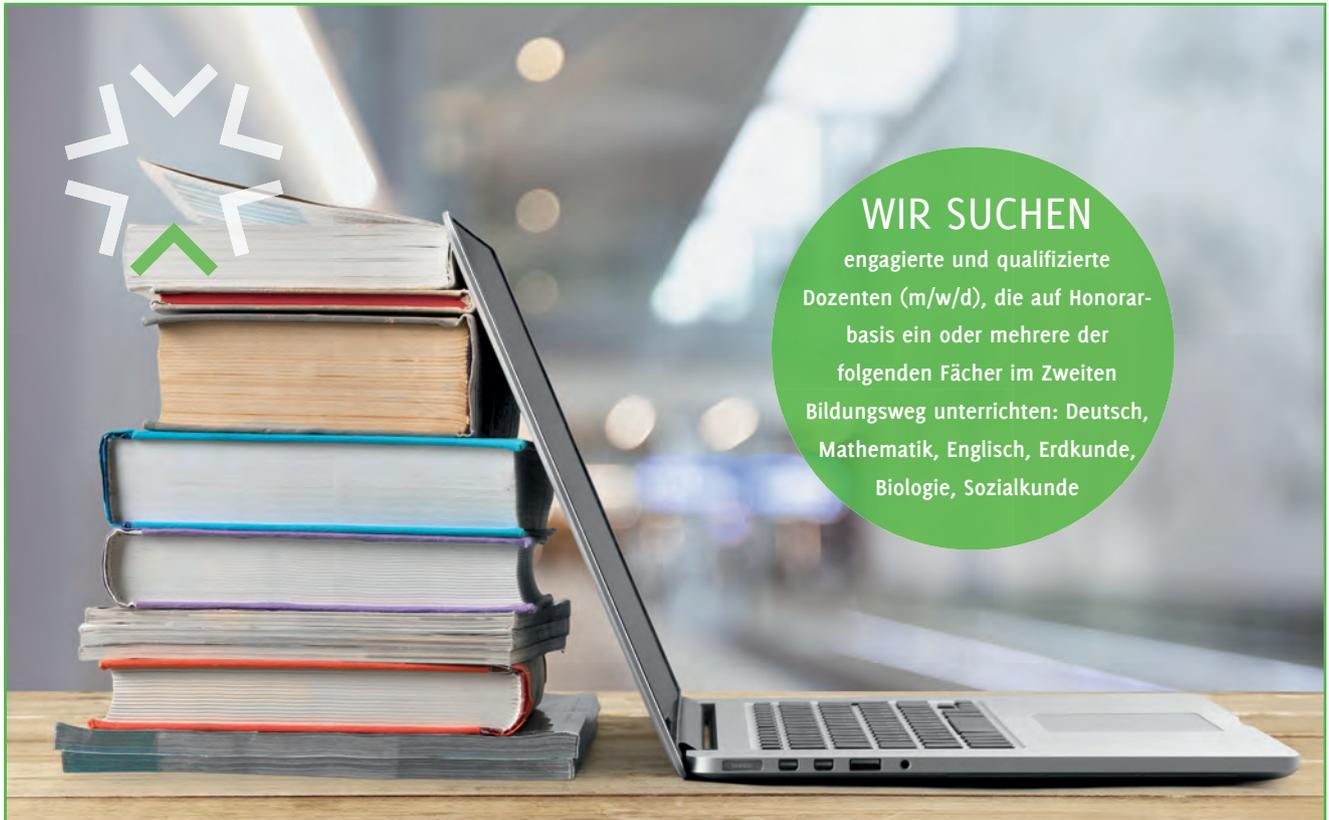
Treffpunkt Rathaus-Carré  
gebührenfrei

## Dozentinnen und Dozenten

**MICHAEL MANDABA**

*Germanist, Übersetzer und Dozent*

» Neben meinen Tätigkeiten als vereidigter Übersetzer (Deutsch-Französisch-Englisch), Förderlehrer und Fremdsprachenkorrespondent, bin ich seit vielen Jahren als Deutschlehrer tätig. So habe ich u. a. im Mercator-Projekt an der Universität des Saarlandes sowie in verschiedenen Schülerhilfen in Saarbrücken Deutsch unterrichtet. Junge Menschen zu fördern und bei ihrer beruflichen Integration zu unterstützen war mir immer schon ein besonderes Anliegen, z. B. als Lehrkraft im AZB, heute Zentrum für Bildung und Beruf gGmbH (ZBB) in Burbach. Seit 2022 arbeite ich als vhs-Dozent in den Lese- und Schreibkursen speziell für junge Erwachsene. «



## WIR SUCHEN

engagierte und qualifizierte  
Dozenten (m/w/d), die auf Honorar-  
basis ein oder mehrere der  
folgenden Fächer im Zweiten  
Bildungsweg unterrichten: Deutsch,  
Mathematik, Englisch, Erdkunde,  
Biologie, Sozialkunde

## Dozent (m/w/d) für den Bereich Grundbildung/Schulabschlüsse

### VORAUSSETZUNGEN

- ein abgeschlossenes Lehramtsstudium oder ein entsprechendes Fachstudium (Diplom/Master/Magister)
- Erfahrungen und Kenntnisse in der Erwachsenenbildung
- die Bereitschaft zur Anwendung digitaler Lehr- und Lernmethoden
- Verständnis, Vertrauen und Humor in der Arbeit mit jungen Erwachsenen

### BEWERBUNGEN BITTE AN

Melanie Scazzari  
Programmbereichsleitung Arbeit und Beruf  
Fon 0681 506-4340  
melanie.scazzari@rvsbr.de

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

## SCHULABSCHLÜSSE

## HSA und MBA – Vorbereitungskurse für NichtschülerInnen

Unsere nächsten Kurse zum Nachholen des Hauptschulabschlusses (HSA) und des Mittleren Bildungsabschlusses (MBA) beginnen am 02.09.2024. Die externen Prüfungen finden vor den Sommerferien 2025 statt. Dazu ist eine separate Anmeldung beim Ministerium für Bildung und Kultur erforderlich, bei der wir unsere Teilnehmenden gerne unterstützen.

Auf der Homepage des saarländischen Ministeriums für Bildung und Kultur finden Sie alle weiteren Informationen zum Erwerb der Schulabschlüsse für NichtschülerInnen, insbesondere die Zulassungsvoraussetzungen zur Prüfung bei der Schulaufsichtsbehörde. Lassen Sie sich vor Kursbeginn von unserer zuständigen Pädagogischen Mitarbeiterin Dr. Claudia Thiel-Dirksen beraten: Telefon 0681 506-4336. Sie informiert Sie gerne über die jeweiligen Fächerkombinationen unserer Schulabschlusskurse (HSA und MBA) und die jeweiligen Prüfungsformen.

## Abendkurs

## Hauptschulabschluss 2024/2025

Erwachsene und Jugendliche, die bisher keine abgeschlossene Schulausbildung erreichen konnten, haben die Möglichkeit, sich in einem Vorbereitungskurs an der vhs Regionalverband Saarbrücken auf die Hauptschulabschlussprüfung (HSA) vorzubereiten.

Unterrichtsfächer sind:

Deutsch, Mathematik, Biologie, Erdkunde, Geschichte, Sozialkunde.

Nach Anmeldung erfolgt eine schriftliche

Einladung zum ersten Unterrichtstermin.

Voraussetzungen:

- Erfüllung der allgemeinen Schulpflicht
- KEIN gültiger Schulabschluss
- Mindestalter bei Prüfung: 18 Jahre
- Für Zugewanderte: gültiger Aufenthaltstitel, Sprachniveau mind. B2 (Empfehlung des Ministeriums)

## ● Kurs 6100

Beginn: Mo. 02.09.2024

Prüfung: Mai/Juni 2025

Gemeinschaftsschule Bruchwiese, Saarbrücken

550 UST, EUR 350,00 (200,00)

## Abendkurs

## Mittlerer Bildungsabschluss

## 2024/2025

Erwachsene und Jugendliche, die bereits einen Hauptschulabschluss erlangt haben, können sich in einem Vorbereitungskurs an der vhs Regionalverband Saarbrücken auf die Prüfung zum nachträglichen Erwerb des Mittleren Bildungsabschlusses vorbereiten und damit ihre beruflichen Möglichkeiten erweitern.

Unterrichtsfächer sind:

Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Erdkunde, Sozialkunde.

Nach Anmeldung erfolgt eine schriftliche Einladung zum ersten Unterrichtstermin.

Voraussetzungen:

- Erfolgreich abgeschlossener HSA
- Mindestalter bei Prüfung: 18 Jahre
- Für Zugewanderte: gültiger Aufenthaltstitel, Sprachniveau mind. B2 (Empfehlung des Ministeriums)

## ● Kurs 6110

Beginn: Mo. 02.09.2024

Prüfung: Mai/Juni 2025

Otto-Hahn-Gymnasium, Saarbrücken

600 UST, EUR 450,00 (300,00)

## Dozentinnen und Dozenten



## FRED WEBER

## Lehrer und Künstler

» Als Lehrer für Deutsch und Kunst ist es mir ein besonderes Anliegen dazu beizutragen, dass die TeilnehmerInnen in meinen Kursen ihre Grenzen erweitern und zu neuen Erfahrungen und Sichtweisen gelangen. Das gilt vornehmlich für die Kurse zum Erreichen eines qualifizierten Schulabschlusses, die den TeilnehmerInnen bisher verschlossene Lebenschancen und Perspektiven eröffnen. Offenheit, Respekt und gezielte Hilfe sind dabei sehr wichtig. Neue Einsichten möchte ich auch bei Museumsbesuchen im Rahmen der ‚Saarbrücker Kunstfahrten‘ vermitteln. «

## Verantwortlich für den Programmbereich



**Dr. Carolin Lehberger**  
*vhs-Direktorin*  
Altes Rathaus, Zi. 39  
Schlossplatz 1  
66119 Saarbrücken  
Fon 0681 506-4300  
Fax 0681 506-4390  
carolin.lehberger@rvsbr.de

## vhs-Außenstellen in Saarbrücken

- Dudweiler 327
- Halberg 339
- Klarenthal/Altenkessel/Gersweiler 347

## Örtliche Volkshochschulen im Regionalverband

- Friedrichsthal 355
- Großrosseln 361
- Heusweiler 389
- Kleinblittersdorf 401
- Püttlingen 411
- Quierschied 427
- Riegelsberg 443

## vhs vor Ort



## Örtliche Leitung



**Dr. Carolin Lehberger**  
*vhs-Direktorin*  
 Altes Rathaus, Zi. 39  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4300  
 Fax 0681 506-4390  
 carolin.lehberger@rvsbr.de



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

## Anmeldung und Service



**Ursula Fauth**  
*Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro*  
*Bürgerhaus Dudweiler*  
 Am Markt 115  
 66125 Saarbrücken  
 Fon 06897 765-866  
 Servicezeiten: Di. + Fr. 08:00 – 13:00 Uhr  
 ursula.fauth@rvsbr.de



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

## Unterrichtsorte

- Gemeinschaftsschule Dudweiler  
 Altbau, An der Mühlenschule 3  
 66125 Saarbrücken
- Albert-Schweitzer-Schule  
 Am Geisenberg 41  
 66125 Saarbrücken
- Bürgerhaus Dudweiler  
 Am Markt 115  
 66125 Saarbrücken
- Dudobad  
 St. Avolder Straße  
 66125 Saarbrücken
- Kulturhaus Schlachthof,  
 Schlachthofstr. 52,  
 66125 Saarbrücken
- Kultur- und Lesetreff Dudweiler,  
 Am Markt 115,  
 66125 Saarbrücken

**Wichtiger Hinweis:**

Beachten Sie bitte, dass ohne rechtzeitige schriftliche Anmeldung und bei unzureichender TeilnehmerInnenzahl die Veranstaltung ausfallen muss! Kursplätze können nur bei vorheriger verbindlicher Anmeldung garantiert werden. Bitte beachten Sie auch, dass im Laufe des Semesters nicht alle Veranstaltungen nochmals in der Presse angekündigt werden können – deshalb bitte Termine vormerken. Grundsätzlich ist das Mitbringen von Tieren zu Veranstaltungen der Volkshochschule – wie z. B. Vorträgen und Exkursionen – nicht gestattet.

**Konzert****Semestereröffnungskonzert der vhs Dudweiler**

Mozart Konzert des Orchestre Symphonique SaarLorraine  
Zum Semesterauftakt der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken in Dudweiler, findet im Bürgerhaus Dudweiler ein Konzert des Orchestre Symphonique SaarLorraine unter Leitung von Götz Hartmann statt. Auf dem Programm stehen: Overture zum Singspiel Entführung aus dem Serail, Die Hochzeit des Figaro; zwei Arien des Cherubino Ich weiß nicht, was ich tue; Sagt holde Frauen; Rondo C-Dur für Violine und Orchester KV 373; Sinfonie Nr. 40 g-moll KV 500; Titus: Arie des Sesto; Dei, per questo istante solo von Wolfgang Amadeus Mozart.

Tina Schütze Mezzo Sopran, Solistin Sora Lim Violine

**● Kurs 8801****Orchestre Symphonique SaarLorraine**

Sa. 21.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr

Einlass: 17:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Festsaal

EUR 15,00 (5,00, Abendkasse möglich)

**RECHT- UND VERBRAUCHERSCHUTZ****Vortrag****Vorsorgen für Erben mit Beeinträchtigung: Das Behindertentestament**

Eltern machen sich für den Fall ihres Todes oft Sorgen über die Versorgung ihrer behinderten Kinder. Diese können ihren Lebensunterhalt oft nicht durch eigene Arbeit erwirtschaften, sondern sind auf Sozialleistungen angewiesen. Fällt ihnen ein freies Erbe zu, entfallen Sozialleistungen und das ererbte Vermögen muss vererbt werden. Dann bleiben wieder nur Sozialleistungen, Geld für Sonderwünsche oder zum Weitervererben in der Familie ist weg. Diese Probleme können durch ein maßgeschneidertes Behindertentestament gelöst werden. Rechtsanwalt Daniel Jung, Fachanwalt für Erbrecht, zeigt in dem Vortrag auf, wie man durch ein wirksames Behindertentestament das Erbe vor dem Zugriff von Gläubigern und Sozialamt schützen und für die gehandicapten Kinder und die Familie erhalten kann. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript.

**● Kurs 8802****Daniel Jung, Rechtsanwalt**

Do. 17.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Richtig vererben, vorsorgen, verschenken – Steuern sparen**

Der Vortrag beschäftigt sich mit drei Dingen, denen der Mensch nicht entgegen kann: Krankheit, Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testaments-

erstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Jung, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein bzw. darauf wie man sie vermeiden oder Geringhalten kann. Zudem erhalten die TeilnehmerInnen Informationen darüber, wie sie für den Fall schwerer Erkrankungen durch Errichtung einer Vorsorgevollmacht und einer Patientenverfügung vorsorgen und Fremdbestimmung vermeiden können. Jede/r TeilnehmerIn erhält ein Skript.

**● Kurs 8803****Daniel Jung, Rechtsanwalt**

Do. 24.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Vorweggenommene Erbfolge – „Übergeben mit warmer Hand“**

Ob eine Zuwendung zu Lebzeiten oder durch letztwillige Verfügung erfolgen soll, ist sorgfältig abzuwägen. Die Motive, die zu einer Zuwendung führen, sind ebenso vielfältig wie die sich daraus ergebenden vertraglichen Gestaltungsmöglichkeiten. Der Phantasie sind hierbei (fast) keine Grenzen gesetzt. Die Übertragung von Grundbesitz bedarf dabei stets der notariellen Beurkundung. Der Notar steht Ihnen hierbei als hoch qualifizierter Ansprechpartner zur Verfügung und entwirft nach Ihren persönlichen Vorstellungen die entsprechenden Urkunden

**● Kurs 8804****Dr. Christian Jülch, Notar**

Do. 26.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Ratgeber Rentensteuer**

Sie haben bei den hochkomplizierten Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Immer häufiger wird im Ruhestand die Steuererklärung Pflicht. Doch Freibeträge und Pauschalen helfen die Steuerlast zu begrenzen oder zu vermeiden. Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung (Änderung Besteuerungsanteil Neurentner ab 2023: 82,5 % und 2024: 83 % – geplant im Wachstumschancengesetz). Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag, Vorsorgeaufwendungen, Handwerkerleistungen, außergewöhnliche Belastungen, ... etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung, Entlastungspakete der Regierung, Energiepreispauschale, Doppelbesteuerung,) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 8805**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetweiler**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 20:15 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler

EUR 8,00

**HEIMATKUNDE****Diavortrag**

Mitglieder der Geschichtswerkstatt Dudweiler bieten in verschiedenen Seniorhäusern in Dudweiler, Diavorträge zu historischen Themen aus dem Stadtbezirk Dudweiler an.

**Reinhard Jakobs, Mitglied der Geschichtswerkstatt/**

**Klaus Kirch, Mitglied der Geschichtswerkstatt**

Termin: s. Presse

Ort: s. Presse  
gebührenfrei

**Abendkurs****Geschichtswerkstatt Dudweiler**

Alle, die sich für die Dudweiler Geschichte interessieren, sind hier herzlich willkommen. Kommen Sie einfach ganz unverbindlich vorbei. Das Team der Dudweiler Geschichtswerkstatt freut sich über jede/n, der mitmachen will.

*Termin ist jeweils der zweite Mittwoch im Monat. Weitere Infos:*

*[www.dudweiler-geschichtswerkstatt.de](http://www.dudweiler-geschichtswerkstatt.de).*

● **Kurs 8810**

**Roland Stephan**

Mi. 18:00 – 20:00 Uhr

ab 18.09.2024, 6 Termine

Kulturhaus Schlachthof,

Schlachthofstr. 52,

66125 Saarbrücken-Dudweiler

16 UST, gebührenfrei

**Exkursion**

**Der „Brennende Berg“ in Dudweiler bzw. Sulzbach – Unterwegs auf den Spuren des Johann Wolfgang von Goethe**

● **Kurs 1109C**

**Delf Slotta, Dipl.-Geograph**

So. 17.11.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Dudweiler, Parkplatz Tennis-

**Dozentinnen und Dozenten****DANIEL JUNG**

**Rechtsanwalt, Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht**

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z.B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

plätze, am Ende der Straße  
„Am Gegenortschacht“  
gebührenfrei, Hutsammlung

## ELTERNSCHULE

### Vortrag

#### Wege aus der Brüllfalle

Zimmer aufräumen, Hausaufgaben anfangen, nicht zu lange am Computer spielen ...

Was soll man tun, wenn Kinder nach fünfmaligen Bitten immer noch nicht reagieren?

Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ von Wilfried Brüning handelt von dem ganz normalen Erziehungsalltag, in dem Eltern immer wieder die Geduld verlieren und dann doch losbrüllen, obwohl sie sich eigentlich vorgenommen hatten ruhig zu bleiben. Das Ergebnis solcher Eskalationen sind weinende oder trotzig Kinder und hilflose, frustrierte Eltern, die sich wieder einmal als Versager fühlen.

In dem Film mit anschließendem Austausch wird gezeigt

- wie die Brüllfalle funktioniert,
- wieso Kinder auf uns Erwachsene manchmal nicht hören
- und mit welchen Methoden man solchen Situationen, so lösen kann, das Eltern sich mit ihren Entscheidungen wohlfühlen.

#### ● Kurs 8816

**Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)**

Di. 08.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

### Workshop

#### Wirksam Grenzen setzen

In dem Workshop gehen wir zunächst der Frage nach dem Sinn und der Berechtigung von Grenzen nach. Auf dieser Basis aufbauend, überlegen wir dann, was dazu gehört in der Erziehung von Kindern Grenzen wirksam zu setzen. Grenzen machen nur dann Sinn, wenn ihrer Übertretung (logische) Konsequenzen folgen. Wie sehen wertschätzende Konsequenzen aus? Wie kann ein Gespräch mit den Kindern aussehen, das auf Grenzübertretung aufmerksam macht? Ziel des Workshops ist es, mehr Gelassenheit im Umgang mit Regelverletzungen zu erlangen

#### ● Kurs 8817

**Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin, M.A., Systemische Therapeutin (SGST/SG)**

Mi. 05.02.2025, 18:00 – 20:00 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

### Workshop

#### Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop

Sie erhalten neben theoretischem Grundwissen vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort.

#### ● Kurs 8818

**Andreas Grucza, Rettungsassistent**

Di. 26.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

## JUNGE VHS

### Junge vhs

#### Malkurs für Kinder

✎ ab 6 Jahren

Gemalt wird auf Leinwände 30 x 30 cm oder 30 x 40 cm. Die Kinder können sich ein Motiv auswählen. In kleinen Schritten wird ihnen gezeigt, wie sie einfach mit Pinsel oder Schwamm die Farbe aufbringen. Hier kann auch gerne ausprobiert und die eigene Fantasie mit eingebracht werden. Bitte auf Kleidung achten, die schmutzig werden darf oder einen Kittel (z. B. altes Hemd) mitbringen.

*Bitte Alter des Kindes angeben, wegen der Berücksichtigung des Schwierigkeitsgrades.*

#### ● Kurs 8819

**Karin Lanzer, ehem. Inhaberin Rosch Kreativ**

Di. 15.10.2024, 10:30 – 12:00 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier  
EUR 7,00 (zzgl. EUR 8,00 Materialkosten  
bar vor Ort zu entrichten)

### Junge vhs

#### Seifengießen für Kinder

✎ ab 6 Jahren

Fertige Seife wird im Wasserbad geschmolzen und mit der Wunschfarbe eingefärbt.

Es stehen verschiedene Silikonformen zur Auswahl. Zum Beispiel: Schmetterlinge, Füchse, Herzen, Einhörner, Blumen etc. Während die Seife in den Formen aushärtet, werden kleine Schachteln gebastelt und mit ausgestanzten Motiven verziert. *Bitte einen Schuhkarton für den Transport mitbringen.*

#### ● Kurs 8820

**Karin Lanzer, ehem. Inhaberin Rosch Kreativ**

Fr. 08.11.2024, 16:00 – 17:30 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier  
EUR 7,00 (zzgl. EUR 8,00 Materialkosten  
bar vor Ort zu entrichten)

## Sport

Nachstehende Angebote (AUSWAHL) finden in der Organisation und Verantwortung des Allgemeinen Turnverein Dudweiler von 1882 e. V. (ATVD) statt. Informationen zu Anmeldungen und Mitgliedsbeiträgen nur über Nicole Weller, ATVD – Geschäftsstelle – Fon 06897 767367  
Mail: info@atv-dudweiler.de  
Das vollständige Angebot des ATVD finden Sie unter: [www.atv-dudweiler.de](http://www.atv-dudweiler.de).

## Vormittagskurs

### Krabbelkäfer

Im Krabbelkurs können Eltern ihre Babys ab 2 bis 12 Monaten in ihren Entwicklungsschritten begleiten und unterstützen durch altersentsprechende Spielanregungen, mit Kinder- und Bewegungsliedern, Fingerspielen und durch Austausch.  
Trainingszeiten/-ort:  
Di. 9:00 bis 10:00 Uhr, Geschäftsstelle des ATVD, Alter Stadtweg 81, Dudweiler

## Nachmittagskurse

### Power-Kids 10 - 15 Jahre

Beim Kinderturnen liegt der Focus auf Bewegung und Auspowern. Zwischen den einzelnen Übungen (z. B. auch einem Zirkeltraining) sind immer wieder Einheiten wie schnelles Trippeln oder Ponysprünge eingebaut, um überschüssige Energie abzubauen und die allgemeine Ausdauer zu stärken. Bei allen Übungen werden die Geschicklichkeit und Motorik gefördert.  
Trainingszeiten/-ort:  
Fr. 15:00 bis 16:00 Uhr, Albert Schweitzer Schule Dudweiler

## Nachmittagskurse

### Power-Teens 16 - 18 Jahre

Beim Jugendturnen liegt der Focus auf Dehnung für mehr Beweglichkeit und einem moderatem Kraftaufbau. Mal mit einem Functional Training, nur mit dem eigenen Körpergewicht, mal mit Equipment wie Bällen, Hanteln oder der Powerschlinge.

Trainingszeiten/-ort:

Fr. 16:00 bis 17:00 Uhr, Albert Schweitzer Schule Dudweiler

**Kooperationsveranstaltungen mit dem Kultur- und Lesetreff im Bürgerhaus Dudweiler**

## Junge vhs

### Werkstatt der Zauberei

🌟 7 - 12 Jahre

Im zweistündigen Zauberworkshop erhalten Kinder von 7 - 12 Jahre die Möglichkeit, hinter die Kulissen eines echten Profizauberers zu blicken und faszinierende Tricks zu erlernen. Mit einfachen Mitteln wirst du in der Lage sein, Freunde und Familie zu verblüffen. Henri Hainz gilt als einer der talentiertesten Zauberer des Landes. Verpasse nicht die Gelegenheit, von einem Profi zu lernen!

● Kurs 8821

### Kultur- und Lesetreff Dudweiler

Do. 24.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

Anmeldung unter: Fon 0681 9052370 oder [kultur-und-lesetreff.dudweiler@saarbruecken.de](mailto:kultur-und-lesetreff.dudweiler@saarbruecken.de)

## Dozentinnen und Dozenten



### ROLAND STEPHAN

**Koordinator und Dozent der Dudweiler Geschichtswerkstatt**

» Die Arbeitsgruppe "Geschichtswerkstatt" hatte sich 1985 gegründet und dem Ziel verschrieben, die 1000-jährige Geschichte des ehemals größten Dorfs Europas in regelmäßigen Veröffentlichungen einer interessierten Leserschaft näherzubringen. Wir haben mittlerweile den 16. Band unserer Historischen Beiträge veröffentlicht. Das Recherchieren in Archiven ist für mich eine spannende Angelegenheit, ebenso die Interviews mit Zeitzeugen oder die Auswertung von Dokumenten und Fotos aus Haushaltsauflösungen oder Nachlässen. Ich freue mich über jeden, der sich für unsere Arbeit interessiert und uns am 2. Mittwoch im Monat im alten Schlachthof in Dudweiler besucht. «

## NATUR UND UMWELT

### Wanderung

#### Pilzwanderung für Erwachsene

Neben der Bestimmung der Pilze wird auch auf ihre ökologische Bedeutung im Naturkreislauf Wald eingegangen und es gibt Informationen bzw. Tipps hinsichtlich ihrer Verwertung. Sowohl AnfängerInnen, als auch passionierte PilzsammlerInnen können an dieser Infoveranstaltung teilnehmen. Die TeilnehmerInnen werden gebeten, triftsichere Schuhe und zecken-sichere Kleidung anzulegen. Bitte aus Sicherheitsgründen und zum Schutz der Natur keine Tiere mitbringen.

● **Kurs 8830**

*Carsten-Tobias Thiel, Apotheker*

Sa. 21.09.2024, 09:30 – 12:00 Uhr

Treff: Parkplatz Naturfreundehaus

Kirschheck

EUR 8,00

## FREMSPRACHEN

### Wichtige Hinweise:

Die KursleiterInnen orientieren sich im Hinblick auf Eingangsvoraussetzungen sowie Arbeitsfortschritte am Sprachniveau der TeilnehmerInnen. Es besteht auch die Möglichkeit, bei einer Gruppenstärke von 6 TeilnehmerInnen, in den einzelnen Fremdsprachen weitere Leistungsstufen – z. B. Literaturkurse – einzurichten. Info unter Fon 06897 765866 vhs Dudweiler. Die Lehrbücher sind nicht in den Kursgebühren enthalten. Da der Zugang zu den Unterrichtsräumen der vhs Dudweiler in der Gemeinschaftsschule Dudweiler nicht barrierefrei ist wird bei der Anmeldung um Mitteilung gebeten, falls ein barrierefreier Raum benötigt wird.

## Englisch

### Abendkurs

#### Englisch A1 Stufe 2

TeilnehmerInnen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: English Network Now A1 Starter, Verlag Klett-Langenscheidt

● **Kurs 8835**

*Alina Hraich*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 24.09.2024, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

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

## GEBÄRDENSPRACHE

### Abendkurs

#### Deutsche Gebärdensprache DGS I – Anfänger

● **Kurs 8837**

*Wolfgang Bubel,*

*Gebärdensprache-Dolmetscher*

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 16.09.2024, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

### Abendkurs

#### Deutsche Gebärdensprache DGS II

● **Kurs 8838**

*Wolfgang Bubel,*

*Gebärdensprache-Dolmetscher*

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.09.2024, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

### Abendkurs

#### Deutsche Gebärdensprache DGS III

● **Kurs 8839**

*Wolfgang Bubel,*

*Gebärdensprache-Dolmetscher*

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 17.09.2024, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

### Abendkurs

#### Deutsche Gebärdensprache DGS IV

● **Kurs 8840**

*Wolfgang Bubel,*

*Gebärdensprache-Dolmetscher*

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 17.09.2024, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 55,00 (45,00)

## KREATIVES GESTALTEN, NÄHEN UND STRICKEN

### Nachmittagskurs

#### Malen mit Aquarell und Öl/Portraitzeichnen für EinsteigerInnen

In diesem Kurs entdecken Sie die Aquarell- und Ölmalerei mit ihren vielfältigen, charakteristischen Gestaltungstechniken – von der Gegenständlichkeit zur Abstraktion über die Palette der konkreten Motive bis zu losgelöst-experimentierfreudigem Arbeiten. Und/oder Sie erlernen die Grundbegriffe der Portraitzeichnung in Kohle oder in Öl.

*Benötigtes Material wird am 1. Kurstag mitgeteilt.*

● **Kurs 8845**

*Evgeni Hartwahn, Dipl.-Grafiker*

Mo. 15:00 – 17:15 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier

30 UST, EUR 64,00

### Abendkurs

#### Makramee-Kurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Die Makramee-Technik ist wieder in Mode. Aber diesmal mit vielen schönen

Materialien und auch in tollen Farben. Ob Blumenampel, Wandbehang, Untersetzer oder versch. Deko-Objekte, mit nur ein paar Knoten sind klassische Makramee-Kunstwerke zu erschaffen. Sie werden erstaunt sein, wie einfach es ist. Die Technik kann auf Körper und Geist sehr entspannend wirken.

*Bitte Mitbringen: 2 Schraubzwingen, 1 Styroporplatte ca. 2 cm dick, dazu 20 Stecknadeln, 1 Ast ca. 50 cm Länge und ca. 4 cm Durchm. (bevorzugt Birke), 1 kleiner Kamm, Schere, Metermaß. Makramee Garne können in versch. Farben und Stärken bei der Dozentin vor Ort erworben werden.*

● **Kurs 8846**

**Karin Lanzer, ehem. Inhaberin Rosch Kreativ**

Fr. 18.10.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier  
EUR 8,00 (zzgl. evtl. Materialkosten, vor Ort zu entrichten)

● **Kurs 8847**

**Karin Lanzer, ehem. Inhaberin Rosch Kreativ**

Fr. 08.11.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler, Maleratelier  
EUR 8,00 (zzgl. evtl. Materialkosten, vor Ort zu entrichten)

**Abendkurs**

**Keramikkurs**

Sie haben Lust mit den eigenen Händen kreative Arbeiten mit Ton herzustellen? Egal ob AnfängerIn oder Fortgeschrittene, hier können Sie Ihre Projekte Realität werden lassen.

Es können kleinere Deko Objekte für Haus und Garten (keine frostfesten Arbeiten) hergestellt werden. Materialkosten von EUR 10 sind bei Kursbeginn an die Dozentin zu zahlen, wahlweise kann auch

eigener Ton mitgebracht werden.

● **Kurs 8848**

**Jessica Brill**

Mo. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 16.09.2024, 7 Termine  
Gemeinschaftsschule Dudweiler,  
Raum U1, UG  
21 UST, EUR 63,00

● **Kurs 8849**

**Jessica Brill**

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 7 Termine  
Gemeinschaftsschule Dudweiler,  
Raum U1, UG  
21 UST, EUR 63,00

● **Kurs 8850**

**Jessica Brill**

Mo. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 02.12.2024, 7 Termine  
Gemeinschaftsschule Dudweiler,  
Raum U1, UG  
21 UST, EUR 63,00

● **Kurs 8851**

**Jessica Brill**

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 04.12.2024, 7 Termine  
Gemeinschaftsschule Dudweiler,  
Raum U1, UG  
21 UST, EUR 63,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**JESSICA BRILL**  
**Keramikerin**

» *Einen Ausgleich im Alltag mit Familie und Beruf, so kam ich zur Keramik. Angefangen in einem Einsteigerkurs, lernte ich den Umgang mit Keramik lieben. Es folgten viele Weiterbildungen zu Keramik und Porzellan. Heute gebe ich gerne mein Wissen und meine Begeisterung für Ton sowie den richtigen Umgang damit an Fortgeschrittene und Anfänger weiter. Keramik – immer anders und niemals langweilig! «*

**Abendkurs****Nähkurs**

Nähmaschinen sind in der Schule vorhanden. Bitte eigene Schneidermaterialien (Stoffe, Garn, Schere, evtl. Schnittmuster, etc.) mitbringen!

● **Kurs 8852**

**Gabriele Brockmüller, Schneidermeisterin**

Mo. 18:00 – 21:00 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler, Raum o8  
40 UST, EUR 75,00

**Abendkurs****Stricken für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene**

Stricken ist entspannend und kreativ zugleich! Sie möchten stricken lernen oder Ihre Kenntnisse auffrischen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Neben den Grundtechniken und einer kleinen Materialkunde erlernen Sie das Lesen von Strickanleitungen und die Umsetzung in Ihr persönliches Strickprojekt.

Am 1. Kurstag werden die Strickmodelle und die benötigten Materialien besprochen.

● **Kurs 8853**

**Beatrice Apfelbach, Hobby-Handarbeiterin**

Do. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 19.09.2024, 12 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler  
24 UST, EUR 55,00

**Kooperationsveranstaltung mit dem Kultur- und Lesetreff im Bürgerhaus Dudweiler**

**Workshop****Kreativ im Advent**

Ellen Philipp stellt Ihnen verschiedene Techniken vor, mit denen Sie weihnachtliche Deko, Grußkarten, Geschenke und Geschenkverpackungen herstellen können. Materialkosten in Höhe von 10,00

Euro sind vor Ort zu zahlen.

● **Kurs 8854**

**Kultur- und Lesetreff Dudweiler**

Di. 26.11.2024, 15:00 – 18:00 Uhr

Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

Anmeldung unter: Fon 0681 905-2370 oder  
kultur-und-lesetreff.dudweiler@saarbruecken.de

**GESUNDHEITSFÖRDERUNG**

Gesprächskreis für Menschen im Ruhestand

Erfüllt durch den dritten Lebensabschnitt  
Jeden 3. Montag des Monats (16.9.,  
21.10., 18.11., 20.1.2025)

11:00 – 13:00 Uhr im Kultur- und  
Lesetreff Dudweiler

Moderation: Dr. Christel Weins

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat  
der Stadt Saarbrücken

Der monatliche Gesprächskreis wendet sich an Menschen, die ihr Erwerbsleben hinter sich gelassen haben. Die Rente ist nicht immer das Paradies auf Erden. Nicht mehr zu arbeiten wird von vielen als Verlust von Verantwortung und des gesellschaftlichen Einflusses erlebt.

Die Suche nach dem Sinn des Lebens ist ein Teil der menschlichen Existenz und wird besonders zur Herausforderung in sogenannten Lebensübergängen, wie zum Beispiel Verlust eines lieben Menschen, Verlust der Arbeit oder Krankheit.

**Dozentinnen und Dozenten**

**GABRIELE BROCKMÜLLER**  
Schneidermeisterin

» Ich hatte das Glück, mein Hobby zum Beruf machen zu können. Nach erfolgreicher Meisterprüfung arbeitete ich seit 1979 freiberuflich in Saarbrücken. Seit vielen Jahrzehnten leite ich an einer Familienbildungsstätte und seit ca. 25 Jahren auch an der vhs Nähkurse. Mein Motto lautet: Jeder kann Nähen lernen, wenn er sich kreativ betätigen möchte, Geduld und Ausdauer mitbringt und lernwillig ist. Vom Einkaufsbeutel über Kinderkleidung bis zur Abendrobe oder zum Hochzeitskleid – alles ist möglich. «

In Zusammenarbeit mit Fachärzten bietet die vhs Dudweiler Vorträge zu unterschiedlichen medizinischen Themen an

### Vortrag Gangstörung

Das Gehen wird schwerer – alles nur eine Frage des Alters? Nicht nur! Viele Erkrankungen führen zu Gangstörungen: das Gehen wird langsam, unsicher, schmerzhaft oder die Beine werden schwer. Ziel dieses Vortrags soll die Erklärung von häufigen Gangstörungen, der besonderen Symptome und des Wegs zur Diagnose sein. Allgemeine Behandlungen aber auch Methoden zur Vorbeugung von Gangstörungen werden dargestellt.

#### ● Kurs 8860

**Prof. Dr. med. Andreas Binder,**  
Chefarzt Klinik für Neurologie,  
Klinikum Saarbrücken

Di. 12.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Bürgerhaus Dudweiler  
gebührenfrei

## ENTSPANNUNG

### Nachmittagskurs

#### Hatha – Yoga für AnfängerInnen

Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yoga kennenlernen. Die Basis trainieren sowie die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken kräftigen und dehnen und den Gleichgewichtssinn stärken. Die Übungen dienen der Harmonisierung der körperlichen Kräfte, der Vertiefung des Atems, der Beruhigung des Geistes und der Begegnung mit der Seele. Bitte Yogamatte und evtl. Sitzkissen mitbringen.

#### ● Kurs 8862

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer**  
Mi. 17:15 – 18:30 Uhr

ab 18.09.2024, 11 Termine  
Bürgerhaus Dudweiler,  
Gemeinschaftsraum III  
18 UST, EUR 76,00

### Nachmittagskurs

#### Hatha – Yoga für Geübte

Bitte Yogamatte und evtl. Sitzkissen mitbringen.

#### ● Kurs 8863

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 11 Termine  
Bürgerhaus Dudweiler,  
Gemeinschaftsraum III  
22 UST, EUR 90,00

### Abendkurs

#### Qi Gong und Thai Chi

Die aus China stammenden Gesundheitsübungen sind bereits mehrere Tausend Jahre alt. Wir lernen, den Körper aus seiner Mitte heraus in seiner Ganzheit zu bewegen. Dies mobilisiert die Gelenke, fördert die Beweglichkeit, und wir finden zu mehr Gelassenheit. Die langsamen, weichen Bewegungen können in jedem Alter ausgeführt werden und tragen zur Stärkung der Selbstheilungskräfte bei. Beim Thai Chi erlernen wir einen Teil der zaoer Form nach Meister Chen Peishan. *Bequeme Kleidung und Hallenturnschuhe erforderlich.*

#### ● Kurs 8864

**Bernd Mathieu, freier Redner, Berater und Tai-Chi-Lehrer**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 12 Termine  
Gemeinschaftsschule Dudweiler, Turnhalle  
16 UST, EUR 57,00

## Dozentinnen und Dozenten



**GUILLERMO BÖTTCHER**  
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

## GYMNASTIK, SPORT

### Nachmittagskurs

#### AROHA®

AROHA® (Liebe und Leidenschaft), ein effektives Ganzkörpertraining im Dreiviertel-Takt, bereitet der Seele Wohlbefinden und ist inspiriert von Haka (Kriegstanz der Maori), Kung Fu und Tai Chi. Die Kombination aus kraftbetonten und weichen Bewegungsabläufen ist schnell erlernt und schon in kurzer Zeit kommt es zu einer spürbar wohltuenden und fließenden Bewegungsabfolge. Die spezielle Aroha®-Musik zündet 1.000 kleine Raketen im Kopf und lässt das Training zu einem Genuss werden. Dabei kann es passieren, dass man Raum und Zeit vergisst und mit der Musik für kurze Zeit aus dem Trainingsraum ins Freie oder in eine Traumwelt entschwindet.

#### ● Kurs 8865

**Annette Saunus-Breyer,**

**AROHA®-Instruktorin**

Fr. 16:30 – 17:30 Uhr

ab 20.09.2024, 10 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler, Turnhalle  
14 UST, EUR 39,00

### Abendkurs

#### Funtastische Gymnastik

Ausgleich und Fitness für Körper und Geist: In diesem Kurs steht die Freude an der Bewegung immer im Mittelpunkt. Wir mobilisieren, kräftigen und dehnen den ganzen Körper mit Fokus auf Rücken und Rumpf als wichtige Stabilisatoren unseres Bewegungsapparates. Abwechslungsreiche Übungen mit verschiedenen Geräten (kleine Hanteln, Pezziball, Igelball, Thera-Band, etc.) lassen keine Langeweile aufkommen. Zusätzlich motiviert das gemeinsame Erleben in der Gruppe und die Bewegung nach Musik. Neben Powerein-

heiten sind auch verschiedene Entspannungsmethoden Teil dieses Kurses.

*Bitte ein kleines Handtuch und wenn gewünscht eine eigene Fitnessmatte mitbringen. Lockere Sportkleidung und saubere Hallenturnschuhe sind erforderlich. Sollten Sie Beschwerden haben, sprechen Sie bitte vor Teilnahme an dem Kurs mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin.*

#### ● Kurs 8866

**Monika Zimmermann, Übungsleiterin für Fitness, Gesundheit, Haltung, Bewegung und Entspannung/Elisabeth Marx, M. A. Sportwissenschaft**

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 16.09.2024, 14 Termine

Albert-Schweitzer-Schule, Turnhalle

19 UST, EUR 52,00

### Nachmittagskurs

#### Aqua Fit – ein Training für den gesamten Körper und jedes Alter

Ein sanftes und abwechslungsreiches Training, das geeignet ist zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der Kondition, der Koordination und der Beweglichkeit. Gleichzeitig kann die Muskulatur weiter aufgebaut und der Gleichgewichtssinn verbessert werden. Die Übungen werden mit Kleingeräten durchgeführt. Das Wasser bietet auf der einen Seite eine Gelenkentlastung aber auch gleichzeitig einen größeren Widerstand bei den Trainingseinheiten. Das Training ist so gestaltet, dass Neueinsteiger\*innen nicht überfordert werden und Fortgeschrittene sich entsprechend belasten können. Die Wassertiefe beträgt ca. 1,30 m. Eintritt in Kursgebühr enthalten – TN werden vor Ort kostenfrei durchgewunken.

#### ● Kurs 8867

**Udo Freidinger, Übungsleiter B-Fitness**

Do. 17:00 – 18:00 Uhr

ab 19.09.2024, 12 Termine  
Dudobad, St. Avolder Straße,  
66125 Saarbrücken  
16 UST, EUR 50,00

Nachstehende Angebote („Schnuppermöglichkeit“) finden in der Organisation und Verantwortung des Allgemeinen Turnvereins Dudweiler von 1882 e.V. (ATVD) statt. Informationen zu Anmeldungen und Mitgliedsbeiträgen nur über Nicole Weller, ATVD-Geschäftsstelle – Fon 06897 767367  
Mail info@atv-dudweiler.de,  
Info: www.atv-dudweiler.de

### Alle Altersgruppen – Nachmittagskurse Stretch & Relax

In diesem Kombinationskurs dehnen wir im ersten Teil sanft alle Muskeln, Sehnen und Bänder und mobilisieren alle Gelenke. Dieser Teil enthält auch Elemente aus faszialXtraining®, Yoga und Übungen aus der Physiotherapie. Im zweiten Teil entspannen wir mit der Technik der Progressiven Muskelentspannung (auch PMR genannt), oder einem Bodyscan nach Kabat-Zinn. Wir können auch gerne mal mit einer Fantasiereise entspannen. Nach diesem Kurs fühlst du dich wieder fit, mobil und vollkommen entspannt!  
Trainingszeiten/-ort: Di. 19:00 bis 20:15 Uhr, Turmschule Dudweiler

### Pilates – Matwork

Wir trainieren vor allem die tiefliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen. Das Pilates-Matwork-Training beinhaltet spezielle Kraftübungen, bewusste Atmung und Dehnung. Dadurch stärken wir die Muskulatur, verbessern die Kondition und Beweglichkeit und schulen unsere

Körperwahrnehmung. Grundlage aller Pilatesübungen ist das Trainieren der Stütz- und Muskulatur. Dazu zählt die rund um die Wirbelsäule liegende Muskulatur, die Bauchmuskulatur und die Beckenbodenmuskulatur, das sogenannte Powerhouse. Die Übungen werden langsam und fließend ausgeführt, Muskeln und Gelenke dadurch geschont.

Trainingszeiten/-ort: Di. 18:00 – 19:00 Uhr, Turmschule Dudweiler

### World Jumping® Trampolin

Bei lustigen Luftsprüngen auf der nur ein Meter breiten Sprungmatte des Trampolins werden die Muskulatur, das Koordinationsvermögen und der Geist gefordert. Jumping Fitness ist abwechslungsreich, der Spaßfaktor ist groß, schnelle und langsame Bewegungen und Sprünge werden miteinander verknüpft. Dieser Wechsel von Be- und Entlastung macht Jumping Fitness auch zu einem guten Herz-Kreislauf-Training. Trainingszeiten/-ort: Fr. 18:00 – 19:00 Uhr, Albert-Schweitzer-Schule Dudweiler

## SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN



Die folgenden Veranstaltungen sind Kooperationsveranstaltungen der vhs Dudweiler mit dem S.A.L.T. Yacht GmbH

Anmeldungen nur über S.A.L.T. Yacht GmbH unter Fon 0681 9670769, [www.saltyacht.com](http://www.saltyacht.com).

### Abendkurs

#### Sportbootführerschein Binnen Motor bzw. Binnen Motor + Segeln

Beim Binnen-Motor- und Segelkurs kann die weitere Segeltheorie und -praxis jedes Wochenende am Bostalsee durchgeführt werden.

#### ● Kurs 8897

**Thomas Scherer**

Di. 18:30 – 21:30 Uhr

ab 24.09.2024, 3 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

12 UST, EUR 299,00 (+ Prüfungsgebühr + zzgl. EUR 25,00 pro Segelstunde)

### Abendkurs

#### Sportbootführerschein See

#### ● Kurs 8898

**Petra Loser, beschäftigt bei S.A.L.T.**

Mi. 18:30 – 21:30 Uhr

ab 25.09.2024, 6 Termine

Gemeinschaftsschule Dudweiler

24 UST, EUR 399,00 (Prüfungsgebühr)

### Abendkurs

#### Kombination See/Binnen oder Binnen/See

Bei Belegung der Kurse Binnen und See – oder umgekehrt – in Folge erlassen wir EUR 199,00 für die praktische Ausbildung, da ein Prüfungsteil entfällt. Informationen bei S.A.L.T. Yacht GmbH unter Fon 0681 9670769 ([www.saltyacht.com](http://www.saltyacht.com)).

#### ● Kurs 8899

**S.A.L.T. Yacht GmbH**

Termine s. oben

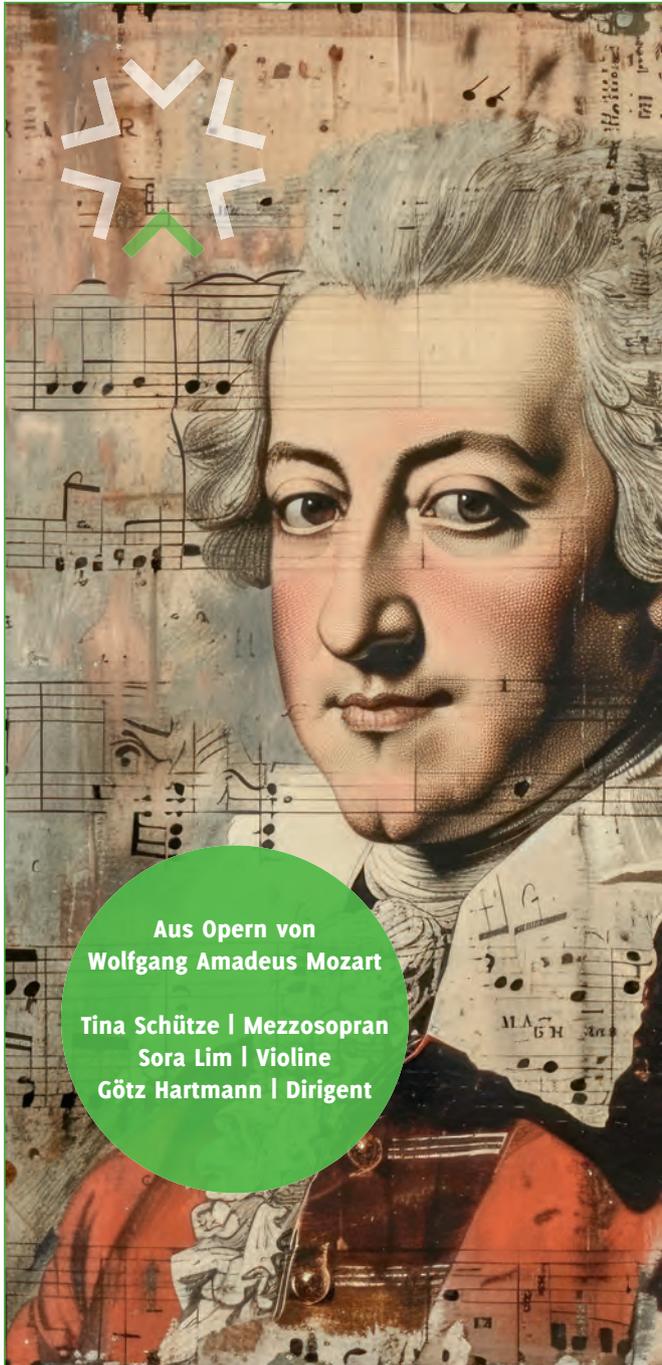
36 UST, EUR 499,00

## Dozentinnen und Dozenten



**UDO FREIDINGER**  
Übungsleiter

» Ich bin seit über 30 Jahre in verschiedenen Bereichen als Übungsleiter tätig. Begonnen hat es mit Trainertätigkeit im Judo in verschiedenen Altersgruppen – von Kleinkindern bis Erwachsene – und verschiedenen Vereinen im Stadtverband Saarbrücken. Danach folgte die Ausbildung im Bereich Sport in der Prävention – Gesundheits- und Präventionssport – bei der saarländischen Polizei. Im Jahr 2007 wurde die Lizenz als ÜBL-B Herz-Kreislauf für Erwachsene/Ältere erlangt. In 2018 wurde dann die Lizenz ÜBL-B in der Rehabilitation – Sport in der Krebsnachsorge – erworben. Mein Ziel bei den von mir angebotenen Kursen ist die TeilnehmerInnen so zu fordern, dass sie sich nicht UNTER- NOCH ÜBERFORDERT fühlen; die TeilnehmerInnen nach dem Training sagen: Ich fühle mich gut; die TeilnehmerInnen sich schon auf die nächste Trainingseinheit freuen. Wichtig ist es auch für mich, dass ich durch Weiter- und Fortbildung ständig auf dem neuesten Stand bleibe. «



## SEMESTERERÖFFNUNGS- KONZERT

der vhs Dudweiler mit dem  
Orchestre Symphonique  
SaarLorraine

**Sa. 21.09.2024 | 18 Uhr**

Bürgerhaus Dudweiler, Festsaal  
Parken in der Tiefgarage möglich

Einlass 17:30 Uhr

Eintritt 15,00 €

Für Schüler\*innen und Student\*innen 5,00 €

Kurs 8801

Reservierung über die  
vhs Regionalverband Saarbrücken

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

[info@vhs-saarbruecken.de](mailto:info@vhs-saarbruecken.de)

oder Abendkasse (ab 17:00 Uhr)

**vhs**  
Volkshochschule  
Regionalverband Saarbrücken  
Dudweiler

  
REGIONALVERBAND  
SAARBRÜCKEN

**Örtliche Leiterin****Judith Wiesen**

*Örtliche Leiterin*  
Tannenstraße 2  
66129 Saarbrücken  
Fon 06805 942477  
Mobil 0178 7417613  
khj.wiesen@web.de

**Anmeldung und Service****Sandra Orzowski**

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

**Crocetta Sajja**

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

**Unterrichtsorte**

- Gemeindezentrum Güdingen  
(ehemaliges Rathaus)  
vhs-Raum, 1. Etage  
Saargemünder Str. 161  
66130 Saarbrücken
- Kultur- und Lesetreff Brebach  
Saarbrücker Str. 62, 1. Etage  
66130 Saarbrücken
- Pavillonbau gegenüber der Festhalle  
66132 Bischmisheim
- Bübinger Treff in der Holzäppelhalle  
Moselstraße/Ecke Rebenstraße  
66129 Saarbrücken-Bübingen
- Alte Grundschule Eschringen  
Andreas-Kremp-Str. 31  
66130 Saarbrücken
- Sportlerheim  
am Fußballplatz Fechingen  
Am Südhang, 66130 Saarbrücken

**BISCHMISHEIM****Tanzen****Abendkurs****Line Dance (Einsteiger)**

Line Dance wird in Linien neben- und hintereinander getanzt und ist kein Paartanz. Ursprünglich war Line Dance ein Western- tanz, wird aber nicht nur zu Country Music getanzt.

● **Kurs 8302****Renate Kunzler**

Mi. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 18.09.2024, 8 Termine

Pavillonbau gegenüber Festhalle,

Bischmisheim

11 UST, EUR 39,00

**Abendkurs****Line Dance (Fortgeschrittene)**● **Kurs 8303****Renate Kunzler**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 18.09.2024, 8 Termine

Pavillonbau gegenüber Festhalle,

Bischmisheim

11 UST, EUR 39,00

**BREBACH****Heimatgeschichte****Abendkurs****Geschichtswerkstatt Brebach**

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherchen, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Die Geschichtswerkstatt verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt jährlich einen Kalender zur Ortsgeschichte heraus. Außerdem erscheint regelmäßig ein Beitrag zur Geschichte Brebachs in der Stadtteilzeitung „Schmelztiegel“.

Die Geschichtswerkstatt trifft sich in der Regel am zweiten Dienstag jeden Monats. *Informationsabend: Di. 08.10.2024, 18:00 Uhr, Kultur- und Lesetreff Brebach*

● **Kurs 8311****Harald Glaser**

Am 2. Dienstag im Monat um 18:00 Uhr Kultur- und Lesetreff Brebach 24 UST, gebührenfrei

**Länder und Kulturen****Veranstaltungen in Kooperation mit dem Kultur- und Lesetreff Brebach****Filmvortrag/Reisebericht****Südafrika Teil 1**

Nicht umsonst wird Südafrika oft umschrieben als „Die Welt in einem Land“. Neben den pulsierenden Städten wie Kapstadt, Johannesburg und Durban wird es von den unterschiedlichsten Landschaftsformen und Kulturen geprägt. Und auch die vielfältigen Tierbestände in den Nationalparks suchen ihresgleichen. All dies hat der Autor in seinem Videofilm mit Großprojektion ausführlich eingefangen.

● **Kurs 8314****Holger Lohmann**

Do. 14.11.2024, 19:00 – 21:15 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach

*Anmeldung erforderlich bei Dominik*

*Wetzig unter Fon 0681 872641*

**Lesung****Unterwegs in Polen**

Der Autor liest aus seinem gleichnamigen Buch und trägt seine zahlreichen Erlebnisse und -Erinnerungen von dieser Reise vor. Er vermag mit dem einen oder anderen Liedvortrag zur Gitarre die Lesung zu bereichern.

● **Kurs 8316****Hans Bollinger**

Mo. 28.10.2024, 10:30 – 12:00 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach

*Anmeldung erforderlich bei Dominik*

*Wetzig unter Fon 0681 872641*

**Vortrag****Orte der Kunst und Kultur im Regionalverband**

Kunst in nächster Nähe

Ein mit Bildern angereicherter Vortrag

über die Orte der Kunst und Kultur im Regionalverband Saarbrücken.

● **Kurs 8317****Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Mo. 11.11.2024, 10:30 – 12:00 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach

*Anmeldung erforderlich bei Dominik*

*Wetzig unter Fon 0681 872641*

**Vortrag****Gruselige Weihnachtsgeschichten**

Es gibt lustige Weihnachtsgeschichten, oder zum Schmunzeln und Nachdenken. Sie handeln von Weihnachtsbräuchen, Engelchen, Tannenbäumen, usw. Dieses Mal führt der Vortrag die Zuhörerschaft in die Welt der „gruseligen“ Weihnachtsgeschichten, ohne die Lauschenden das Fürchten zu lernen.

● **Kurs 8318****Josef Jirasek, Pfarrer ev. Kirchengemeinde Brebach-Fechingen-Blietsransbach**

Mo. 09.12.2024, 10:30 – 12:00 Uhr

Kultur- und Lesetreff Brebach

*Anmeldung erforderlich bei Dominik*

*Wetzig unter Fon 0681 872641*

## BÜBINGEN

## Kultur

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Kulturverein Bübingen e. V. im Rahmen des Lesefrühstücks

## Vortrag

## Poesie und Zeitkritik

Gérard Carau liebt seine Heimat und die Natur und engagiert sich gegen den Missbrauch, den die Menschen an unserer heimatlichen Umwelt verüben. Er greift politisch-sozialen Konfliktstoff auf, von dem es ja eine Menge gibt. Er möchte die Mundart, die er von der gro m tterlichen Seite geerbt und in seinem Herzen bewahrt hat, „wieder auf Trab bringen“, jedoch nicht auf Fastnachtsniveau verkommen lassen. Dafür ist sie zu schade. Er möchte auch zeigen, dass Texte aus der Standardsprache in Mundart übertragen werden können, ohne an Wert zu verlieren.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,00 eingenommen werden.

## ● Kurs 8321

## Gérard Carau

Di. 10.09.2024, 09:30 – 11:00 Uhr

B binger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins B binger kostenfrei.

Anmeldung bis Do. 05.09.2024 erforderlich bei Rita Becker, Fon 0176 66669656

## Vortrag

## Krimilesung

Kommissar Knauper „stolpert“ bei seiner nervenaufreibenden Arbeit oft über die eigenen Füße, löst aber mit Hilfe seiner Kollegen die kompliziertesten F lle.

Knaupers Wahlspruch dabei lautet: „Schw de muss ma mit de Leut, dann klappt’s aach mit der Kommunikation.“ Manfred Spoo liest Ausschnitte aus seinen vier Knauper-Krimis, berichtet aus seiner Schreibwerkstatt, erzählt von Recherchen für die Romane und freut sich auf einen regen Meinungsaustausch mit der Zuhörerschaft.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,00 eingenommen werden.

## ● Kurs 8322

## Manfred Spoo

Di. 08.10.2024, 09:30 – 11:00 Uhr

B binger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins B binger kostenfrei.

Anmeldung bis Do. 03.10.2024 erforderlich bei Rita Becker, Fon 0176 66669656

## Vortrag

## Die Erbsenprinzessin – Ein Märchen sehr frei nach Hans Christian Andersen

Wie erkennt man eine wahre Prinzessin? Denn nur eine solche will Prinz Ferdinand zur Frau nehmen. Seine Mutter, die Königin, hat da so ihre eigenen Vorstellungen. Eine kleine grüne Kugel spielt die entscheidende Rolle!

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,00 eingenommen werden.

## ● Kurs 8323

## Astrid Lorig/Charlotte Ebert

Di. 12.11.2024, 09:30 – 11:00 Uhr

B binger Treff in der Holzäppelhalle

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins B binger kostenfrei.

Anmeldung bis 07.11.2024 erforderlich bei Rita Becker, Fon 0176 66669656

## Dozentinnen und Dozenten



**PETER MICHAEL LUPP**  
ehemaliger Kulturreferent  
Regionalverband Saarbrücken

*Auf der Suche nach dem guten Leben ...*

» Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen zur Nachhaltigkeit mit Ihnen austauschen ... ‹‹

**Vortrag**

**Vom traurigen Tännlein und dem verschnupften Christbaum**

Fröhliche Vorlesezeit im Advent.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,00 eingenommen werden.

● **Kurs 8324**

**Judith Wiesen**

Di. 10.12.2024, 09:30 – 11:00 Uhr

Bübinger Treff in der Holzäppelhalle  
gebührenfrei

Anmeldung bis 05.12.2024 erforderlich bei  
Rita Becker, Fon 0176 66669656

**Vortrag**

**Ixe-Dixe-Silwerglix – Freche und lustige Reime**

In Reimen mischen sich unkenntlich gewordene Kunstpoesie, Moritaten, Volkslieder, Gassenhauer und auch verschollenes Brauchtum. Das war für Charly Lehnert und seine Frau Ria der Grund, im Saarland gebräuchliche Kinderreime zu sammeln.

Hierbei interessierten am meisten die Reime mit mundartlichen Idiomen, denn diese drohen schnell in Vergessenheit zu geraten. Sie spiegeln – Gott sei Dank – nicht so sehr die heile Welt wieder, die wir Erwachsenen allzugern aufbauen wollen, für uns und für die „Pänz“.

Auf Vorbestellung kann um 9:00 Uhr ein Frühstück zum Preis von EUR 8,00 eingenommen werden.

● **Kurs 8325**

**Charly Lehnert, saarl. Mundart- und Buchautor, Verleger und Designer**

Di. 14.01.2025, 09:30 – 11:00 Uhr

Bübinger Treff in der Holzäppelhalle  
EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Für Mitglieder des Kulturvereins Bübingen kostenfrei.

Anmeldung bis 04.01.2025 erforderlich bei  
Rita Becker, Fon 0176 66669656

**ESCHRINGEN**

**Heimatgeschichte**

**Abendkurs**

**Arbeitsgruppe Geschichtswerkstatt**

Ziel ist die Aufarbeitung der Alltagsgeschichte Eschringens.

● **Kurs 8330**

**Wolfgang Arnold**

Infoabend s. Tagespresse

Alte Grundschule Eschringen

Andreas-Kremp-Str. 31, 66130 SB  
gebührenfrei

Informationen unter

wolfgang.arnold@pixelmovie.de oder  
www.eschringen.de

**FECHINGEN**

In Kooperation mit dem Netzwerk –  
Gute – Nachbarschaft (NGN) Fechingen

**Vortrag**

**Zum Ausklang des Goethe Jahres:  
Sessenheimer Idylle – Goethe und  
seine Liebe im Elsass**

Im Jahre 1770 kam Goethe das erste Mal in das kleine, 40 km nordöstlich von Straßburg gelegene elsässische Dörfchen Sessenheim. Dieser Ausflug sollte eine der bekanntesten Liebesepisoden der Literaturgeschichte zur Folge haben. Ein Koffertheater von und mit Charlotte Ebert und Astrid Lorig.

● **Kurs 8332**

**Charlotte Ebert/Astrid Lorig**

Do. 31.10.2024, 15:00 – 16:45 Uhr

Sportlerheim am Fußballplatz Fechingen,  
Am Südhang, 66130 Saarbrücken

EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)

Anmeldung erforderlich bei Renate  
Theobald unter Fon 06893 1802

**Dozentinnen und Dozenten**



**CHARLY LEHNERT**  
saarl. Mundart- und Buchautor,  
Verleger und Designer

» Charly Lehnert ist ein saarländisches „Urgestein“ und in der Kunst- und Kulturszene auch überregional sehr bekannt. Er hat sich in seinem Wirken ganz dem schönsten Bundesland der Welt, dem Saarland, verschrieben. Seit vielen Jahren begeistert er seine Gäste bei der vhs Regionalverband Saarbrücken mit seinen Lesungen, Plaudereien, Glossen und Portraits von Land und Leuten an der Saar. In diesem Semester ist er am 11. Juli zu Gast bei der vhs Halberg im Bübinger Treff in der Holzäppelhalle. «

**Vortrag****Orte der Kunst und Kultur im Regionalverband Kunst in nächster Nähe**

Ein mit Bildern angereicherter Vortrag über die Orte der Kunst und Kultur im Regionalverband Saarbrücken.

● **Kurs 8333**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Do. 28.11.2024, 15:00 – 16:30 Uhr  
Sportlerheim am Fußballplatz Fechingen,  
Am Südhang, 66130 Saarbrücken  
EUR 5,00 (Barkasse vor Ort)  
*Anmeldung erforderlich bei Renate Theobald unter Fon 06893 1802*

**Ökologie/Natur und Umweltschutz****Natur und Umwelt in Kooperation mit dem NABU****Exkursion****Naturkundliche Herbstwanderung**

Eine dreistündige Wanderung durch die Feldflur und eine interessante Führung durch den Wald.

● **Kurs 8345**

**Axel Hagedorn/Michael Keßler**

So. 13.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Bliesransbach, Hartungshof  
gebührenfrei  
*Informationen und Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder Mail [nabu\\_axel\\_hagedorn@yahoo.de](mailto:nabu_axel_hagedorn@yahoo.de)*

**Exkursion****Platter Schwanz und scharfe Zähne Mit der Naturwacht Saarland dem Biber auf der Spur**

„Auf den Spuren der Biber an der Blies“ ist eine Führung betitelt, die von der Naturwacht Saarland angeboten wird. Seit seiner Wiedereinbürgerung lebt der europäische Biber auch wieder an Gewässern der Biosphärenregion Bliesgau. Als Sympathieträger ist er aufgrund seiner anatomischen Besonderheiten zwar weitgehend bekannt, jedoch dürfte den meisten Menschen seine heimliche Lebensweise verborgen sein. Im Rahmen der Veranstaltung werden deshalb Ökologie, Lebensraumansprüche sowie das Sozialverhalten des größten europäischen Nagetieres erläutert. Zudem werden praktische Hinweise zum Erkennen der Anwesenheit von Bibern an Gewässern vermittelt. Gebietsranger Michael Keßler wird den Teilnehmern eine spannende und erkenntnisreiche Führung durch ein Biberrevier an der Blies vermitteln. *Festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung werden empfohlen.*

● **Kurs 8346**

**Axel Hagedorn/Michael Keßler**

So. 10.11.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung vom Dozenten mitgeteilt.  
gebührenfrei  
*Informationen und Anmeldung bei Axel Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523 bzw. Fon 06893 3701 oder Mail [nabu\\_axel\\_hagedorn@yahoo.de](mailto:nabu_axel_hagedorn@yahoo.de)*

**Dozentinnen und Dozenten**

**AXEL HAGEDORN**  
**NABU Gruppe**  
**Fechingen-Kleinblittersdorf**

» *Mein Name ist Axel Hagedorn und bin 76 Jahre alt und wohne in Fechingen. Seit meiner Kindheit habe ich mich für die Natur interessiert. 1981 haben wir die NABU Gruppe Fechingen-Kleinblittersdorf gegründet und ich bin seit 1982 Erster Vorsitzender. Bis zu meiner Verabschiedung 2012 in den „Unruhestand“ war ich als Vermessungsamtsrat beim Vermessungsamt der Stadt beschäftigt. In meiner Freizeit arbeite ich ehrenamtlich für den Naturschutz. Mit einigen Helfern versuchen wir den Lebensraum für unsere heimische Fauna und Flora zu erhalten bzw. neue Lebensräume zu schaffen. «*



## Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

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

### Exkursion

#### Waldkauzwanderung

Gewandert wird durch das Revier des Waldkauzes. Hierbei besteht die Möglichkeit, den Balzruf des Waldkauzes zu hören und ihn evtl. zu beobachten. Verhaltensweise der Eule, Gelege usw. wird erläutert. Ein Präparat wird auch gezeigt.

#### ● Kurs 8347

##### Axel Hagedorn

Sa. 25.01.2025, 19:00 – 21:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen, Parkplatz

Schwimmbad,

direkt hinter der Brücke rechts

gebührenfrei

*Informationen und Anmeldung bei Axel*

*Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523*

*bzw. Fon 06893 3701 oder Mail*

*nabu\_axel\_hagedorn@yahoo.de*

### Wochenendkurs

#### Obstbaumschnittkurs

Unter sachkundiger Anleitung werden Bäume unterschiedlicher Altersgruppen geschnitten.

#### ● Kurs 8348

##### Axel Hagedorn

Sa. 08.02.2025, 09:30 – 12:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen, Parkplatz

Schwimmbad,

direkt hinter der Brücke rechts

gebührenfrei

*Informationen und Anmeldung bei Axel*

*Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523*

*bzw. Fon 06893 3701 oder Mail*

*nabu\_axel\_hagedorn@yahoo.de*

### Wochenendkurs

#### Obstbaumveredelung

Die Veredelung von Obstbäumen ist gar nicht so schwierig und leicht zu erlernen. Vor Ort werden verschiedene Möglichkeiten der Obstbaumveredelung vorgeführt. Evtl. besteht auch die Möglichkeit an kleinen Wildlingen selbst zu üben und den „Baum“ mitzunehmen. Edelreiser wird zur Verfügung gestellt. Der Termin findet auch bei Regen statt.

#### ● Kurs 8349

##### Axel Hagedorn

Sa. 08.03.2025, 09:30 – 12:30 Uhr

Treffpunkt: Fechingen, Parkplatz

Schwimmbad,

direkt hinter der Brücke rechts

gebührenfrei

*Informationen und Anmeldung bei Axel*

*Hagedorn unter Mobil 0174 9503 523*

*bzw. Fon 06893 3701 oder Mail*

*nabu\_axel\_hagedorn@yahoo.de*

## GÜDINGEN

### FREMDSPRACHEN

#### Französisch

#### Nachmittagskurs

##### Französisch Konversation

Angesprochen werden aktuelle Themen und Landeskunde in lockerer Atmosphäre.

#### ● Kurs 8360

##### Chantal Nicolay

Di. 15:00 – 16:30 Uhr

ab 17.09.2024, 10 Termine

Gemeindezentrum Güdigen,

Kl. vhs-Raum Nr. 12, 1. Etage

20 UST, EUR 49,00

max. 12 TeilnehmerInnen

## HALBERG

**Besichtigung Saarländischer Rundfunk**

Wer schon immer einmal wissen wollte, wie und wo der Saarländische Rundfunk seine Radio-, Fernseh- und Internetangebote produziert, kommt an einem Besuch beim SR auf dem Saarbrücker Halberg nicht vorbei. Das Besondere an den Führungen über den Halberg und durch die Funkhaus-Gebäude des Saarländischen Rundfunks ist, dass die Führungen mitten hinein in die Hörfunk- und Fernsehstudios und in die Redaktionen führen, in denen die Arbeit gemacht wird. Dadurch kommen Besucherinnen und Besucher in Gruppengröße immer in direkten Kontakt mit den Moderatorinnen und Moderatoren, den Redakteurinnen und Redakteuren, den Technikerinnen und Technikern.

● **Kurs 9887****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 22.11.2024, 17:30 – 19:30 Uhr

Treffpunkt: SR Halberg,

Franz-Mai-Straße, 66121 Saarbrücken

(vor dem Haupteingang des Konferenzgebäudes des SR)

gebührenfrei

Anmeldung erforderlich bis 08.11.2024.

Eine Abmeldung ist bis spätestens zum 08.11.2024 möglich.

**Dozentinnen und Dozenten****CHANTAL NICOLAY**

*Dozentin Französisch*

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française).

Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle.

Mein Motto ist: *Mieux comprendre la France, les Français et LE français.* «



Entdecken Sie  
mit uns die  
Schönheit unserer  
Region

# WANDERANGEBOTE

## Herbst | Winter 2024-25

Vielfältiges Angebot an geführten Wanderungen

- Pilgerwanderungen
- Wanderung mit Hörkomfort
- Wanderungen zu Industrie- und Bergbaukultur
- Naturerlebniswanderungen
- Weitere Angebote zu unterschiedlichen Themen

Weitere Informationen und alle Wanderangebote finden Sie unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)



*Eine handliche Broschüre mit ausgewählten Wanderungen liegt ab Anfang September in der Tourist Info Saarbrücker Schloss und im Foyer des Alten Rathauses kostenlos für Sie bereit.*

## Örtliche Leitung



**Dr. Carolin Lehberger**  
*vhs-Direktorin*  
 Altes Rathaus, Zi. 39  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4300  
 Fax 0681 506-4390  
 carolin.lehberger@rvsbr.de

## Anmeldung und Service



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

## Unterrichtsorte

- Atelier, am Bruch 21, 66127 Klarenthal
- Volkshaus Gersweiler, Seniorenraum  
Kirchenstr. 1, 66128 Gersweiler
- Katharine-Weißgerber-Gemeinschafts-  
schule:  
Standort Gersweiler,  
Krughütter Str. 94, 66128 Gersweiler  
Standort Klarenthal,  
Hauptstr. 53, 66127 Klarenthal  
(Schulküche)
- Ev. Gemeindehaus Klarenthal  
Hauptstr. 67  
66127 Saarbrücken-Klarenthal



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

## ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Abendkurs

#### Wirbelsäulengymnastik

Der Kurs dient der sportlichen Fitness und der Prävention.

Gerade dann, wenn Stress und andere Belastungen unseren Rücken strapazieren, hilft gesunde Bewegung, den Körper fit zu halten.

#### ● Kurs 8600

**Martina Seul**

Di. 17:45 – 18:45 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Ev. Gemeindehaus Klarenthal  
20 UST, EUR 59,00

### Nachmittagskurs

#### Tanzen im Sitzen neu erleben

Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir im Sitzen. Unter diesem Motto richtet sich dieser Kurs an alle die gerne tanzen, sich gerne nach Musik bewegen, in Gesellschaft sind und Spaß an Rhythmen und Musik haben.

Tanzen im Sitzen fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination und das Gedächtnis. Die Musik- und Tanzauswahl ist vielfältig. Im Vordergrund steht die Freude am Tanzen.

*Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und jeglicher Mobilität geeignet und findet 14-tägig statt.*

#### ● Kurs 8602

**Karin Haupt, Tanzleiterin**

Mi. 14:45 – 16:15 Uhr  
ab 18.09.2024, 12 Termine  
Volkshaus Gersweiler,  
Seniorenraum, Kirchenstr. 1, Saarbrücken  
24 UST, EUR 66,00

## GESUNDHEITSBILDUNG

### Workshop

#### Kopf hoch/Brust raus – das kleine Überlebenstraining

Wussten Sie schon? Es gibt ein „Soforthilfeprogramm für frische Energie und gute Laune“. Vielleicht ja auch etwas für Sie? Dieses kleine Überlebenstraining kann Ihnen bei Stress, Ärger oder sonstigem Durchhängen in Sekundenschnelle helfen, im Alltag zu „überleben“.

Sie lernen einfache Körper- und Atemübungen kennen, die – medizinisch und neurophysiologisch nachgewiesen – sofort ihr Befinden, Denken und Handeln verbessern und Ihnen Energie und vor allem gute Laune zurückbringen.

Und das Gute: diese Übungen sind (fast) überall und zu jeder Zeit machbar.

Wie das funktioniert, erfahren Sie in diesem Workshop.

*Bitte etwas zu Trinken mitbringen und die Bereitschaft, sich auf die Übungen einzulassen.*

#### ● Kurs 8610

**Petra Boudraa, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Entspannungspädagogin**

Fr. 13.12.2024, 16:30 – 19:30 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstr. 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 20,00

### Vortrag

#### Was Sie schon immer über Hypnose wissen wollten

Das Wort „Hypnose“ weckt widersprüchliche Assoziationen. Es wird oft mit den Eindrücken aus der Show-Hypnose und den scheinbar willenlosen Probanden verbunden. Die Hypnose ist aber ein machtvolles therapeutisches Instrument in Medizin und Psychotherapie. Wenn Sie wissen wollen, wie das funktioniert, welche wissenschaftlichen Erkenntnisse es dazu gibt und wie sich die therapeutische Hypnose von der Show-Hypnose abgrenzt, dann sind Sie in diesem Vortrag genau richtig. Sie lernen die Geschichte der Hypnose kennen, deren Mythen und die Vorurteile und sie lernen die reale Wirkungsweise der Hypnose kennen.

#### ● Kurs 8612

**Tanja Eich, Legasthenie- und Dyskalkulie-trainerin (EÖDL) und Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Di. 19.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstr. 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Jetzt konzentriere dich doch mal! – Konzentration und Aufmerksamkeit

Gefühlt 1 Mio. Mal haben wir diesen Satz schon gehört oder auch selbst gesagt. Dazu gehören neben Lehrkräften auch die Eltern, wenn sich die Hausaufgabenzeit endlos dahinzieht. Viele schulische Probleme resultieren aus mangelnder Aufmerksamkeit und Konzentration. Was können wir dagegen tun? Dieser Vortrag ist für Lehrkräfte, Eltern und Schülerinnen

und Schüler gedacht, die einen Ausweg suchen. Es gibt verschiedene Arten und Ursachen von Konzentrationsschwierigkeiten, die Sie kennenlernen werden, und somit auch verschiedene Möglichkeiten und Hilfsmaßnahmen, um die Thematik zu verbessern. Praktische Übungen ergänzen diesen Vortrag.

● **Kurs 8613**

**Tanja Eich, Legasthenie- und Dyskalkulie-trainerin (EÖDL) und Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Di. 03.12.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal, Kursraum E.04

Hauptstr. 53,

66127 Saarbrücken-Klarenthal

gebührenfrei

**Vortrag**

**LRS & Co.**

Ein großes schulisches Thema ist „LRS“ – diese Abkürzung beinhaltet alle Probleme, die Kinder in der Schule im Fach Deutsch haben. Aber auch die Probleme, die sich im Fach Mathe ergeben, sind ebenso von Bedeutung. Um zu verstehen, warum Kinder diese Schwierigkeiten haben, ist es wichtig, die Unterschiede zwischen LRS/Legasthenie und Rechenschwäche/Dyskalkulie zu kennen und auch über die verschiedenen Ursachen Bescheid zu wissen. Nur so können effektive Hilfsmaßnahmen eingesetzt werden. Ergänzend bekommen Sie Lernstrategien und einige Übungen zur Hand, die zu Hause schnell und effektiv einsetzbar sind.

● **Kurs 8614**

**Tanja Eich, Legasthenie- und Dyskalkulie-trainerin (EÖDL) und Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Mi. 22.01.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal, Kursraum E.04

Hauptstraße 53,

66127 Saarbrücken-Klarenthal

gebührenfrei

**Vortrag**

**Frühkindliche Reflexe, Funktionen und Auswirkungen auf die Entwicklung**

Hat ihr Kind Probleme beim Lernen? Oder haben Sie vielleicht Rückmeldung bekommen, dass sich Ihr Kind nicht an Regeln halten kann oder die Impulskontrolle fehlt? Dies können Hinweise frühkindliche Reflexe sein. Im Vortrag erfahren Sie, welche lebensnotwendigen Funktionen diese Reflexe während der Schwangerschaft, der Geburt und in den ersten 3 Lebensjahren erfüllen und wie sie die neurologische Reifung des Gehirns unterstützen, insbesondere auch den Einfluss auf Motorik, Impulskontrolle, Konzentration und schulische Fertigkeiten. Interessant ist der Vortrag für Eltern, Erzieherinnen und Erzieher und Lehrkräfte.

● **Kurs 8615**

**Tanja Eich, Legasthenie- und Dyskalkulie-trainerin (EÖDL) und Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Di. 11.02.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal, Kursraum E.04

Hauptstraße 53,

66127 Saarbrücken-Klarenthal

gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



**UDO FREIDINGER**  
**Übungsleiter**

» Ich bin seit über 30 Jahre in verschiedenen Bereichen als Übungsleiter tätig. Begonnen hat es mit Trainertätigkeit im Judo in verschiedenen Altersgruppen – von Kleinkindern bis Erwachsene – und verschiedenen Vereinen im Stadtverband Saarbrücken. Danach folgte die Ausbildung im Bereich Sport in der Prävention – Gesundheits- und Präventionssport – bei der saarländischen Polizei. Im Jahr 2007 wurde die Lizenz als ÜBL-B Herz-Kreislauf für Erwachsene/Ältere erlangt. In 2018 wurde dann die Lizenz ÜBL-B in der Rehabilitation – Sport in der Krebsnachsorge – erworben. Mein Ziel bei den von mir angebotenen Kursen ist die TeilnehmerInnen so zu fordern, dass sie sich nicht UNTER- NOCH ÜBERFORDERT fühlen; die TeilnehmerInnen nach dem Training sagen: Ich fühle mich gut; die TeilnehmerInnen sich schon auf die nächste Trainingseinheit freuen. Wichtig ist es auch für mich, dass ich durch Weiter- und Fortbildung ständig auf dem neuesten Stand bleibe. «



## KOCHEVENTS AUF BESTELLUNG

Individuelle Kochkurse für Teamevents, Geburtstags- oder Firmenfeiern

In unserer großzügigen, gut durchlüftbaren Lehrküche mit moderner Ausstattung können Sie unter Anleitung unserer engagierten KochdozentInnen Ihr persönliches Teamevent ausrichten. Danach genießen Sie Ihre selbst zubereiteten Speisen im separaten Nebenraum an der „langen Tafel“. Ein lockerer Kochabend lädt dazu ein, sich privat näher kennenzulernen und den Zusammenhalt zu stärken. Buchen Sie ein individuelles, auf Sie abgestimmtes Kocherlebnis.

### IHRE ANSPRECHPARTNERIN:

Sarah Bergmann | Fon 0681 506-4320  
sarah.bergmann@rvsbr.de

Unsere Kochdozentinnen und -dozenten vermitteln Ihnen natürlich mehr als Pfannkuchen backen :-). Auf unserem Foto in der Lehrküche der Schmollerschule in Saarbrücken trafen sich Regionalverbandsdirektor Peter Gillo, vhs-Direktorin Dr. Carolin Lehberger (rechts) und Sarah Bergmann, Pädagogische Mitarbeiterin der vhs, zu einem Pressetermin.

## LANDESKUNDE/BESICHTIGUNG

### Vortrag

#### Reise nach Südafrika – Die ganze Welt in einem Land Teil 1

Nicht umsonst wird Südafrika oft umschrieben als „Die Welt in einem Land“. Neben den pulsierenden Städten wie Kapstadt, Johannesburg und Durban wird es von den unterschiedlichsten Landschaftsformen und Kulturen geprägt. Und auch die vielfältigen Tierbestände in den Nationalparks suchen ihresgleichen. All dies hat der Autor in seinem Videofilm mit Großprojektion ausführlich eingefangen.

#### ● Kurs 8616

#### Holger Lohmann

Mo. 25.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstr. 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Wanderung

#### Vom Gersweiler Markt bis zum Sprinks Haus

Gersweiler blickt auf eine über 700jährige Geschichte zurück. Der Ort war schon seit mehreren Jahrhunderten von Landwirtschaft und Industrie geprägt. Gersweiler war bis Ende des 18. Jahrhunderts selbständige Meierei, dann Bürgermeisterei bis 1973, mit evangelischer und katholischer Kirchengemeinde. In dieser Zeit verlegte auch ein Bürgermeister namens Sprink sein Amtlokal an die französische Grenze, heute noch Sprinks Haus genannt. Unsrer Spurensuche führt uns zu Sehenswürdigkeiten aus drei Jahrhunderten unter anderem auch zum Wahrzeichen von Gersweiler.

● **Kurs 8617**

**Karl Ernst Kugler,**  
zertifizierter Gästeführer

Sa. 28.09.2024, 14:30 – 16:30 Uhr  
Treff: Rathaus Gersweiler  
gebührenfrei

**Wanderung**

**Vom Fenner Hof zum Kraftwerk Fenne**

Fenne ist der kleinste Stadtteil der Mittelstadt Völklingen. Im 18. Jahrhundert wurde im Rahmen von Wiederbesiedlungsmaßnahmen nach dem 30jährigen Krieg vom Saarbrücker Grafenhaus der Fenner Hof gegründet. Im Laufe von 250 Jahren entwickelte sich Fenne zu einem bedeutenden Industriestandort. Drei große Wirtschaftsbetriebe gab es früher: die Fenner Glashütte (1812-1939) mit Erlaubnis von Napoleon Bonaparte gegründet, die Marmeladenfabrik (1884-1979), die erst im Fenner Hof produzierte und später den noch heute bekannten Fenner Harz herstellte und das 1923 gegründete Kraftwerk Fenne, das heute noch besteht. Bei unserem Rundgang gehen wir auf Spurensuche.

● **Kurs 8618**

**Karl Ernst Kugler,**  
zertifizierter Gästeführer

Sa. 12.10.2024, 14:30 – 16:30 Uhr  
Treff: Bushaltestelle am Kraftwerk Fenne in der Saarbrücker Straße  
gebührenfrei

**TEXTILES GESTALTEN**

**NÄHEN**

**Abendkurs**

**Nähen macht Spaß – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

Nähen liegt wieder im Trend. Es ist nicht nur hilfreich, kleinere Reparaturen selbst anzugehen, es macht auch großen Spaß, kreativ zu sein, neue Teile zu nähen und darauf stolz zu sein. Außerdem kann man nach dem Kurs ganz bequem zuhause nähen und sich entfalten. Nähen lernen und Nähen selbst lohnt sich auf jeden Fall und es ist sehr lehrreich, von einem Profi so manchen Trick zu erfahren.  
*Mitzubringen sind: Nähmaschine (mit Zubehör, z. B. Spulen, Nähgarn), Verlängerungskabel, Stoff, Bandmaß und Schere.*

● **Kurs 8620**

**Othman Mohamad, Schneider**

Di. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 24.09.2024, 12 Termine  
Förderschule Altenkessel  
36 UST, EUR 86,00

● **Kurs 8621**

**Othman Mohamad, Schneider**

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr  
ab 25.09.2024, 12 Termine  
Förderschule Altenkessel  
36 UST, EUR 86,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**OTHMAN MOHAMAD**  
Schneider

» Als Maßschneider mit eigenem Studio in Kobane/Syrien war ich dort sehr bekannt und meine Arbeit wurde geschätzt.

Jetzt bin ich hier in Saarbrücken froh, dass ich eine feste Arbeit habe und Hochzeitskleider und Garderobekostüme nähe.

Es macht mir sehr viel Freude, meine Kenntnisse und meine Begeisterung für die Mode in meinem vhs-Kurs in Altenkessel weiterzugeben. «

## KREATIVES GESTALTEN

### MALEN

#### Abendkurs

#### Neugierig auf Ausdrucksmalen?

Wer einmal in lockerer Atmosphäre und mit Leichtigkeit die Freude am Malen (wieder-) entdecken will, sollte sich diesen Abend vormerken. Dabei geht es nämlich nur um eines: Einfach mit Formen und Farben experimentieren, mit Pinsel, Spachtel, Schwämmen oder den Händen die Farbe auf das Papier auftragen, wie es sich in diesem Augenblick anfühlt. Dabei Neues entdecken und neugierig sein auf das, was spontan aus dem Inneren heraus auf dem Papier entsteht. Gemalt wird mit hochwertigen Goache – Farben auf großformatigem Papier.

*Keine Vorkenntnisse notwendig.*

#### ● Kurs 8626 (Just for fun – Malen nach Gefühl)

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Di. 05.11.2024, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

#### ● Kurs 8627 (Just for fun – Malen nach Gefühl)

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Mi. 22.01.2025, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

#### Abendkurs

#### Entspannung pur – innere Bilder nach außen bringen

In meditativer Atmosphäre ganz zu sich zu kommen, Alltag, Stress und Hektik zurücklassen und eintauchen in den Augenblick des Malens. In einem Zustand der Ruhe und Gelassenheit die Möglichkeit haben, in intensivem Kontakt mit dem Atem, den augenblicklichen Gefühlen und Körperempfindungen zu kommen. Dabei die inneren Bilder ins Außen fließen zu lassen und zu Papier bringen.

*Keine Vorkenntnisse notwendig.*

#### ● Kurs 8628

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Di. 19.11.2024, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

#### ● Kurs 8629

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Mi. 05.02.2025, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

#### Abendkurs

#### Klarheit durch Malen

Gibt es ein bestimmtes Thema oder Anliegen, das die Gedanken und Gefühle beschäftigt und bei dem man vielleicht sogar auf der Stelle tritt? Oder sind es die aktuellen weltpolitischen Krisen wie die Pandemie oder der Krieg, die Ängste schüren und alles dunkler und hoffnungsloser erscheinen lassen? Im Prozess des Malens kann man sich seiner Gefühle gewahr werden, sie bildlich ausdrücken und

damit klären. Auch kann man sich erster kleiner Handlungsschritte in Richtung Veränderung bewusst werden.  
*Keine Vorkenntnisse notwendig.*

#### ● Kurs 8630

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Di. 03.12.2024, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

#### ● Kurs 8631

*Stephanie Sabine Petersen, Ergotherapeutin und Malbegleiterin*

Mi. 19.02.2025, 19:00 – 21:15 Uhr  
Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“  
Am Bruch 21, 66127 Klarenthal  
EUR 15,00 (zzgl. Materialkosten EUR 5,00 bar vor Ort zu zahlen)

## NATUR UND UMWELT

#### Vortrag

#### Permakultur – Was ist das?

Der Vortrag bietet einen ersten kurzen Einblick in das komplexe Themengebiet der Permakultur. Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, erklärt, was Permakultur ist, und stellt die wichtigsten Planungswerkzeuge sowie einige zentrale Gestaltungselemente für den Permakultur-Garten vor. Mit dem Wissen aus diesem Vortrag wird es Ihnen möglich sein, die ersten Experimente auf der eigenen auch noch so kleinen Anbaufläche (Gärtnern auf 5 m<sup>2</sup>) zu wagen, um diese in ein artenreiches Gartenbiotop umzugestalten.

#### ● Kurs 8640

*Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter*

Di. 24.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Nachhaltige Kleidung und Schuhe

Deutsche Verbraucher kaufen im Durchschnitt 60 Kleidungsstücke pro Jahr. Getragen werden sie aber nur noch halb so lange wie vor 15 Jahren. Der Vortrag geht darauf ein, welche verheerenden Folgen die Fast Fashion-Industrie für Menschen und Umwelt hat, wie groß der Ressourcenverbrauch und der Einsatz von Chemikalien sind und wie katastrophal die Arbeitsbedingungen sind. Ferner erfahren Sie, wie Sie Kleidung nachhaltig tragen und konsumieren können.

#### ● Kurs 8641

##### Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Mo. 28.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Wie hängen Klima- und Naturkrise zusammen?

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.

#### ● Kurs 8642

##### Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Mi. 20.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Wanderung

#### Waldspaziergang mit dem Förster – Unsere heimischen Baumarten

Während letztes Mal die Forstwirtschaft im Stiftswald von Revierförster Ernest Ptok insgesamt dargestellt wurde, sollen diesmal die einzelnen Baumarten und ihre Eigenschaften näher betrachtet werden. Unsere heimischen Baumarten werden in ihrer Lebensweise, in ihren Lebensräumen und auch in ihren Eigenschaften vorgestellt. Sie werden manch Neues über den vertrauten Wald erfahren. *Festes Schuhwerk wird angeraten.*

#### ● Kurs 8650

##### Ernest Ptok, Revierleiter Scheidterberg und Stiftswald St. Arnual (Revier 6)

Sa. 12.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: 66127 Klarenthal,  
am Ende der Kreisstr.  
(LAUFTREFF) Richtung Stiftswald  
Abzweigung der Straße „Am Bruch“  
gebührenfrei

### Vortrag

#### Waldschutz

Der Vortrag liefert Antworten auf folgende Fragen: Was ist eigentlich Wald? Wie kann man ihn bestmöglich schützen? Und warum ist er in Gefahr? Ferner stellt er zentrale Waldschutzmaßnahmen vor, vermittelt Grundlagenwissen zu den verschiedenen Ökosystemleistungen des Waldes, seinem Strukturreichtum und warum Wälder so wichtig für Klima- und

### Dozentinnen und Dozenten



#### STEFAN KEES

Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!  
„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“



## Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

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

Naturschutz sind.

### ● Kurs 8655

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 20.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Moore

Moore erbringen beispielsweise durch das Binden von Kohlendioxid grundlegende Ökosystemleistungen und vieles mehr. Dennoch sind Moore stark gefährdet. Dieser Vortrag führt in das Ökosystem Moor ein und gibt einen Einblick, warum Moore Gefahren ausgesetzt sind. Ferner zeigt er Wege auf, wie man Moore und damit auch unser Klima schützen kann.

### ● Kurs 8658

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 03.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Deutschland und seine Schutzgebiete

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in diesem Vortrag näher eingegangen.

### ● Kurs 8660

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mi. 19.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Katharine-Weißgerber-Schule Klarenthal,  
Kursraum E.04  
Hauptstraße 53,  
66127 Saarbrücken-Klarenthal  
EUR 5,00

## Örtlicher Leiter



**Rainer Loos**  
*Örtlicher Leiter*  
 Warken-Eckstein-Str. 7  
 66299 Friedrichsthal  
 Fon 0170 2919758  
 vhs-friedrichsthal@gmx.net

## Anmeldung und Service



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

## Unterrichtsorte

- vhs-Zentrum für Weiterbildung  
 (in der Montessori Gemeinschaftsschule  
 Friedrichsthal)  
 Im Grühlingswald 19  
 66299 Friedrichsthal
- Rathaus Friedrichsthal  
 Schmidtbornstraße 12a  
 66299 Friedrichsthal
- Helenenhalle  
 66299 Friedrichsthal



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

## HEIMATKULTUR

### Abendkurs

#### Arbeitskreis Geschichtliche Entwicklung von Friedrichsthal

Über viele Jahre ist in Friedrichsthal eine geschichtlich interessierte Arbeitsgemeinschaft als laufendes Projekt im Rahmen der Kursangebote der vhs entstanden. Derzeit beschäftigt sie sich mit den Vereinen in Friedrichsthal. Neue TeilnehmerInnen an der Geschichtswerkstatt sind stets gern gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich.

#### ● Kurs 9101

##### Werner Klär

Di. 18:30 – 20:45 Uhr  
ab 23.09.2024 - Termine nach Absprache  
Rathaus Friedrichsthal  
gebührenfrei

## RECHT- UND VERBRAUCHERSCHUTZ

### Vortrag

#### Nachbarschaftsrecht

Streitigkeiten zwischen Nachbarn beschäftigen - Jahr ein, Jahr aus - die Gerichte. Themen: Grillen, Lärmbelästigungen und Bauarbeiten auf dem Nachbargrundstück, Zustimmung des Nachbarn zu einem Bauvorhaben. Was ist bei einem Überbau zu beachten? Abstände von Bäumen, Pflanzen und Sträuchern zum Nachbargrundstück, überhängende Äste und Laubfall vom Nachbargrundstück, Kosten für die Festlegung der Grundstücksgrenze, Beleidigungen und Provokationen von Nachbarn und Gegenmaßnahmen, Installation einer Überwachungskamera: was ist zu beachten? Die TeilnehmerInnen erhalten ein Skript.

#### ● Kurs 9104

##### Daniel Jung, Rechtsanwalt

Di. 24.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der  
Montessori Schule  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Informationen zur Rentenbesteuerung

Viele Rentnerinnen und Rentner sind verunsichert, ob sie eine Steuererklärung abgeben müssen und was sie deklarieren müssen. In vielen Fällen gab es auch böse Überraschungen, wenn plötzlich Post vom Finanzamt mit Schätzbescheiden, Zuschlägen, Verspätungs- und Säumniszuschlägen und der Drohung mit oder gar der Einleitung von Steuerstrafverfahren gab. Rechtsanwalt Daniel Jung, Fachanwalt für Steuerrecht, informiert in dieser Veranstaltung, wie Renten steuerpflichtig sind, wann und bis wann eine Steuererklärung abgegeben werden muss und was dabei zu beachten ist.

#### ● Kurs 9105

##### Daniel Jung, Rechtsanwalt

Mo. 18.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der  
Montessori Schule  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Richtig vererben, verschenken – Steuern sparen

Der Vortrag beschäftigt sich mit zwei Dingen, denen der Mensch nicht entgehen kann: Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb- und Steuerrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Daniel Jung, wie Vermögen zu

## Dozentinnen und Dozenten



### DANIEL JUNG

Rechtsanwalt, Fachanwalt  
für Erb-, Steuer- und Medizinrecht

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z.B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein, bzw. darauf, wie man sie vermeiden oder geringhalten kann.

● **Kurs 9106**

**Daniel Jung, Rechtsanwalt**

Di. 26.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule  
EUR 5,00

## NATUR UND UMWELT

### Vortrag

#### Wie hängen Klima- und Naturkrise zusammen?

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.

● **Kurs 9110**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 13.12.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Waldschutz

Der Vortrag liefert Antworten auf folgende Fragen: Was ist eigentlich Wald? Wie kann man ihn bestmöglich schützen? Und warum ist er in Gefahr? Ferner stellt er zentrale Waldschutzmaßnahmen vor, vermittelt Grundlagenwissen zu den verschiedenen Ökosystemleistungen des Waldes, seinem Strukturreichtum und

warum Wälder so wichtig für Klima- und Naturschutz sind.

● **Kurs 9111**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 13.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Deutschland und seine Schutzgebiete

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in diesem Vortrag näher eingegangen.

● **Kurs 9112**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Do. 06.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Moore

Moore erbringen beispielsweise durch das Binden von Kohlendioxid grundlegende Ökosystemleistungen und vieles mehr. Dennoch sind Moore stark gefährdet. Dieser Vortrag führt in das Ökosystem Moor ein und gibt einen Einblick, warum Moore Gefahren ausgesetzt sind. Ferner zeigt er Wege auf, wie man Moore und damit auch unser Klima schützen kann.

● **Kurs 9113**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 14.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule  
EUR 5,00

## Dozentinnen und Dozenten



### STEFAN KEES

Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

## Werden Sie Dozentin/Dozent

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken

Haben Sie ein Hobby, ein spezielles Interesse, Talent oder Wissen, das Sie mit anderen Menschen teilen möchten? Arbeiten Sie gern mit Menschen zusammen und suchen nach spannenden Herausforderungen? Dann werden Sie als Kursleitung auf Honorarbasis an der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken aktiv.

Unser vielfältiges Angebot lebt von den Fertigkeiten, Kompetenzen und dem Engagement unserer Dozentinnen und Dozenten.

Schicken Sie uns Ihre Bewerbung. Wir freuen uns auf Ihre Ideen.

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



### Junge vhs

#### Spannende Familienwanderung über den winterlichen Höfertaler Wald Pfad

Der Höfertaler Wald Pfad liegt so nah und ist oft doch so unbekannt. Er startet im Erlebnisort Reden und führt auf ca. 5 km Länge nach Bildstock und wieder zurück. Der Höfertaler Waldpfad ist der kürzeste und leichteste der 3 Bergbaupfade. Entdecken Sie auf dieser kleinen Wanderung z. B. einen ehemaligen Badeweiher, der heute Biotop und ein Ort der Ruhe ist, aber auch den historischen Rechtsschuttsaal. Gewinnen Sie mit Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, überraschende, spannende und außergewöhnliche Ein- und Ausblicke in die Natur der Region rund um Friedrichsthal. Am Ende der Wanderung besteht die Möglichkeit, individuell im „Redener Hannes“ mit seinem bergmännischen Charme und seiner gutbürgerlichen Küche einzukehren.

Strecke: ca. 5 km,  
Profil/Schwierigkeit: leicht

#### ● Kurs 9115

#### Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

So. 26.01.2025, 14:00 – 17:00 Uhr

Treff: Parkplatz Zechenhaus

Am Bergwerk Reden 10, 66578 Schiffweiler  
EUR 5,00

## BEWEGUNG

### KYUDO

#### Tagesseminar

#### Einführungskurs in das traditionelle japanische Bogenschießen

#### Kyudo

Nach der Einführung der Schußwaffen in Japan (1575) ist der japanische Bogen als militärische Waffe bedeutungslos geworden. Geblieben ist der „Weg des Bogens als ein Weg zum eigenen Selbst des Schützen“ (Stein 1985). Wir üben den Shomen-Stil, der durch achtsame, schöne und harmonische Bewegungsmuster gekennzeichnet ist. Nicht das Treffen steht im Vordergrund, sondern die Ausführung. Das Treffen folgt dann aus korrekter Technik (Seisha-Seichu). Geschichte – Material – Techniken – Vorträgen – Demonstrationen und eigene Übungen. Unsere Website: [kyudo-saarbruecken.de](http://kyudo-saarbruecken.de)  
*Voraussetzungen: keine. Interessenten ab 16 Jahre. Kleidung: Sportschuhe oder dicke Socken. Bequeme Kleidung in der man sich gut bewegen kann. Die Oberbekleidung sollte so gewählt werden, dass sich die Sehne nicht in Knöpfen, Kragen oder ähnlichem verfangen kann.*

#### ● Kurs 9120

#### Dr. Johannes Becker-Follmann, Friedrichsthal und Kyūdō-Saarbrücken e. V.

Sa. 09.11.2024, 10:30 – 16:30 Uhr

Helenehalle, Friedrichsthal

8 UST, EUR 16,00

## KREATIVES GESTALTEN

### HÄKELN

#### Abendkurs

#### Häkeln für Anfänger und Fortgeschrittene

Vom Kuscheltier bis zur Tischdecke und sogar bis zur Deko, für die eigene Wohnung ist alles dabei. Schritt für Schritt häkelst du dir dein eigenes Werk. Wir fangen mit den Grundlagen an und wählen gemeinsam dein Projekt.

*Die Teilnehmer werden darum gebeten die Materialien selbst mitbringen.*

#### ● Kurs 9160

**Nicole Molter**

Mi. 19:00 – 20:00 Uhr

ab 25.09.2024, 12 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

16 UST, EUR 54,00

### NÄHEN

#### Nachmittagskurs

#### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

Was brauche ich zum Nähen? Neben der Nähmaschine, die sie, wenn möglich, bitte mitbringen, gibt es noch weitere Hilfsmittel die zum Nähen und Schneidern benötigt werden. Allgemein: Kunststoffmaßband, Lineal, Stecknadeln, Nähnadeln, Fingerhut, Schneiderkreide, Kopierset, Scheren: Papier- bzw. Folienschere, Schneiderschere für Stoff, Einkaufsliste, Qualitätsnähgarn, Volumeneinlage Thermolan, H640 oder H630 40 x 120 – Kopierset Klarsichtfolie und wischfester Filzschreiber, Baumwollstoff 40 x 120 cm – Eventuell Stoffreste für die ersten Nähproben.

*Fortgeschrittene können gerne eigene Nähprojekte mitbringen.*

#### ● Kurs 9170

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

Mi. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 18.09.2024, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

#### Nachmittagskurs

#### Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

#### ● Kurs 9171

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

Do. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 19.09.2024, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

#### Abendkurs

#### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

#### ● Kurs 9172

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

Do. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 19.09.2024, 11 Termine

vhs-Zentrum für Weiterbildung in der Montessori Schule

33 UST, EUR 79,00

## Dozentinnen und Dozenten



**CLAUDIA TSCHUDY-LONSDORFER**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

» Nach meiner Schneiderlehre und dem Abschluss des Studiums der Bekleidungstechnik im Jahr 1988 hat mich die Faszination für den Umgang mit Stoffen und textilen Materialien bis heute nicht mehr verlassen. Es ist für mich immer wieder ein Erlebnis, wie aus der großen Auswahl an Stoffen, Accessoires und Materialien am Schluss ein fertiges individuelles Bekleidungsstück oder andere textile Teile entstehen, welche sich von der heutigen schnelllebigen textilen Massenware wohltuend abheben. Neben der Neuanfertigung von Bekleidung ist auch die Wiederverwertung (Upcycling) und Aufwertung älterer Teile eine interessante, nachhaltige und herausfordernde Arbeit. «

Teil der

**VSE**

**energis**<sup>7</sup>

## Zeit für einen guten Tag mit neuen Energien.

Ihre Zukunft – und erst recht die Ihrer Kinder – verdient nachhaltige Lösungen. Wie die Ökostromtarife und Photovoltaik-Pakete, das Highspeed-Internet und die E-Ladelösungen von Ihrem Rundumversorger. Mehr unter **energis.de**.

**Örtlicher Leiter****Hans-Werner Franzen***Örtlicher Leiter*

Am Hirtengraben 29

66352 Großrosseln

Fon 06809 7463

vhs-grossrosseln@hans-werner-franzen.de

**Anmeldung und Service****Sandra Orzowski***Koordination Örtl. vhs, Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4380

Fax 0681 506-4393

sandra.orzowski@rvsbr.de

**Unterrichtsorte**

- Alte Schule Naßweiler  
Am Kirchberg 1  
66352 Großrosseln
- Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler  
Am Kirchberg 10  
66352 Großrosseln
- Jagdschloss Karlsbrunn  
Schlossstraße 14  
66352 Großrosseln

**Crocetta Sajja***Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4381

Fax 0681 506-4393

crocetta.sajja@rvsbr.de

## SEMESTERERÖFFNUNG

### Vortrag

#### Deutschlands Paradiese – Wildnis im Wandel

Schönheit, Einzigartigkeit und Fragilität prägen die Natur vor unserer Haustür. Von den Sandstränden der Nord- und Ostsee bis zu den Alpen im äußersten Süden unserer Heimat, von den Bergbaufolgelandschaften im Osten bis in die Kulturlandschaft im Westen ist unser Referent fünf Jahre lang durch unsere heimische, unbekannte Wildnis gereist. Hirsche, Eisvögel und Wisente haben ihn staunen lassen. Spielende Wolfswelpen im Wendland machten ihn sprachlos und auf Helgoland war er ganz nah dran, an Basstölpel und Kegelrobben. Am Kaiserstuhl, in den Alpen und in anderen, unbekannten Landschaften durfte er die Artenvielfalt vor unserer eigenen Haustür erleben. In seiner Live-Show teilt er seine Leidenschaft mit einer gesunden Portion Humor, Selbstkritik und großer Freude mit seinem Publikum. Der Vortrag im Rahmen der Semestereröffnung findet in Kooperation mit dem BUND statt.

#### ● Kurs 1300

##### **Sven Meurs, Tierfotograf**

Mo. 16.09.2024, 17:00 Uhr  
Rosseltalhalle, Emmersweilerstr. 7,  
66352 Großrosseln  
gebührenfrei

## VERANSTALTUNGEN IM JAGDSCHLOSS KARLSBRUNN

Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln statt.

### Sonderveranstaltungen

#### Jagdschloss und Forstgarten Karlsbrunn

Führung Jagdschloss und Forstgarten Karlsbrunn im Anschluss Gelegenheit zur Teilnahme an einem Gespräch mit der Künstlerin Monika Hau zur aktuellen Ausstellung „Fundstücke“ in der Remise.

#### ● Kurs 9200

##### **Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

So. 29.09.2024, 10:00 Uhr  
Treffpunkt: Innenhof des Jagdschlusses Karlsbrunn,  
Schloßstraße 14, 66352 Großrosseln  
EUR 5,00

#### ● Kurs 9200B

##### **Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

So. 24.11.2024, 15:00 Uhr  
Treffpunkt: Innenhof des Jagdschlusses Karlsbrunn,  
Schloßstraße 14, 66352 Großrosseln  
EUR 5,00

## Dozentinnen und Dozenten



© Hannsjörg Schumann

### SVEN MEURS

#### Tierfotograf

» Schon seit Kindertagen faszinieren mich Begegnungen mit wilden Tieren und spektakuläre Naturlandschaften. Naturfotografie und Reisen sind meine beiden großen Leidenschaften. Ich war viel in Europa und Afrika unterwegs, immer auf der Suche nach Natur- und Tiermotiven. Mit meinem Umzug nach Köln änderte sich mein Blick auf die Natur. Plötzlich war ich in der Großstadt. Die nächtliche Begegnung mit einem Fuchs in der Stadt war Auslöser für mein Lieblingsthema: Die Fotografie in der urbanen Wildnis. 2015 habe ich das Projekt „Natürlich KÖLN – Wildnis in der Großstadt“ initiiert und das gleichnamige Buch geschrieben. Im Herbst 2023 ist mein neues Buch „Mensch & Natur – Deutschlands letzte Wildnis“ sowie die dazugehörige Live-Reportage erschienen. Mit meinem Herzensprojekt möchte ich die Schönheit, Einzigartigkeit und Fragilität unserer Natur für meine Leser und mein Publikum erlebbar machen. «

**Führung****Jagdschloss und Forstgarten  
Karlsbrunn – Kulturgeschichte und  
Informationen zur Inwertsetzung  
und Sanierung des Kulturdenkmals**

Das spätbarocke Bauwerk und sein Forstgarten zählen zu den bedeutenden Orten der Kunst und Kultur in der Region Saarbrücken. Wer die wechselvolle Geschichte des Kulturdenkmals, die heute noch erkennbaren Spuren unterschiedlichster Nutzungen und die Kulturlandschaft erkennt, kann den Ort und seine Ausstrahlung in die Gegenwart mit andern Augen sehen. Diese Qualitäten stiften Identität und die unverwechselbare Atmosphäre eines poetischen Ortes. Gleichfalls lieferten diese Qualitäten auch die Inspirationsquelle für die Inwertsetzung und Sanierung des Bauwerkes. Im Rahmen von Führungen lädt die Gemeinde Großrosseln in Zusammenarbeit mit der VHS Großrosseln an BesucherInnen zu Führungen ein bei der sowohl die Kulturgeschichte des Jagdschlusses als auch die neuen Räumlichkeiten und ihre zum Teil museale Ausstattung und die aktuellen Ausstellungen in der Remise und im Torhaus vorgestellt werden.

● **Kurs 9201**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger  
Kulturreferent Regionalverband  
Saarbrücken**

Fr. 11.10.2024, 17:00 – 19:00 Uhr  
Treffpunkt: Innenhof des Jagdschlusses  
Karlsbrunn, Schloßstraße 14,  
66352 Großrosseln  
EUR 5,00

**Bildvortrag/Diskussion****Bauen mit den Essenzen von Kultur  
und Landschaft**

Die Zeiten, in denen die ländlichen Hauslandschaften in der Großregion ein

sicheres Indiz dafür waren, zu erkennen in welcher Gegend man sich gerade aufhielt, sind vorbei. Die alten Dorfbilder mit ihren typischen Merkmalen verblassen. Abgestempelt als Schandfleck verlassen die wenigen authentisch erhaltenen Zeugnisse einer Baukultur, die vom Überleben durch ein maßvolles Wirtschaften mit Land und einer landschaftsgebundenen Bauweise so beispielgebend erzählen könnten, die Bühne spurlos. Kaum einer erkennt ihren inneren und äußeren Wert als Schlüssel für eine zukunftsfähige, regionale Baukultur der Gegenwart. Im Rahmen eines Bildvortrages werden das ureigene Wesen der regionalen Baukultur in ländlichen Räumen und seine Wurzeln zum Thema. Der Vortrag ist kombiniert mit einem Bildgespräch zur Ausstellung „VERGESSEN – Wo der Wert der Dinge wartet“, die in den Torzimmern und der alten Scheune des Jagdschlusses gezeigt wird.

● **Kurs 9202**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger  
Kulturreferent Regionalverband  
Saarbrücken**

So. 13.10.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Remise des Jagdschlusses Karlsbrunn  
EUR 5,00

**Lesung****Kunst und Natur**

Poesie bewegt und verbindet! In diesem Sinne lädt Kulturreferent Peter Michael Lupp im Jagdschloss Karlsbrunn zu einer „Lesestunde“ zum Innehalten und Weiterdenken über das Verhältnis Mensch und Natur ein. Zur Sprache kommen dieses Mal Texte von Rainer Maria Rilke, die mit der Annäherung an die Natur aus Sicht des Künstlers und der Künstlerin widmen. Künstler:in zu sein bedeutet bei Rilke vor allem Suchender und Empfangender zu sein und wenn immer möglich ... „die Natur

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**PETER MICHAEL LUPP**  
**ehemaliger Kulturreferent**  
**Regionalverband Saarbrücken**

*Auf der Suche nach dem guten  
Leben ...*

» *Mein Unterwegssein in unserer facettenreichen Kulturlandschaft ist von einer beständigen Leidenschaft für das Entdecken und „Sehenlernen“ der kulturellen, naturräumlichen und poetischen Ressourcen dieses Lebensraumes geprägt. An einer der Nahtstellen Europas, an denen sich die deutsche und französische Kultur begegnen, sind sie ein Spiegel unserer kulturellen Identität und können vieles von dem vermitteln, was wesentlich ist, um ein gutes Leben zu führen und Neues zu schaffen. Darüber möchte ich mich bei meinen Erkundungen zur Nachhaltigkeit mit Ihnen austauschen ...* <<

zu erfassen, um sich selbst irgendwo in ihren Zusammenhang einzufügen. In der Frage, wie wir unseren einzigartigen Lebensraum Erde zukunftsfähig bewahren können, bekommen die Gedanken des Dichters eine aktuelle Relevanz.

● **Kurs 9203**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Di. 26.11.2024, 17:00 – 19:00 Uhr  
Hochzeitszimmer des Jagdschlusses  
Karlsbrunn  
EUR 5,00

**Bildvortrag**

**Die Silhouette – Von der Kunst der Schattenrisse zur Zeit des Fürst Ludwig**

Das in den Jahren 1783–1786 von Fürst Ludwig von Nassau-Saarbrücken im Warndt in Karlsbrunn erbaute Jagdschlösschen hat bis heute den besonderen Geist seiner Zeit nicht ganz verloren. Viele Details erinnern an die Lebenswelten des barocken Zeitalters. Vor diesem Hintergrund wird vor Ort auch an die Kunst der Schattenrisse, die in Zeit des Fürsten Ludwig (1745–1794) weitverbreitet waren, erinnert. Die Schattenrisse „à la Silhouette“ erfreuten sich im 18. Jahrhundert einer großen Beliebtheit. Auch Johann Wolfgang Goethe machte von dieser Kunst regen Gebrauch. Im Rahmen eines Bildvortrages wird die Geschichte des Jagdschlusses erläutert und ein Einblick in die kunst- und die kulturgeschichtliche Bedeutung der Tradition der Schattenrisse bzw. Silhouetten im 18. Jh. vermittelt.

● **Kurs 9204**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Mo. 09.12.2024, 17:00 – 19:00 Uhr  
Hochzeitszimmer des Jagdschlusses  
Karlsbrunn  
EUR 5,00

**Lesung**

**Ein lichter Punkt in einem so felsig waldigen Lande ...**

Lesestunde mit Texten und Gedichten von Johann Wolfgang von Goethe anlässlich seines 275. Geburtstages. Goethes Gedichte bilden den größten lyrischen Kosmos, der in deutscher Sprache von einem einzelnen Autor existiert. Kein anderer Dichter hat über einen solchen Reichtum lyrischen Ausdrucks verfügt, keiner war ein langes Leben hindurch so unermüdlich produktiv. Goethes Auftritt als Lyriker war epochenmachend in der Geschichte der deutschen Literatur; unsere heutige Vorstellung vom Lyrischen ist entscheidend von ihm geprägt worden. Im Rahmen einer Lesestunde im Hochzeitszimmer des Jagdschlusses Karlsbrunn erinnert der Kulturreferent des Regionalverbandes Saarbrücken Peter Michael an den großen Meister mit ausgewählten Texten.

● **Kurs 9205**

**Peter Michael Lupp, ehemaliger Kulturreferent Regionalverband Saarbrücken**

Fr. 13.12.2024, 17:00 – 19:00 Uhr  
Hochzeitszimmer des Jagdschlusses  
Karlsbrunn  
EUR 5,00

**Veranstaltungsreihe**

**Die Europäische Union nach den Europawahlen – wie tickt Europa seit 2024?**

In der vierteiligen Veranstaltungsreihe erläutert der Referent Sebastian Ramelli, LL.M. komplexe Themen zu der Europa-Union. Sebastian Ramelli ist Jurist mit Spezialisierung auf das Europarecht und internationalem Recht. Er ist Mitglied des Rednerpools „Team Europe Direct“, der Vertretung der Europäischen Kommission in Deutschland und Lehrbeauftragter an der Universität des Saarlandes für Europarecht und europäische Integration. Selbstverständlich steht an jedem Termin genug Zeit für Fragen und kritische Diskussionen zur Thematik zur Verfügung. Eine Teilnahme an einzelnen Vorträgen ist auch möglich, ohne an anderen Vorträgen teilzunehmen.

**Vortrag**

**Was ist die EU – und was ist seit Juni mit dem Europäischen Parlament passiert?**

Wir verschaffen uns einen allgemeinen Überblick über die EU und ihre Institutionen, blicken auf die Ergebnisse der Europawahlen und analysieren, was diese für das Europäische Parlament bedeuten.

● **Kurs 9205A**

**Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.**

Mo. 23.09.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

**Vortrag****Die neue Europäische Kommission**

Seit dem Sommer wird in Brüssel an der Ernennung einer neuen Europäischen Kommission gearbeitet. Wer sind die beteiligten Akteure, und wie läuft das Verfahren ab? Welche Funktion und Bedeutung hat die Europäische Kommission?

● **Kurs 9205B**

*Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.*

Di. 22.10.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Europarat, Europäischer Rat, Rat der Europäischen Union – was hat es damit auf sich?**

Drei Räte spielen in Europa eine Rolle, aber nur zwei davon gehören zur EU. Wir lösen die verwirrende Terminologie auf und lernen, was es damit auf sich hat.

● **Kurs 9205C**

*Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.*

Mo. 02.12.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Wie entstehen EU-Gesetze?**

Nachdem wir in den ersten drei Veranstaltungen die grundlegenden Einrichtungen der EU kennengelernt haben, schauen wir im abschließenden Termin darauf, wie sie zusammenwirken, um auf Ebene der EU-Gesetze zu erlassen. Selbstverständlich steht an jedem Termin genug Zeit für Fragen und kritische Diskussionen zur Thematik zur Verfügung.

● **Kurs 9205D**

*Dipl.-Jur. Sebastian Ramelli, LL.M.*

Mi. 08.01.2025, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**EINZELVERANSTALTUNGEN****Vortrag****Was ist Permakultur?**

Dieser Vortrag bietet einen ersten kurzen Einblick in das komplexe Themengebiet der Permakultur. Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, erklärt, was Permakultur ist, und stellt die wichtigsten Planungswerkzeuge sowie einige zentrale Gestaltungselemente für den Permakultur-Garten vor. Mit dem Wissen aus diesem Vortrag wird es Ihnen möglich sein, die ersten Experimente auf der eigenen auch noch so kleinen Anbaufläche (Gärtnern auf 5 m<sup>2</sup>) zu wagen, um diese in ein artenreiches Gartenbiotop umzugestalten.

● **Kurs 9206**

*Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter*

Mi. 25.09.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

In Kooperation mit der Gemeinde  
Großrosseln

**Einzelveranstaltung****Musicaldinner**

Genießen Sie bei einer grandiosen Dinershow, mit den größten Broadway-Hits und weltbekannten Musical Melodien einen schönen Abend. Abgerundet wird der Tag von einem 4-Gang-Menü (auch vegetarisch erhältlich) mit regionalen Produkten. Genießen Sie einen aufregenden Musicalabend im historischen Jagdschloss Karlsbrunn. Vorkasse ist erforderlich.

● **Kurs 9207**

*N.N.*

Sa. 28.09.2024, 18:00 Uhr

(Einlass 17:00 Uhr)

Treffpunkt: Forstgarten Karlsbrunn

Gebühren (Ticket) wird bei der Anmel-

**Dozentinnen und Dozenten****SEBASTIAN RAMELLI**

*Diplom-Jurist, Master of Laws (LL.M.)*

» Sebastian Ramelli, LL.M., ist Jurist mit Spezialisierung auf dem Europarecht und internationalem Recht. Er ist Mitglied des Rednerpools „Team Europe Direct“ der Vertretung der Europäischen Kommission in Deutschland und Lehrbeauftragter an der Universität des Saarlandes für Europarecht und europäische Integration. «

dung mitgeteilt.

Anmeldungen bei Frau Sabrina Schantz,  
Fon 06898 449-0 im Rathaus Großrosseln

### Junge vhs

#### Kindertheater mit Eddi Zauberfinger

In diesem interaktiven Bewegungs- und Mitmachmusical geht es um den kleinen Eddi, der mit seinem Zauberdaumen unliebsame Hindernisse witzvoll aus dem Weg räumen kann. So auch einen Bürgermeister, der keinen Spielplatz baut. Gemeinsam werden er und seine Freunde in weiteren Erlebnisliedern zu Zirkusakteuren, Jetpiloten, Zauberwaldbewohnern und Astronauten. Schnell erkennt man die aktuellen Umweltbezüge in den eingängigen Ohrwürmern, die Dennis Ebert interpretiert. Am Ende greifen sogar noch die anwesenden Eltern ins Geschehen ein und beenden gemeinsam mit ihren Kindern das bewegungs- und hintergründige Familienmusical. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln durchgeführt

#### ● Kurs 9208

##### Denis Ebert

So. 29.09.2024, 14:00 – 16:00 Uhr

Jagdschloss Karlsbrunn

EUR 7,00 (5,00, Gebühren vor Ort/über Ticket Regional)

Anmeldungen bei Frau Sabrina Schantz,  
Fon 06898 449-0 im Rathaus Großrosseln

### Vortrag

#### Deutschland und seine Schutzgebiete

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in

diesem Vortrag näher eingegangen.

#### ● Kurs 9209

##### Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter

Mo. 18.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

### Gesprächskreis

#### Gesund älter werden

Was ist Altersdiskriminierung (in Englisch „AGEISM“)? Was heißt es, gesund alt zu werden? Was bedeutet ein Leben, das von Sinn und Würde geprägt ist? Was hindert die Älteren an der vollen Teilhabe an der Gesellschaft? Der Dialog ist ein starkes Mittel, um uns für Themen zu engagieren, die uns wichtig sind. Aktuell die Diskriminierung aufgrund des Alterns. Ein Gesprächskreis unter der Leitung von Esther Ribic, Präsidentin von EUROP'age soll den Austausch und die Diskussion zwischen den Betroffenen, uns Senioren, ermöglichen.

#### ● Kurs 9210

##### Esther Ribic

Mi. 06.11.2024, 17:30 – 19:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

### Vortrag

#### Hochbeet – nicht nur Männersache

Vom Hochbeetbau bis zum Bepflanzen des Hochbeets. Jetzt ist der richtige Zeitpunkt ein Hochbeet anzulegen. Es muss nicht immer teuer und kompliziert ein. Mit einfachen Mitteln, schnell und leicht zeige ich Ihnen den Weg zum eigenen Hochbeet.

#### ● Kurs 9211

##### Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

So. 10.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 14,00

### Workshop

#### Konditionierungen (Glaubenssätze) erkennen und auflösen

Wir alle unterliegen mehr oder weniger unseren Konditionierungen, die uns durchaus auch manchmal daran hindern, in unsere Kraft zu kommen oder uns bei unseren Vorhaben öfter mal im Wege stehen und uns, wie durch eine unsichtbare Macht hindern, weiterzugehen. Erkennen wir unsere negativen Konditionierungen und lösen dies auf, können wir voller Energie und Selbstvertrauen den Weg gehen, der unseren eigenen Bedürfnissen entspricht.

#### ● Kurs 9212

##### Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Sa. 08.02.2025, 10:00 – 15:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 34,00

### Vortrag

#### Ätherische Öle – der sekundäre Pflanzenstoff, der es in sich hat

Viele kennen ätherische Öle als Luftbedufter in Diffusern und Duftlampen, dabei steckt viel mehr in diesen Duftölen. Ätherische Öle lassen sich vielseitig einsetzen, ob in Kosmetika oder sogar in der Küche. Kommen Sie mit mir auf die faszinierende Reise in die Welt der ätherischen Öle.

#### ● Kurs 9213

##### Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin

So. 09.03.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 14,00

**Vortrag****Die Grossregion (la Grande Région), in der wir hier leben**

Mehr als 11,5 Millionen Bürger leben in der Großregion, dem europäischen Raum im Herzen Europas, der sich über mehr als 65.000 Quadratkilometer, von der Wallonie in Belgien nach Rheinland-Pfalz, zum Saarland, nach Lothringen und zum Großherzogtum Luxemburg erstreckt. Er kennzeichnet sich durch die grenzüberschreitende Zusammenarbeit auf politischer, wirtschaftlicher und kultureller Ebene. Welche Bedeutung hat die Großregion? Welche Zusammenhänge – geschichtlich und geographisch – verbinden uns, wo gibt es Unterschiede zwischen den einzelnen Teilregionen? In dem Vortrag wird Wissenswertes über die Großregion vermittelt.

● **Kurs 9214**

**Birgit Grandhomme, EUROP'age Saar-Lor-Lux e. V. Vorstandsmitglied**  
Mi. 13.11.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler  
gebührenfrei

**Vortrag****Christlicher Glaube katholischer Prägung**

Christinnen und Christen glauben an Gott, Vater, Sohn und Heiligem Geist. Sie glauben, dass sie zum Leben befreit, sind durch den Gott, der Himmel und Erde geschaffen hat, durch den Sohn, der die Versöhnung mit Gott erwirkt und die Hoffnung auf ein ewiges Leben schenkt und durch den Heiligen Geist, der sie teilhaben lässt am Leben in und mit Gott. In dem Vortrag soll unternommen werden, den christlichen Glauben katholischer Prägung in kurzer und gebündelter Form vorzustellen. Herzliche Einladung zu einer Rundreise über die wichtigsten christli-

chen Glaubensinhalte aus katholischer Sicht.

● **Kurs 9215**

**Patrik Altmeyer, kath. Pfarrer**  
Do. 14.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

**Vortrag****Christlicher Glaube evangelischer Prägung**

Christinnen und Christen glauben an Gott, Vater, Sohn und Heiligem Geist. Sie glauben, dass sie zum Leben befreit, sind durch den Gott, der Himmel und Erde geschaffen hat, durch den Sohn, der die Versöhnung mit Gott erwirkt und die Hoffnung auf ein ewiges Leben schenkt und durch den Heiligen Geist, der sie teilhaben lässt am Leben in und mit Gott. In dem Vortrag soll unternommen werden, den christlichen Glauben katholischer Prägung in kurzer und gebündelter Form vorzustellen. Herzliche Einladung zu einer Rundreise über die wichtigsten christlichen Glaubensinhalte aus protestantischer Sicht.

● **Kurs 9216**

**Horst Gaevert, ev. Pfarrer**  
Do. 28.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

**Workshop****(Paar)Beziehung, die gelingt**

Als Paar aktiv eine glückliche Beziehung gestalten. In eurer Beziehungen ist es oft nicht leicht, trotz guter Vorsätze, die Beziehung lebendig und aktiv zu halten? Euer Alltag – sei es mit oder ohne Kindern – erfordert ein Funktionieren, sodass wenig Raum für die Zeit bleibt, die ihr gemeinsam, als Paar gestalten könnt? Und kommt obendrein es bei euch in

**Dozentinnen und Dozenten**

**CLAUDIA A. VERHOEVEN**  
Dozentin für Psychotherapie

» Bei meiner Tätigkeit an der vhs ist es für mich von großer Bedeutung, die Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit, so wie sie sind, bedingungslos anzunehmen. Mit Vorträgen, Kursen und Workshops zum Thema Hochsensibilität helfe ich Betroffenen, die positiven Seiten mehr zu leben und mit den „negativen“ Seiten besser umgehen zu lernen. Außerdem ist es mir wichtig, Eltern, Partner, Lehrer, Erzieher, Freunde usw. zu informieren, was Hochsensibilität ist, und so mehr Verständnis zu erreichen. Des Weiteren biete ich verschiedene Entspannungskurse und Workshops für mehr Gelassenheit an. Gerade in unserer heutigen schnelllebigen Zeit sowie in der momentanen Krisensituation ist es wichtiger denn je, ruhig und gelassen zu bleiben. Ich freue mich, Sie begleiten zu dürfen, auf dem Weg zur inneren Ruhe. «

stressigen Situationen häufig zu Kommunikations-Herausforderungen und dadurch zu Konflikten? Wie ihr solche Situationen meistert und eure Beziehung gelingt? Die Antwort werdet ihr nicht im Workshop vorgegeben bekommen, sondern werdet sie selbst erarbeiten. Am Ende werdet ihr gemeinsam eine Basis erarbeitet haben, wie für euch eure Beziehung gelingen kann und wie ihr Konflikt-Situationen besser meistern könnt.

● **Kurs 9217**

**Dr. Natalie Fuß**

Sa. 30.11.2024, 10:00 – 13:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 20,00

**PowerPoint-Präsentation**

**Trüffelbau im Saarland**

Welche Möglichkeiten gibt es für den Trüffelbau? Was ist dabei zu beachten? Welche Hindernisse können auftreten? Die Dozentin informiert Sie über das Thema Trüffelbau und beantwortet Ihre Fragen dazu.

● **Kurs 9218**

**Gabi Wenk, Forschungsgruppe Hypogäen**

Mi. 15.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Die Nebenkostenabrechnung**

Welche Kosten dürfen vom Vermieter auf den Mieter umgelegt werden? – Was sind die Voraussetzungen? Formelle Voraussetzungen, Fristen, Verjährung der Nachforderung, Verjährung der Rückforderung.

● **Kurs 9219**

**Hartmut W. Dörner, Rechtsanwalt**

Di. 24.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Mittelasien – Zentraler Konflikt Raum im globalen Schachspiel**

Was ist so bedeutsam an diesen weiten Räumen zwischen Russland, China, Indien usw.? Welche Position hat dieser Raum im großen globalen Schachspiel? Die geostrategischen Interessen und Konflikte dort erörtert der Politikwissenschaftler Edgar Werner Müller, der 2013 eine Gastprofessur an der Zhongnan-Universität innehatte.

● **Kurs 9220**

**Edgar Werner Müller,**

**Geograph und Politikwissenschaftler**

Mo. 11.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**Workshop**

**Ein entspanntes Weihnachtsfest**

Viele Menschen haben an Weihnachten sehr hohe Erwartungen, an sich selbst, sowie an alle anderen Familienmitglieder. Durch die hohen Erwartungen setzen wir uns selbst und die anderen unter Druck. Zum einen werde ich Ihnen einige Entspannungstechniken mit an die Hand geben um, gelassen und ruhig in jeder Situation zu bleiben und zum anderen werde ich mit Ihnen herausfinden, wie Sie sich ein schönes Weihnachtsfest wünschen und wie das im Einklang mit den Wünschen der Familie möglich ist.

● **Kurs 9221**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für**

**Psychotherapie**

Di. 03.12.2024, 19:00 – 21:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 12,00

**Workshop**

**Anleitung für die Rauhächte**

Die Rauhächte sind die ideale Zeit zur inneren Ruhe zu finden. Diese magischen Nächte finden vom 25.12. – 06.01. statt und spiegeln uns das kommende Jahr, durch unsere Träume wieder. Wer sich auf die magische Reise, der 13. Wünsche, der inneren Einkehr und der Bedeutung alter germanischer Bräuche für das neue Jahr einlassen möchte, ist in diesem Workshop genau richtig.

● **Kurs 9222**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Di. 17.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 17,00

**Veranstaltungsreihe**

**„Politische Theorie“**

**Vortrag**

**Politische Theorien I**

Mit einer Reihe von problembezogenen Betrachtungen analysiert der ehemalige Gastprofessor für Politikwissenschaft an der Zhongnan-Universität Edgar Werner Müller gängige politische Begriffe, beginnend mit der Unterscheidung der Begriffe: progressiv-konservativ-traditionalistisch, die wesentlich die Auseinandersetzung der letzten hundert Jahre geprägt haben, und die noch heute die Sitzordnung in den Parlamenten bestimmen. Welche Haltungen und Konzepte stehen dahinter? Ist der Neopopulismus die reaktionäre Antwort darauf?

● **Kurs 9223**

**Edgar Werner Müller,**

**Geograph und Politikwissenschaftler**

Mo. 06.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**Vortrag****Politische Theorien II**

Weltordnungskonzepte und die Wahrung des Friedens. Bis zum 400sten Jahrestag des Westfälischen Friedens vom 14. Oktober 1648 sind es noch 30 Jahre hin, aber vor vier Jahrhunderten begann am 23. Mai mit dem Prager Fenstersturz der Zusammenbruch der bekannten Weltordnung. Welche Weltordnungskonzepte konnten oder sollten den Frieden vorher oder seitdem sichern? Mit welchem Erfolg? War das religiöse Denken als Ursache aller Feindschaft überwunden? Traten andere Ideologien an ihre Stelle? Wie lassen sich heutige Umbrüche einordnen, und gerät die Welt aus den Fugen? Mit einer groben Übersicht über die bisher bedeutsamen Weltordnungskonzepte stellt sich der Referent, diesen Betrachtungen.

● **Kurs 9223A**

**Edgar Werner Müller,**  
*Geograph und Politikwissenschaftler*  
Mo. 13.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

**Vortrag****Politische Theorien III**

Entwicklungstheorien. Deutschland geht es gut. Als Nachfolger der britischen Industrialisierung und auferstanden aus Ruinen zweier Weltkriege hat es sich entwickelt. Nach 1945 und mit der Gründung der UNO hatte man sich vorgenommen, auch die damalige „Dritte Welt“ zu entwickeln. Was ist daraus geworden? Welche Konzepte haben sich wo und unter welchen Umständen bewährt? Mit einem Überblick über die einschlägigen Entwicklungstheorien und ihrer Umsetzung erörtert der Referent die Ergebnisse der Bemühungen von 70 Jahren.

● **Kurs 9223B**

**Edgar Werner Müller,**  
*Geograph und Politikwissenschaftler*  
Mo. 20.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

**Vortrag****Probleme zwischen Mieter und Vermieter**

Anhand eines Mustermietvertrages werden die wesentlichen Rechte und Pflichten der Mietvertragsparteien veranschaulicht. Insbesondere: Gegenstand des Mietvertrages, Zahlungspflichten, Mietmängel und Minderungsgründe, Kündigungsform und -fristen, Kautions-, Nebenkosten und ordnungsgemäße Abrechnung, Mieterhöhung etc.

● **Kurs 9224**

**Hartmut W. Dörner, Rechtsanwalt**  
Di. 14.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

**Vortrag****Waldschutz**

Der Vortrag liefert Antworten auf folgende Fragen: Was ist eigentlich Wald? Wie kann man ihn bestmöglich schützen? Und warum ist er in Gefahr? Ferner stellt er zentrale Waldschutzmaßnahmen vor, vermittelt Grundlagenwissen zu den verschiedenen Ökosystemleistungen des Waldes, seinem Strukturreichtum und warum Wälder so wichtig für Klima- und Naturschutz sind.

● **Kurs 9225**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**  
Mi. 22.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

**Dozentinnen und Dozenten**

**EDGAR WERNER MÜLLER**  
*Geograph und Politikwissenschaftler*

» Ich gehöre zu jenen, die die längste Zeit im Leben in verschiedensten Rollen und Positionen unterrichtet haben und es auch im Alter nicht lassen können.

Was mich antreibt ist die beständige Suche nach dem ganzen Bild in einer Welt, die überflutet ist von inflationärer Information, die oft mehr falsch als richtig erscheint, weil sie tagesaktuell fraktioniert und ohne den interessengeleiteten Kontext daherkommt.

Gerade die Volkshochschule ist der Ort, Gesamtzusammenhänge zu erörtern, ohne den formalen Druck von Ausbildungsrichtlinien. «

**Vortrag****Chinas politische Entwicklung**

Von der Sklavenhaltergesellschaft über Feudalismus, Kolonialismus und Maoismus zur Einparteiendiktatur mit Konsumfreiheit. Das Kaiserreich China ist schon etwa 300 Jahre vor seiner Einigung durch Chin Shihuangdi und bis zu seinem Zerfall 1911 geprägt durch die Lehren des Konfuzius, die heute wieder eine Renaissance erleben. Die Gesellschaftsordnung dagegen erlebte durch Umstürze und Eroberungen immer wieder Veränderungen. Wohin steuert das Riesenreich heute. Der Referent hat das Land seit 1986 immer wieder bereist und hatte Gastprofessuren an der Zhongnan- und Wuhan-Universität inne.

● **Kurs 9226**

**Edgar Werner Müller,**

**Geograph und Politikwissenschaftler**

Mo. 10.03.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**Vortrag****Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht und Patientenverfügung**

Informationsveranstaltung der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht und Patientenverfügung. Angesprochen werden unter anderem folgende Fragen: Was bedeutet rechtlich Betreuung und wem hilft sie? Wie kann ich selbst bestimmen, wer für mich entscheiden soll, wenn ich es selbst nicht mehr kann? Die TeilnehmerInnen erhalten kostenlos ein Exemplar bzw. Vordrucke des Justizministeriums des Saarlandes (Vorsorgevollmacht).

● **Kurs 9227**

**Markus Mertes-Jacob, Mitarbeiter der  
Betreuungsbehörde des Regionalverbandes**

**Saarbrücken**

Do. 21.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**PowerPoint-Präsentation****Mit dem Fahrrad unterwegs in Bayern**

Der Referent stellt in seinem PowerPoint-Vortrag aus eigener Erfahrung empfehlenswerte Radtouren in Bayern vor, die sich als Kurzurlaube für die Dauer einer Woche anbieten. Er geht auf mögliche Organisationsformen ein (allein, Gruppe, individuell, geführt, Rundreise, Sternfahrt, Anreise, eigenes oder Leihrad), bewertet den Schwierigkeitsgrad sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege, und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges

● **Kurs 9228**

**Werner Michaltzik**

Fr. 20.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**PowerPoint-Präsentation****Unbekannter Bodensee – Geheimtipps für den Urlaub**

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau – Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt jeder. Aber was sagen Ihnen Fridingen, Liggeringen, Büsingen, Schienen oder Baitenhausen? Unser Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● **Kurs 9229**

**Werner Michaltzik**

Fr. 17.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**PowerPoint-Präsentation****Sylt und Helgoland**

Deutschlands nördlichste Insel, 40 km Sandstrand, 280 km Radwege, 33% Naturschutzgebiete, wenige Einheimische und bis zu 1 Million Gäste – warum ist Sylt als Urlaubsziel so beliebt? Was Sylt seinen BesuchernInnen bietet, zeigt dieser Bildvortrag: ein lebendig-urbanes Westerland, typisch friesische Dörfer, viel Landschaft und ein weiter Himmel – all das und noch viel mehr Bekanntes und Unbekanntes, verbunden mit vielen Informationen zu Land und Leuten und ergänzt mit einem Ausflug nach Helgoland, Deutschlands einziger Hochseeinsel, die man auch einmal gesehen haben sollte.

● **Kurs 9230**

**Werner Michaltzik**

Fr. 08.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Haushaltsauflösung – mehr Geld verdienen mit richtiger Organisation und Planung**

Tipps, wie Sie mit Dingen, die von Ihnen nicht gebraucht werden, Geld machen können. Eine Haushaltsauflösung kann weit mehr sein als nur die Kosten produzierende Beauftragung einer Entrümpelungsfirma oder ein improvisierter Wohnungsflohmarkt. Der Vortrag zeigt Möglichkeiten und Strategien bei der Verwertung von Haushaltsauflösungen oder Nachlässen Kosten deutlich zu reduzieren und sogar Geld verdienen zu können.

● **Kurs 9231**

**Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Di. 21.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag****Erfolgreich auf dem FLOHMARKT handeln**

Seit Jahren ist die Teilnahme an Flohmärkten, sei es als Besucher oder als (Hobby-)Händler eine beliebte Freizeitbeschäftigung geworden. Typisch für viele Flohmärkte ist die qualitative und quantitative Bandbreite der angebotenen Waren. Neben den üblichen Wochenendflohmärkten haben sich auch Spezialmärkte etabliert, die sich mit einem speziellen Warenangebot an einen interessierten Kundenkreis richten. Flohmärkte sind für Manchen aber mittlerweile mehr als nur ein Hobby oder Zeitvertreib. Der eine verdient sich gerne ein paar Euro dazu, der andere möchte etwas gebraucht erwerben, was als Neuware nicht mehr zu haben ist oder als ein Neukauf schlicht zu teuer ist. Wie überall gibt es auch bei Flohmärkten gewisse – auch rechtliche – Spielregeln, die man kennen und beachten muss, um als Kunde oder Händler erfolgreich zu agieren und vor Enttäuschungen bewahrt zu werden. Der Vortrag gibt Ihnen dazu Infos, Tipps und Ratschläge rund um das Thema „Flohmarkt“.

● **Kurs 9231A****Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Di. 26.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Bildvortrag****Das Saargebiet – ein Land für 15 Jahre Vorgeschichte und Folgen der ERSTEN SAARABSTIMMUNG am 13. Januar 1935**

Nach den vom Deutschen Reich widerspruchslos zu akzeptierenden Bedingungen des Versailler Vertrages wurde das als „Saargebiet“ bezeichnete Land für die Dauer von 15 Jahren vom Reichsgebiet

abgetrennt und unter die Verwaltung des Völkerbundes gestellt. Danach sollte im Rahmen einer Volksabstimmung über das weitere Schicksal des Saargebiets und seiner Bewohner entschieden werden. Das Ergebnis dieser Abstimmung ist bekannt ... 2025 jährt sich dieses Ereignis zum neunzigsten Mal und das gibt Anlass diesen bewegten Zeitabschnitt unserer Landesgeschichte, der weit mehr als eine Fußnote in der deutschen Geschichte im 20. Jahrhundert ist, thematisch aufzugreifen und sich damit auseinander zu setzen. Im Anschluss steht der Referent für Fragen zur Verfügung.

● **Kurs 9231B****Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Di. 07.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

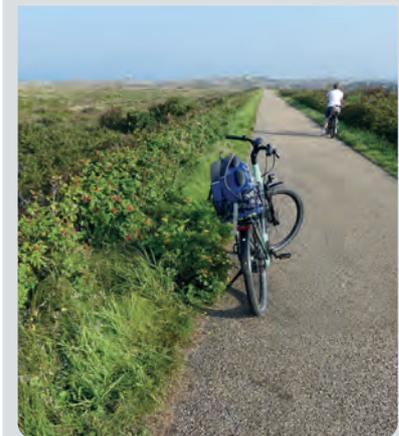
EUR 5,00

**Bildvortrag****Die Entdeckung der Welt – Reisen ins Ungewisse – Die Seefahrer**

Die erste Mondlandung hat sich vor gerade mal etwas mehr als 50 Jahren ereignet und in unseren Tagen werden bereits unbemannte Mars Expeditionen durchgeführt. Aufbruch der Menschheit zu neuen Welten also ... Dabei vergessen wir schnell, wie wenig Zeit bis heute vergangen ist seit den ersten dokumentierten bahnbrechenden Entdeckungen und Erkenntnissen zu Form und Vielfalt unserer Erde. Noch nicht einmal 500 Jahre sind seit der ersten Weltumsegelung vergangen und der so genannte fünfte Kontinent, Australien, wurde vom europäischen Standpunkt aus betrachtet vor gerade erst 250 Jahren entdeckt. Dieser Vortrag will an die Leistungen und Motive einiger der Männer erinnern, die mit ihren Fahrten maßgeblich das Wissen um unsere Erde beeinflusst haben. Erinnert

**Dozentinnen und Dozenten****WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



wird hierbei an Vasco da Gama, Magellan, Christoph Kolumbus, James Cook und nicht zuletzt Thor Heyerdahl, der mit seinen beiden berühmten maritimen Expeditionen im 20. Jahrhundert „Kontiki“ und „Expedition RA“ weltweites Aufsehen erregte.

● **Kurs 9231C**

**Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Di. 05.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Hochsensibilität und Burnout**

Sind vor allem Hochsensible von einem Burnout betroffen? Oder betrifft es auch Nicht- Hochsensible? Was kann ich tun, um ein Burnout zu vermeiden bzw. nie wieder in ein Burnout zu rutschen? Wie kann ich meine Gedanken verändern um auch in stressigen Situationen gelassen zu bleiben? Oder ist es an der Zeit, mein Leben komplett zu überdenken und endlich das zu tun was mich erfüllt?

● **Kurs 9232**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Do. 16.01.2025, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Workshop**

**Der Umgang mit schwierigen Menschen**

Jeder von uns kennt sie, den cholerischen Chef oder Nachbar, die streitsüchtige Kollegin, die eifersüchtige Cousine, der narzisstische Vater, ... Wir sollten uns bewusst machen, dass sich unsere Mitmenschen nun mal nicht über Nacht ändern, nur weil wir es gerne möchten. Die Neurosen unserer Familienmitglieder und Mitmenschen bleiben bestehen. Wir

können sie nicht ändern, aber wir können uns und unsere Sichtweise ändern. Nur indem wir uns ändern, können wir eine Änderung im Außen erreichen.

● **Kurs 9233**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Sa. 25.01.2025, 10:00 – 15:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 28,00

**Vortrag**

**Usambara-Berge – Tansanias deutscher Osten**

Wer kennt sie nicht, die samtigen kleinen Zimmerpflanzen mit dem goldenen Knopf in der Blüte? Ihre Heimat sind die Urwälder der Usambara-Berge in Tansania und diese Berge und Hügel mit ihren vulkanischen Böden und dem angenehmen Klima waren auch die neue Heimat vieler deutscher Auswanderer, die dort Ende des 19. Jh. in der Kolonie Deutsch-Ostafrika ein Zuhause fanden. Im kühlen und von Malaria freien Höhenklima rodeten sie die Urwälder im großen Stil, legten Plantagen an, bauten Farmen und sogar in „Wilhelms-Tal“ ein Städtchen zur Sommerfrische. Nach dem 1. Weltkrieg war diese Zeit zwar schon wieder vorbei, aber noch heute kann man auf den vielen kleinen Parzellen in dieser wunderbaren Landschaft fruchtbare Gemüsefelder sehen, die sehr an die deutsche Landwirtschaft der 60-iger Jahre erinnern.

● **Kurs 9234**

**Marita Rings-Kleer**

Di. 12.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Tiere im Haushalt – Fragestellungen und Denkanstöße für eine gelungene Mensch-Tier-Beziehung**

Die Gründe, warum Menschen Haustiere halten und sich dabei mal für diese mal für jene Tierart entscheiden, sind so vielfältig wie die Menschen selbst. Damit aber ein harmonisches Zusammenleben zwischen Menschen und Tier möglich ist, sollten sich die Menschen, bei denen die Verantwortung für das Gelingen dieser „Partnerschaft“ liegt, vorab einige wichtige Fragen stellen und erst dann den entscheidenden Schritt tun und das gewünschte Tier anschaffen oder vielleicht ein anderes wählen oder gegebenenfalls von der Haltung eines Tieres Abstand nehmen. Unstreitig ist, dass die Haltung von Tieren das Leben von Menschen beträchtlich bereichern und mit Freude erfüllen kann. Dabei muss aber klar sein, dass die Haltung von Tieren auch mit dauernden, teils langjährigen Pflichten verbunden ist, deren Erfüllung maßgeblich das Wohl des Tieres beeinflussen. Angesprochen werden in dem Vortrag unter anderem Themen wie die Kriterien, nach denen ein Tier ausgesucht werden sollte, Kosten der Tierhaltung, Krankheit und Tod des Tieres und nicht zuletzt die Trauerarbeit nach dem Verlust eines Hausgenossen. Im Anschluss steht der Referent für Fragen gerne zur Verfügung.

● **Kurs 9235**

**Manfred Bender, Antiquariat Bender**

Di. 18.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Nachhaltige Kleidung und Schuhe**

Deutsche Verbraucher kaufen im Durchschnitt 60 Kleidungsstücke pro Jahr.

Getragen werden sie aber nur noch halb so lange wie vor 15 Jahren. Der Vortrag geht darauf ein, welche verheerenden Folgen die Fast Fashion-Industrie für Menschen und Umwelt hat, wie groß der Ressourcenverbrauch und der Einsatz von Chemikalien sind und wie katastrophal die Arbeitsbedingungen sind. Ferner erfahren Sie, wie Sie Kleidung nachhaltig tragen und konsumieren können.

● **Kurs 9236**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Do. 20.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Wie hängen Klima- und Naturkrisen zusammen?**

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.

● **Kurs 9237**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 07.03.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Vortrag**

**Sicherheit und Gefahren bei der Gartenarbeit**

Eigentlich eine profane einfache Arbeit, oder? Haben Sie beim Graben feste durchtrittsichere Schuhe an? Verwenden Sie elektrische Heckenscheren mit FI-Schalter? Hat Ihre Heckenschere einen Astabweiser? Verwenden Sie beim Hoch-Entasten eine standfeste Leiter mit breiten Füßen? Alle-

samt bergen diese und andere Arbeiten Gefahren, denen man begegnen kann. Das „gewusst wie“ (und noch viel mehr) erfahren Sie bei diesem Vortrag.

● **Kurs 9238**

**Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Fr. 21.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**Veranstaltungsreihe: Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt**

Vorbemerkungen: Die TeilnehmerInnen erhalten in zwei Vorträgen Einblicke in die Welt des Wassers. Dabei wird auf die Entwicklungsstufen genauso eingegangen wie auf die verschiedenen Arten. Selbstverständlich gehört bei jedem Vortrag ein Lichtbildvortrag dazu. Die Vorträge sind in sich abgeschlossen und eine Teilnahme ist unabhängig von der Teilnahme an allen Vorträgen möglich. Die Veranstaltungsreihe wird in Kooperation mit dem WasserZweckVerband Warndt durchgeführt.

**Vortrag**

**Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt (Teil 1/Einführung)**

Einführung in die Thematik/Was ist Trinkwasser. Die Qualität unseres Trinkwassers: charakteristische Eigenschaften, Testate und Gutachten. Wegen der eingeschränkten Anzahl von Sitzplätzen ist eine vorherige Treffpunkt: Betriebsgebäude des Wasserzweckverbandes Warndt, Am Bürgermeisteramt 1, 66333 Völklingen-Ludweiler

● **Kurs 9240**

**Tobias Speicher, Betriebsleiter**

Mo. 14.10.2024, 17:30 – 19:30 Uhr

Treff: Betriebsgebäude des Wasserzweckverbandes Warndt, Ludweiler gebührenfrei

**Vortrag mit Besichtigung**

**Lebensmittel Wasser – ein Warndtprodukt (Teil 2/Die Wassergewinnung)**

Grundlagen/Wasserkreislauf und Niederschläge/Das Grundwasser/Die Wasserbilanz im Warndt/Grundwasserneubildung und Grundwasserangebot Die natürliche Bodenreinigung/Das Wasserschutz-gebiet/ Technische Maßnahmen/Die Grundwasserbeschaffenheit.

● **Kurs 9240A**

**Tobias Speicher, Betriebsleiter**

Di. 15.10.2024, 17:30 – 19:30 Uhr

Treff: Betriebsgebäude des Wasserzweckverbandes Warndt, Ludweiler gebührenfrei

**Vortrag**

**Richtig vererben, verschenken – Steuern sparen**

Der Vortrag beschäftigt sich mit zwei Dingen, denen der Mensch nicht entgegen kann: Tod und Steuern. Rechtsanwalt Daniel Jung – Fachanwalt für Erb- und Steuerrecht – stellt die gesetzliche Erbfolge dar, erläutert, welche Möglichkeiten man bei der Testamentserstellung hat und wie man das Testament wirksam und rechtssicher abfassen kann. Auch das Pflichtteilsrecht wird erläutert. Außerdem erklärt RA Daniel Jung, wie Vermögen zu Lebzeiten übertragen werden kann und wie die Übertragenden sich absichern können. Er geht ferner auf Erbschafts- und Schenkungssteuer ein, bzw. darauf, wie man sie vermeiden oder geringhalten kann.

● **Kurs 9241**

**Daniel Jung, Rechtsanwalt**

Di. 29.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### Vortrag

#### Die Klimaänderung und ihre regionalen Auswirkungen am Beispiel des Warndt

Temperaturrekorde, Hitzewellen, Trockenheit, Starkregenereignisse, Überflutungen Die Folgen der globalen Klimaänderung beeinflussen bereits deutlich unsere gesamte Lebenswelt. Welche Effekte zeigen sich in der Atmosphäre, den Gewässern und Böden? Was geschieht im Wald und in unseren Siedlungsräumen? Und was können wir tun, um diese Entwicklung nachhaltig zu bremsen? Der Vortrag thematisiert Faktoren des lokalen Wettergeschehens sowie Ursachen der Klimaänderung und deren Auswirkungen auf unsere Umwelt am Beispiel des Warndts.

#### ● Kurs 9242

Jürgen Krisam,

**M.Sc. Umweltwissenschaften**

Fr. 22.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### Vortrag

#### Die Abwasserbeseitigung im Warndt

Der Vortrag bietet einen Einblick in die Abwasserbeseitigung im Warndt. Neben der Organisation und Technik der Abwasserbehandlung werden auch ökologische Aspekte dargestellt. Inhalte: Kernaufgaben der Siedlungswasserwirtschaft; Herkunft und Zusammensetzung des Abwassers; Mikroschadstoffe im Abwasser; Die Kläranlagen im Warndt; Grenzüberschreitende Abwasserreinigung; Technik der Abwasserbehandlung; Gewässerschutz im Warndt – Die Rossel und ihr ökologischer Zustand; Gewässerschutz beginnt im

Haushalt; Einfluss des Klimawandels.

#### ● Kurs 9243

Jürgen Krisam,

**M.Sc. Umweltwissenschaften**

Do. 30.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### PowerPoint-Präsentation

#### Bienen: das sollte jeder wissen

Dass Bienen Insekten sind, den Menschen Honig liefern und dafür sorgen, dass wir reichlich Früchte ernten können, weil sie die Blüten der Pflanzen bestäuben, wissen die meisten Menschen. Einzelheiten zu ihrem Körper, zu ihrem Lebensraum, ihrem Alltag, ihrer Ernährung und zu den verschiedenen Arten kennen dagegen viele Menschen nicht. In der PowerPoint-Präsentation erhalten die TeilnehmerInnen Antworten auf diese Fragen und sonstiges Wissenswertes über die Bienen.

#### ● Kurs 9244

Josef Ruschel

Mo. 17.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### Diavortrag

#### Schmetterlinge: das sollte jeder wissen

Dass Schmetterlinge von Blume zu Blume flattern, um Nahrung zu suchen, wissen die meisten Menschen. Auch dass sie zu den Insekten zählen, meistens einen kleinen, dünnen Körper mit vier großen, oft farbigen oder bunten Flügeln haben. In dem DiA-Vortrag wird auf viele Einzelheiten um die Schmetterlinge eingegangen, unter anderem: Welche Arten von Schmetterlingen gibt es? Wo leben Schmetterlinge? Wie vermehren sich Schmetterlinge? Wie wird aus der Raupe ein Schmetterling? Was bedeuten die

Flügelmuster? Was fressen Schmetterlinge? Wie lange leben sie und was machen sie im Winter? Was sind die Feinde der Schmetterlinge? Welche Phasen durchläuft der Schmetterling während seines Lebens? Wo gibt es keine Schmetterlinge?

#### ● Kurs 9245

Roland Summkeller

Mo. 24.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### Vortrag mit Präsentation

#### Verhaltenstipps nach Verkehrsunfall

Fast jeder war schon in einen Verkehrsunfall verwickelt. Nach dem ersten Schock und hoffentlich ohne größere Verletzungen sind viele jedoch unsicher und zurückhaltend hinsichtlich juristischer Fragen und des weiteren Vorgehens. Interessante und hilfreiche Tipps nach einem Verkehrsunfall mit dem Kraftfahrzeug: Wie verhalte ich mich gegenüber dem Unfallgegner? Aus Sicht des Schädigers. Aus Sicht des Geschädigten Wie verhalte ich mich gegenüber der Versicherung? Ist ein Gutachter immer sinnvoll? Welche Rechte und Pflichten habe ich? Was gilt beim Thema Anwalt? ... und natürlich gerne Fragen aus dem Publikum.

#### ● Kurs 9246

Dipl.-Ing. Torsten Bellmann

Mo. 25.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
 Alte Schule Naßweiler  
 EUR 5,00

### Wochenendseminar

#### Brandschutz im Alltag

In dem Seminar werden die TeilnehmerInnen darüber aufgeklärt, was unter „Brandschutz“ zu verstehen ist. Welche Gesetze und Vorschriften sind zu beachten? Wo gibt es Rauchmelder zu kaufen? Worauf ist beim Kauf zu achten?

Was bedeuten die Prüfzeichen? Wer ist für die Installation verantwortlich? Wo muss die Installation erfolgen? Wie erfolgt die richtige Montage? Welche Arten von Feuerlöschern gibt es? Welche Vor- und Nachteile haben die einzelnen Löscher? Wie funktioniert ein Feuerlöscher? Welche Prüffintervalle sind vorgesehen? Zudem können die TeilnehmerInnen selbst die Handhabung eines Feuerlöschers in der Praxis üben.

● **Kurs 9247**

**Wendelin Reichert,**  
*stellv. Gemeindeführer*

Sa. 01.02.2025, 15:00 – 17:00 Uhr  
Feuerwache Ost der FFW Grosssels, LB Ost  
gebührenfrei  
*Anmeldung bis 24.01.2025 erforderlich*

### Veranstaltungsreihe: Frankreich

Frankreich – unseren direkten Nachbarn – besser kennen zu lernen – das ist Ziel einer Veranstaltungsreihe, die sich in zwei Terminen mit den Themen Geschichte, Land und Leute und Weltweit beschäftigt. Die Termine können unabhängig voneinander besucht werden.

**Vortrag**

#### Frankreich – Geschichte

Im ersten Teil der Veranstaltungsreihe wird den Teilnehmern die Geschichte von Frankreich erklärt.

● **Kurs 9249**

**Karsten Deetz**

Mi. 20.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

**Vortrag**

#### Frankreich – Land und Leute

Im zweiten Teil der Veranstaltungsreihe erfahren die TeilnehmerInnen etwas über das Land und die Bevölkerung im Allgemeinen.

● **Kurs 9249A**

**Karsten Deetz**

Mi. 27.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

**Vortrag**

#### Ratgeber Rentensteuer

Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Immer häufiger wird im Ruhestand die Steuererklärung Pflicht. Doch Freibeträge und Pauschalen helfen die Steuerlast zu begrenzen oder zu vermeiden. Bei diesem Vortrag erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung. Sie erfahren mehr über alle Steuererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag, Vorsorgeaufwendungen, Handwerkerleistungen, außergewöhnliche Belastungen, etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung, Wachstumschancengesetz, Entlastungspakete der Regierung, Energiepreispauschale, Doppelbesteuerung, ...) sind lohnendes Wissen. Der Vortrag endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 9250**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter  
Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetsweiler**

### Dozentinnen und Dozenten



**DANIEL JUNG**

*Rechtsanwalt, Fachanwalt  
für Erb-, Steuer- und Medizinrecht*

» Daniel Jung, Jahrgang 1976, Rechtsanwalt seit 2002 in Neunkirchen (Rechtsanwälte Halm & Presser), Fachanwalt für Erb-, Steuer- und Medizinrecht, ist seit über 20 Jahren als Dozent für die Volkshochschule des Regionalverbands tätig. Er hält Vorträge zu rechtlichen Themen, z. B. zur Erstellung von Testamenten, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen, Steuer- und Vereins- und Nachbarschaftsrecht. «

Do. 23.01.2025, 18:00 – 20:15 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 8,00

### Veranstaltungsreihe: Afrika

#### Vortrag

#### Afrika I (Geschichte, Land und Leute)

Im ersten Teil der Veranstaltungsreihe wird den TeilnehmerInnen insbesondere die Geschichte Afrikas erklärt. Außerdem werden Fotos von einer Reise durch Nordafrika gezeigt und erläutert. Eine Teilnahme ist auch möglich, ohne an Teil 2 teilzunehmen.

#### ● Kurs 9251

#### Karsten Deetz

Mi. 12.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

#### Vortrag

#### Afrika II (von Westafrika bis Namibia)

Im zweiten Teil der Veranstaltungsreihe werden den TeilnehmerInnen Fotos von einer Reise von Westafrika bis nach Namibia gezeigt und erläutert. Eine Teilnahme ist auch möglich, ohne an Teil 1 teilgenommen zu haben.

#### ● Kurs 9251A

#### Karsten Deetz

Mi. 19.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

#### Vortrag

#### Nachbarschaftsrecht

Streitigkeiten zwischen Nachbarn beschäftigen – Jahr ein, Jahr aus – die Gerichte. Themen: Grillen, Lärmbelästigungen und Bauarbeiten auf dem Nachbargrundstück, Zustimmung des Nachbarn zu einem Bauvorhaben. Was ist bei einem Überbau zu beachten? Abstände von Bäumen, Pflan-

zen und Sträuchern zum Nachbargrundstück, überhängende Äste und Laubfall vom Nachbargrundstück, Kosten für die Festlegung der Grundstücksgrenze, Beleidigungen und Provokationen von Nachbarn und Gegenmaßnahmen, Installation einer Überwachungskamera: was ist zu beachten? Die TeilnehmerInnen erhalten ein Skript.

#### ● Kurs 9252

#### Daniel Jung, Rechtsanwalt

Do. 10.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

#### Wochenendkurs

#### Erste Hilfe in allen Lebenslagen

Den TeilnehmerInnen werden Grundbegriffe der Ersten Hilfe erklärt. Sie lernen sie im Alltag und allen Lebenslagen bei Erwachsenen und Kindern anzuwenden. Dazu gehört auch der Umgang mit einem Defibrillator. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Kenntnisse aus früheren Erste-Hilfe-Kursen werden aufgefrischt und auf Fragen wird individuell eingegangen.

#### ● Kurs 9253

#### Hans-Peter Zimmer, Rettungssanitäter

Sa. 16.11.2024, 09:00 – 12:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 8,00

#### Vortrag

#### Rechtzeitig alles regeln – Bestattungsvorsorge

In unserem Leben planen wir viele Dinge und versuchen für vieles eine Regelung oder Vorsorge zu treffen. Aber was kommt nach dem Leben? Was kommt bei Verlust eines Angehörigen neben der Trauer auf einen zu, was ist zu tun und was für Möglichkeiten gibt es? Wir informieren Sie darüber, was für Bestat-

tungsformen und was für Vorsorgemöglichkeiten es heute gibt, um sich und die Hinterbliebenen sowohl finanziell als auch organisatorisch zu entlasten.

#### ● Kurs 9254

#### Thomas Tomczyk

Mo. 10.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

#### PowerPoint-Präsentation

#### Führerschein – Auffrischung

Die Wissensauffrischung für den Führerschein umfasst eine gründliche Auffrischung der Verkehrsregeln, -zeichen und grundlegenden Fahrfertigkeiten. Der Kurs behandelt aktuelle Gesetzesänderungen, sowie den Umgang mit Fahrerassistenzsystemen und relevante Verkehrssituationen. Ziel ist es, Ihre Kenntnisse zu aktualisieren und das Verständnis für sicheres Fahren zu vertiefen.

#### ● Kurs 9255

#### Tim Parlow

Sa. 22.02.2025, 10:15 – 12:15 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 6,00

#### Vortrag

#### Was ist unser Geld (im Alter) noch wert?

Jahr pro Jahr steigen die Preise und unsere Kaufkraft sinkt. Durch die anhaltende Niedrigzinspolitik wird vielen Sparern ihr Sparplan zunichte gemacht. Lebensversicherungen verlieren drastisch an Wert und die klassischen Sparbücher und Tagesgeldkonten werfen kaum mehr Zinsen ab. Die Aktienmärkte geraten manchmal außer Kontrolle. Nun wird mit Immobilien beworben ... Wie behalten wir den Durchblick? Was sind die Ursachen? Wie sieht die Zukunft aus? Welche Geldanlagen sind noch rentabel? Mit welchen

Renditen? Wie können wir Verbraucher uns gegen den Wertverlust des Ersparnen schützen?

● **Kurs 9256**

**Karsten Deetz**

Di. 25.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
gebührenfrei

**BETRIEBSBESICHTIGUNG/  
EXKURSION**

*Junge vhs*

**Baustelle Wald – Wir legen einen Barfußweg mit Naturmaterialien an**

Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Sie zielt darauf ab, sich in der Natur zu treffen und sich intensiv mit unterschiedlichen Naturthemen zu befassen. Wir erkunden spielerisch die einheimische Tier- und Pflanzenwelt und veranstalten ein kleines Picknick.

*Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen! Gestärkt legen wir gemeinsam einen Barfußweg mit Naturmaterialien an. Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung von einem Erwachsenen möglich. Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.*

● **Kurs 9257**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Sa. 28.09.2024, 15:00 – 17:30 Uhr  
Treffpunkt: St. Nikolaus,  
Parkplatz/Schutzhütte,  
am Ende der Straße „Zu den Eichen“  
EUR 5,00

*Junge vhs*

**Besuch des  
Feuerwehr-Erlebnis-Museum in  
Hermeskeil**

♿ ab 14 Jahren

Im Museum sieht man Technik, die man heute nicht mehr sehen kann. Mit den Exponaten wird auf das Wesen des Feuers bei den Römern und Germanen und auf die damalige und heutige Alarmierung der Feuerwehr (Glocken läuten, Digitale Meldeempfänger) eingegangen. Wir sehen, warum schon damals die „Drehleiter“ so genannt wurde und warum in kleinen Orten der Ortsvorsteher die „Spanndienste“ regeln musste. Beim Rundgang wird klar, warum in den Feuerwehren Verbrennungsmotoren immer noch notwendig sind und warum es einen Wechsel von Kolbenpumpen zu Kreiselpumpen gegeben hat. Auch die Stellung der Feuerwehren im 2. Weltkrieg wird an Exponaten gezeigt. Ein alter Feuerlöschzug ist zu besichtigen. Vor der Führung gibt es zehn Minuten Theorie. Das Wort Feuerwehr-Erlebnis-Museum steht dafür, dass man sehr viel anfassen darf. Im Anschluss an den Besuch wird die Möglichkeit geboten, freiwillig in der Gomm's Mühle in Nonnweiler Mittag zu essen.

● **Kurs 9258**

**Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Sa. 26.10.2024, 09:30 – 17:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
vor Ort ist von den Teilnehmern ein Eintritt von höchstens EUR 5,00. TeilnehmerInnen müssen mindestens 14 Jahre alt sein

*Anmeldeschluss ist Fr.18.10.2024*

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**ROLF WEBER**

**Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und  
Arbeitssicherheitsexperte**

» Rolf Weber, gelernter und studierter Nachrichtentechniker, ehem. Führungskraft der Feuerwehr, Sicherheitsbeauftragter, Berater der Feuerwehr Riegelsberg. Ich freue mich auf lebendige Wissensvermittlung. «

## ARBEIT, BERUF, EDV, ELEKTRONIK, INTERNET, PC, SICHERHEIT

### Workshop

#### Unzufrieden im Job – neue Wege aus der Sackgasse

Du hast schon länger das Gefühl, dass deine berufliche Tätigkeit dich nicht erfüllt und dein Gehalt eher ein Schmerzensgeld ist als eine Entlohnung für deine Arbeit? Du weißt aber nicht, woran es wirklich liegt und vor allem – was du nun tun sollst? Einfach ein neuer Arbeitgeber, etwas ganz Neues lernen oder dich gar selbständig machen? In diesem Workshop machen wir keine Berufsberatung. Stattdessen werden wir Ideen entwickeln, welche Tätigkeit für dich erfüllend ist. Wir beleuchten, welche Funktionen Ihr Job für Sie erfüllen muss und welche Umstände gegeben sein müssen, damit Sie den Teil Ihres Lebens, mit dem Sie einen Großteil Ihrer Zeit verbringen, mit Freude entgegenblicken.

#### ● Kurs 9259

**Dr. Natalie Fuß**

Sa. 21.09.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 20,00

### Workshop

#### Excel für Anfänger

Dieser Kurs führt in das Programm Excel™ ein. Funktionen werden erlernt, eingeübt und vertieft. Excel™ ist die branchenführende Tabellenkalkulationssoftware von Microsoft. Excel ermöglicht umfangreiche Berechnungen mit Formeln und Funktionen. Excel besitzt auch zahlreiche mathematische Funktionen. Es können Texte verkettet oder logische Berechnungen durchgeführt werden. Abhängig von Inhalten und Werten in der Tabelle kann

auf Inhalte an anderer Stelle der Tabellen zugegriffen werden. Die Ergebnisse können mit Hilfe von Sortier-, Gruppier- und Filterfunktionen ausgewertet und in Diagrammen grafisch dargestellt werden. EDV-Grundlagenkenntnisse sind notwendig.

#### ● Kurs 9260

**Bernhard Dick**

Mi. 09.10.2024, 17:30 – 21:00 Uhr  
Fr. 11.10.2024, 17:30 – 21:00 Uhr  
Sa. 12.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
13 UST, EUR 56,00

### Workshop

#### Excel für Fortgeschrittene

Dieser Kurs führt in das Programm Excel™ ein. Funktionen werden erlernt, eingeübt und vertieft. Excel™ ist die branchenführende Tabellenkalkulationssoftware von Microsoft. Excel ermöglicht umfangreiche Berechnungen mit Formeln und Funktionen. Excel besitzt auch zahlreiche mathematische Funktionen. Es können Texte verkettet oder logische Berechnungen durchgeführt werden. Abhängig von Inhalten und Werten in der Tabelle kann auf Inhalte an anderer Stelle der Tabellen zugegriffen werden. Die Ergebnisse können mit Hilfe von Sortier-, Gruppier- und Filterfunktionen ausgewertet und in Diagrammen grafisch dargestellt werden. *EDV-Grundlagenkenntnisse und Grundkenntnisse in Excel, sind notwendig. Windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.*

#### ● Kurs 9260A

**Bernhard Dick**

Mi. 30.10.2024, Do. 31.10.2024 u. Mo.  
04.11.2024, jeweils 17:30 – 21:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
13 UST, EUR 56,00

### Wochenendkurs

#### EDV – Grundlagen

Sie möchten in die IT-Welt einsteigen, haben aber bisher Fenster nur zum Lüften geöffnet und kennen Menüs nur aus dem Restaurant? In diesem Grundlagenkurs erfahren Sie, wie Computer funktionieren und welche Bauteile für den Umgang damit besondere Bedeutung haben, damit Sie beim Kauf nicht nur „Bahnhof“ verstehen. Sie erlernen die Verwendung von Maus unter Windows und vollziehen den Einstieg in der Verwendung von Menüs, Fenstern, Laufwerken, Ordnern und Dokumenten. Wir stellen Apples MacOS X und Linux als alternative Betriebssysteme vor und geben Ihnen Gelegenheit, das „look & feel“ zu vergleichen. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Anwendungsbereiche von Software (z. B. Text- oder Bildbearbeitung, Tabellenkalkulation, E-Mail) und können mit diesem Wissen Ihre individuelle IT-Weiterbildung bedarfsorientiert planen.

*Ein Windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden. Vorkenntnisse: keine*

#### ● Kurs 9261

**Bernhard Dick**

Fr. 15.11.2024, 17:30 – 21:00 Uhr  
u. Sa. 16.11.2024, 09:00 – 14:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
12 UST, EUR 50,00

### Vortrag

#### Ergonomie am PC-Arbeitsplatz zu Haus und am Arbeitsplatz im Unternehmen

Haben Sie auch schlechte Laune nach der PC-Arbeit, haben Verspannungen und Schmerzen beim Laufen? Sind Ihre Finger am Abend unbeweglich, der Nacken steif? Sitzen Sie etwa bei PC-Heimarbeit am Küchentisch oder auf dem Wohnzimmer-Sofa? Das kann sich alles schnell

zum Besseren wenden, wenn Sie unseren Ergonomie-Vortrag besuchen und allein-gefahrene Verhaltensmuster ändern.

● **Kurs 9262**

**Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Fr. 29.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

**Workshop**

**Wir bauen eine Mini-Alarmanlage**

Wir erlernen spielerisch den Umgang mit dem Multimeter, Strom-, Spannungs- und Widerstandsmessung an Batterien, LDR (lichtabhängiger Widerstand). Optional: Die Erwachsenen berechnen Widerstände im einfachen Stromkreis bei LEDs. Gegen eine Nutzungs- und Materialpauschale von EUR 12,00 (vor Ort zu zahlen) können Sie Ihr selbst gebautes Modell mit nach Hause nehmen. Kinder können in Begleitung eines Erwachsenen an dem Workshop teilnehmen.

● **Kurs 9263**

**Dagmar Rebeck M.Sc.**

Fr. 25.10.2024, 14:00 – 16:15 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 17,00 (zzgl. Material/Nutzungsgebühr EUR 12,00)

**Workshop**

**Wir bauen eine Photovoltaik-Modellanlage mit einem Verbraucher**

Erwachsene lernen den Umgang mit dem Multimeter, Strom-, Spannungs- und Widerstandsmessung an verschiedenen Solarpanel (Stromausbeute, Speicherung, Wirkungsgrad). Sie erlernen die Leistungsberechnung (WattPeak). Optional: Zusammenschaltung mehrerer Solarpanels mit Parallel- und Reihenschaltung. Gegen eine Nutzungs- und Materialpauschale von EUR 12,00 (vor Ort zu zahlen) können Sie Ihr

selbst gebautes Modell mit nach Hause nehmen.

● **Kurs 9264**

**Dagmar Rebeck M.Sc.**

Fr. 25.10.2024, 16:30 – 18:45 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 17,00 (zzgl. Material/Nutzungsgebühr

EUR 12,00)

**Abendkurs**

**MS-Word für Anfänger**

Streifzug durch die Funktionalitäten von Microsoft Word:

Onlinevorlagen verwenden, Gestaltungsmöglichkeiten, Kopf- und Fußzeile, Logo und Seitenzahl einfügen, Briefkopf erstellen, Zeilenabstand, mehrspaltiges Design, Lineal, Tabulatoren und Einzüge, Aufzählungen verschachteln, SmartArt für Organigramme oder Prozessabläufe entwickeln, Einfügen von Tabellen, Formen, Wasserzeichen und Umbrüchen, Layout: Bilder verankern und von Text umfließen lassen, einfacher Serienbrief, Druckoptionen, Seitenränder, Maus-Handling und nützliche Tastaturabkürzungen.

*Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 9265**

**Bernhard Dick**

Di. 10.12., Mi. 11.12. u. Fr. 13.12.2024,

jeweils 18:00 – 21:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

12 UST, EUR 50,00

**Workshop**

**MS-Word für Fortgeschrittene**

Streifzug durch die Funktionalitäten von Microsoft Word:

Onlinevorlagen verwenden, Gestaltungsmöglichkeiten, Kopf- und Fußzeile, Logo und Seitenzahl einfügen, Briefkopf erstellen, Zeilenabstand, mehrspaltiges Design, Lineal, Tabulatoren und Einzüge,

Aufzählungen verschachteln, SmartArt für Organigramme oder Prozessabläufe entwickeln, Einfügen von Tabellen, Formen, Wasserzeichen und Umbrüchen, Layout: Bilder verankern und von Text umfließen lassen, einfacher Serienbrief, Druckoptionen, Seitenränder, Maus-Handling und nützliche Tastaturabkürzungen.

*Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.*

● **Kurs 9265A**

**Bernhard Dick**

Do. 09.01., Fr. 10.01. jeweils 18:00 – 21:00

Uhr u. Sa. 11.01.2025, 09:00 – 13:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

13 UST, EUR 55,00

**Workshop**

**Windows 10/11 – Einführung**

Mit Windows 10 und aktuell Windows 11 hat Microsoft erneut die Oberfläche und die Bedienung seines Betriebssystems stark verändert. Die Versionen sollen insbesondere auf Tablet-PCs besser nutzbar sein, der Umstieg mit einem Standard-PC will hingegen wohl überlegt sein. Ist mein PC für Windows 10 bzw. 11 überhaupt geeignet? Laufen meine vorhandenen Programme und Geräte weiter? Was sind denn diese Apps? Lässt sich meine Arbeitsumgebung problemlos übertragen? Was muss ich, was kann ich in der Bedienung anders machen? Diese (und andere) Fragen werden in dem Kurs angesprochen. Zudem erhalten Sie einen Überblick über die Eigenschaften der beiden Desktops Metro und Aero, Touchscreen-Steuerung, das verbesserte Dateimanagement, über Neuerungen bei Internet- und Multimedia Programmen, Benutzerverwaltung, Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen. Ebenfalls behandelt werden die Möglichkeiten, wie altbekannte Funktionalitäten (z. B.

Taskleiste) auch unter Windows 10 bzw. 11 genutzt werden können.

*Ein Windowstauglicher Laptop muss mitgebracht werden.*

*Voraussetzungen: EDV-Grundlagen*

● **Kurs 9266**

**Bernhard Dick**

Fr. 18.10.2024, 17:30 – 20:00 Uhr

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr

Mo. 21.10.2024, 17:30 – 21:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

12 UST, EUR 50,00

## GESUNDHEIT

### Bewegung, Entspannung

#### 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 9267*

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer, zert. Tangolehrer**

Fr. 09:30 – 11:00 Uhr

ab 27.09.2024, 10 Termine

Alte Schule Naßweiler

20 UST, EUR 70,00

#### Vormittagskurs

#### Feldenkrais – Einstieg in eine ganz neue Qualität von Bewegungsfreiheit

Einstieg in die ganzheitlichen Bewegungslehre nach Dr. Moshe Feldenkrais (1904-1984). Diese geht davon aus, dass Bewegung dann ‚richtig‘ ist, wenn sie sich leicht und angenehm anfühlt und gerade so viel Kraft und Spannung dafür aufgewendet werden, wie nötig. Das gilt für alle Alltagsbewegungen (Wäsche aufhängen, Treppen steigen etc.) aber auch im Leistungssport und unter Musikerinnen. Dagegen sind wir oft so sehr an Anstrengung gewöhnt, dass sie uns nicht einmal mehr auffällt. Also gilt: der Schlüssel für Beweglichkeit von Leib und Seele ist die (Neu-)Entdeckung der eigenen Körperwahrnehmung in Verbindung mit kleinen, organischen, leichten Bewegungen, meist am Boden liegend.

*Bringen Sie bitte (eine Bodenmatte), ein großes Handtuch mit und tragen bequeme, warme Kleidung.*

● **Kurs 9268**

**Sabine Merz, Ärztin, Feldenkraislehrerin**

Mo. 09:30 – 11:00 Uhr

ab 04.11.2024, 10 Termine

Alte Schule Naßweiler

20 UST, EUR 104,00

#### Abendkurs

#### Tai Ji für Anfänger und Fortgeschrittene

In China ist Tai Ji ein Volkssport, und auch in Deutschland wird die Methode immer beliebter – als Bewegungsform und Gymnastik, die Geist und Körper fördert. In den letzten Jahrhunderten bildete sich der eigentümliche Stil des Tai Jis mit seinen fließenden, harmonischen Bewegungen heraus. Die heute bekannte Form des Tai Jis wurde erst in den letzten beiden Jahrhunderten entwickelt. Nach

chinesischer Vorstellung kräftigt der Sport die Lebensenergie des Menschen – das Ji. Tai Ji kennt viele verschiedene Stile und Übungen. Diese Grundtechniken werden von der erfahrenen Übungsleiterin eingeübt. Außerdem lernen Fortgeschrittene neue Techniken.

*Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.*

● **Kurs 9269**

**Evelyn Oehrlein**

Do. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 19.09.2024, 12 Termine

Alte Schule Naßweiler

16 UST, EUR 51,00

#### Abendkurs

#### Klang-Meditation mit einem Monochordes und Stimme

Wir beginnen unsere Reise mit der Körperwahrnehmung, im Sitzen oder Liegen. Bei einer Klang – Meditation mit den zarten Klängen des Monochordes, der Stimme, eröffnen sich Wege: Herz und Seele werden uns leiten. Wir erfahren, was sich im Moment zeigen möchte; in Bildern, in Körpergefühlen im absichtslosen Sein. Nach den Klängen lauschen wir in die Stille, dem Nachklang in uns. Kehren mit der Atmung und Körperwahrnehmung in den Raum zurück. Zur Erholung, zur Stärkung, als Quelle der Lebensfreude.

● **Kurs 9270**

**Ingrid Niegel, Musiktherapeutin FH, staatl. gepr. Gesangspädagogin**

Mi. 23.10.2024, 17:30 – 18:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 10,00

## Ernährung

### Workshop

#### Ernährung – Mit Umdenken zum Ziel Ernährungsziele endlich erreichen.

Du versuchst deine Ernährung umzustellen, abzunehmen oder dich gesünder zu ernähren? Und nach kurzer Zeit, wenn der Alltag dominiert oder du in Stress gerätst, kommen die alten Gewohnheiten zum Vorschein – und zudem der Frust „es wieder nicht geschafft zu haben“. Das liegt daran, dass Nahrung für uns nicht nur die Deckung des Energie- und Nährstoffbedarfs ist, sondern auch individuelle psychische Bedürfnisse damit gedeckt werden. In diesem Workshop werden wir deine mentale Komponente von Ernährung beleuchten, hinderliche Muster aufdecken und deinen eigenen Weg erarbeiten, wie du dein Ernährungsziel erreichst.

#### ● Kurs 9272

##### Dr. Natalie Fuß

Sa. 18.01.2025, 10:00 – 13:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 20,00

## Alternative Therapieansätze und Gesundheitsmethoden

### Vortrag

#### Das Immunsystem – Unsere körpereigene Passkontrolle

Eine starke körpereigene Abwehr ist die beste Vorsorge für unsere Gesundheit. In Zeiten mit einer erhöhten Ansteckungsgefahr durch Viren und Bakterien kommt unserem Immunsystem eine große Bedeutung zu. Jeder von uns kommt täglich mit Erregern in Kontakt. Doch wie kann es sein, dass die rüstige Nachbarin gesund bleibt und andere nicht? Unser Immunsystem hat seinen Anteil daran.

Als „Superorgan“ schützt es uns vor Eindringlingen von außen. Das intakte Immunsystem vollbringt tagtäglich Höchstleistungen, um uns zu schützen und gesund zu erhalten. Sie erfahren, wie das Immunsystem funktioniert, was es schwächt und wie sie ihre Abwehrkräfte mit einfachen Mitteln stärken und somit die Infektanfälligkeit verringern können. Hierbei spielen u. a. der gesunde Darm und die Darmbakterien eine große Rolle. Zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte können sie selbst viel beitragen, hierzu bekommen Sie im Vortrag grundlegende Informationen und viele praktische Tipps.

#### ● Kurs 9273

##### Annette Georg, Heilpraktikerin

Di. 01.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Fit durchs Jahr mit Oxymel

Oxymel – das ist eine sehr alte Arzneiform aus Honig und Essig, in der auch Heilpflanzen ausgezogen werden können. Heute kommt sie in einem modernen Gewand daher, ist angepasst an die Bedürfnisse unserer Zeit. Diese traditionelle, wohlschmeckende Mischung aus Honig und Essig feiert ihr Comeback. Bereits die beiden Grundzutaten besitzen heilsame Wirkung. Verstärkt durch die Zugabe verschiedenster Kräuter aus dem heimischen Garten findet die nahezu alkoholfreie Tinktur Anwendung in der Volksheilkunde und Küche. Sie kann Immun- und Herz-Kreislauf-System und Verdauung stärken und hilft, Erkältungen schneller zu überwinden. Sie lernen die Eigenschaften von Honig und Essig sowie verschiedenen Kräutern kennen, die die Wirkung des Oxymels intensivieren.

## Dozentinnen und Dozenten



**GUILLERMO BÖTTCHER**  
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

Verschiedene Zubereitungs- und Anwendungsmöglichkeiten werden erläutert.

● **Kurs 9274**

**Annette Georg, Heilpraktikerin**

Di. 04.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

## POLITISCHE BILDUNG

### Vortrag

#### Demografie, oder Wie viele Menschen trägt die Erde?

7,6 Milliarden Menschen leben auf der Erde und jährlich kommen etwa 80 Millionen dazu. Schon jetzt werden Ressourcen knapp, der Energieverbrauch steigt und das Klima erwärmt sich. Hatte Thomas Malthus 1798 Recht mit seiner apokalyptischen Vorhersage? Der Dozent, der eine Gastprofessur an der Zhongnan-Universität in Wuhan (China) inne hatte geht das Thema aus der Sicht beider Disziplinen an.

● **Kurs 9275**

**Edgar Werner Müller, Geograph und Politikwissenschaftler**

Mo. 07.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

### Vortrag

#### Die UNO und die eine Welt

Wie können die reichen Länder reicher werden – und die armen auch? Hat Entwicklungshilfe eine Chance, oder verarmt sie sogar ihre Schützlinge? Kann China ein Beispiel sein für ein Land, das sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf zieht? Auf diese Fragen und andere geht der Dozent in dem Vortrag ein und stellt sich der Diskussion.

● **Kurs 9276**

**Edgar Werner Müller, Geograph und Politikwissenschaftler**

Mo. 28.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

gebührenfrei

## FREMDSPRACHEN

### Französisch

#### Nachmittagskurs

#### Französisch

#### (Auffrischungs-, Vertiefungs- und Konversationskenntnisse)

Dieser Kurs ist speziell für TeilnehmerInnen gedacht, die bereits an den Kursen A1 bis B1 Stufe 2 teilgenommen haben und neben der Auffrischung und Vertiefung ihrer grammatikalischen Kenntnisse ihre sprachlichen Möglichkeiten verbessern wollen. Außerdem wird entsprechend dem Lernfortschritt der TeilnehmerInnen mit Kurs B1 Stufe 3 begonnen. Kenntnisse, die im Groben dem Kurs B1 Stufe 2 entsprechen, sind Voraussetzung. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass aufgrund der beschriebenen Besonderheiten eine Einordnung des Kurses in eine Kompetenzstufe des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens nicht möglich ist. Wegen der besonderen Ausrichtung des Kurses wird gebeten, vor Anmeldung Rücksprache mit dem örtlichen Leiter zu nehmen. Den angemeldeten TeilnehmerInnen wird rechtzeitig mitgeteilt, welches Lehrbuch verwandt wird.

● **Kurs 9277**

**Fabienne Linet, Lehrerin**

Mi. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine

Alte Schule Naßweiler

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

### Englisch

#### Abendkurs

#### Englischkurs für Anfänger

Dieser Kurs ist speziell für TeilnehmerInnen gedacht, die keine Vorkenntnisse haben. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass aufgrund der beschriebenen Besonderheiten eine Einordnung des Kurses in eine Kompetenzstufe des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens nicht möglich ist. Wegen der besonderen Ausrichtung des Kurses wird gebeten, vor Anmeldung Rücksprache mit dem örtlichen Leiter zu nehmen. Den angemeldeten TeilnehmerInnen wird rechtzeitig mitgeteilt, welches Lehrbuch verwandt wird.

● **Kurs 9278**

**Danielle Nicole Degen, Lehrerin, Übersetzerin**

Do. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

Alte Schule Naßweiler

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

### Spanisch

#### Abendkurs

#### Spanisch für Anfänger

Dieser Kurs ist speziell für TeilnehmerInnen gedacht, die keine Vorkenntnisse haben. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass aufgrund der beschriebenen Besonderheiten eine Einordnung des Kurses in eine Kompetenzstufe des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens nicht möglich ist. Wegen der besonderen Ausrichtung des Kurses wird gebeten, vor Anmeldung Rücksprache mit dem örtlichen Leiter zu nehmen. Den angemeldeten TeilnehmerInnen wird rechtzeitig mitgeteilt, welches Lehrbuch verwandt wird.

● **Kurs 9279**

*Danielle Nicole Degen,  
Lehrerin, Übersetzerin*

Do. 20:00 – 21:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Alte Schule Naßweiler  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## TANZEN

### Vormittagskurs

#### Dance-Workout

Tanzen bringt nicht nur Freude, sondern trainiert auch den gesamten Körper. In unserem Dance-Workout bringen wir unser Herz-Kreislauf-System in Schwung und trainieren alle Muskelgruppen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Spezielle Kleidung oder Schuhwerk ist nicht erforderlich.

● **Kurs 9280**

*Larissa Quinten,  
zert. Tanz- und Ballettpädagogin*

Sa. 11.01.2025, 10:30 – 12:00 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 8,00

### Junge vhs

#### Kindertanzparty für Kindergartenkinder

Von altersgerechten Choreografien über kreativen Tanz bis zum Tanz mit Requisiten bewegen sich Kindergartenkinder unter fachkundiger Anleitung durch verschiedene Musikarten. Dazu gehören auch Bewegungsspiele.

● **Kurs 9280A**

*Larissa Quinten,  
zert. Tanz- und Ballettpädagogin*

Sa. 11.01.2025, 14:15 – 15:45 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 6,00

### Junge vhs

#### Kindertanzparty für Grundschüler

Nicht nur das Erlernen altersgerechter Choreografien auf aktuelle Musik und Partytänze stehen hier bei den Kindern im Grundschulalter im Vordergrund, sondern auch das gemeinsame Choreografieren eigener Tänze in der Gruppe. Dazu gehören auch Bewegungsspiele.

● **Kurs 9280B**

*Larissa Quinten,  
zert. Tanz- und Ballettpädagogin*

Sa. 11.01.2025, 16:00 – 17:30 Uhr  
Alte Schule Naßweiler  
EUR 6,00

## KREATIVES GESTALTEN

### Basteln

#### Workshop

#### Wir basteln einen Weihnachtsbaum aus Holz

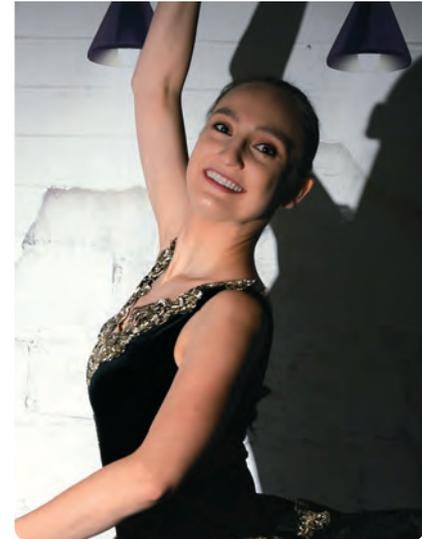
Zum Weihnachtsfest gehört für viele ein Weihnachtsbaum. Viele wünschen sich an Weihnachten einen Weihnachtsbaum, der nichts mit dem traditionellen Weihnachtsbaum gemein hat. Unter Anleitung eines Schreiners basteln die Teilnehmer einen Weihnachtsbaum aus Holz. Welches Werkzeug dazu benötigt wird, wird den Teilnehmern mitgeteilt. Das benötigte Material und Zubehör wird durch den Dozenten besorgt und gegen Erstattung der Selbstkosten zur Verfügung gestellt. Sie sollten eine Stichsäge und einen Akkubohrer bedienen können. Sollte der Weihnachtsbaum für draußen vorgesehen sein, besteht die Möglichkeit, eine Holzschutzgrundierung aufzubringen.

● **Kurs 9281**

*Josef Ruschel*

Sa. 23.11.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

## Dozentinnen und Dozenten



**LARISSA QUINTEN**  
Tanz- und Ballettpädagogin

» *Tanz ist ein wichtiges Kulturgut und ermöglicht es Menschen jeden Alters, sich in dieser Kunstform auszudrücken und weiterzuentwickeln. All meine Unterrichtsformen haben zum Ziel, den künstlerischen Tanz zu erlernen und eine Grundlagenausbildung im klassischen, künstlerischen Tanz zu erwerben. Die Freunde am Tanzen und die Techniken der jeweiligen Tanzart vermittele ich meinen Schülerinnen und Schülern dabei in altersgerechten Unterrichtsformen. Ich bin Mitglied im Deutschen Berufsverband für Tanzpädagogik e. V. und besuche regelmäßig Fort- und Weiterbildungen des Verbandes. «*

Alte Schule Naßweiler  
EUR 10,00  
*Anmeldung bis 02.11.2024 erforderlich*

## Floristik

### Workshop

#### Wir gestalten ein Rindengefäß

Entdecke die herbstliche Fülle in unserem Kurs: Gestalte ein Gefäß aus natürlicher Rinde und verleihe ihm mit Blumen, Beeren und Dachwurzpflanzen den Zauber des Herbstes.

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen.*

● **Kurs 9282**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 08.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 8,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

### Workshop

#### Wir gestalten einen Loop (Türschmuck)

„Komm in unseren Herbstkurs und kreiere einen einladenden Türschmuck! Verwende biegsame Zweige binde damit einen herbstlichen Loop, schmücke ihn mit den Schätzen der Natur in warmen Herbstfarben – bringe die saisonale Eleganz direkt an deine Haustür!“

*Bitte Gartenschere, Schere, eine 20'er-Lichterkette mitbringen.*

● **Kurs 9283**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Do. 07.11.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

### Vormittagskurs

#### Wir gestalten einen Adventskranz

„Tauche ein in die festliche Welt des Advents mit unsrem Kurs: Erschaffe deinen einzigartigen Adventskranz aus duftendem Eukalyptus und traditionellem Tannengrün, verziert mit funkelnde Accessoires.“

*Bitte Gartenschere, Schere, Drahtschere und Kerzen mitbringen.*

● **Kurs 9284**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 19.11.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

### Vormittagskurs

#### Wir gestalten einen Drahtstern

„Entdecke die Magie des Winters in unserem Kurs: Erschaffe deinen eigenen funkelnden Drahtstern, kunstvoll verziert mit duftendem Eukalyptus, zarten Trockenblumen und einer zauberhaften Lichterkette. Tauche ein in die festliche Kreativität und erlebe, wie dein Zuhause im Glanz des Winters erstrahlt!“

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen.*

● **Kurs 9285**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mi. 04.12.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 12,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

### Junge vhs

#### Wir gestalten einen Zauberspindel-Gartenstecker

✚ ab 6 Jahren

Entdecken Sie unsere Kinder-Kreativwerkstatt! Lassen Sie ihre Kinder ab 6 Jahren mit unserer Draht-Zauberspindel ihre Fantasie entfalten und bunte Kunstwerke gestalten.

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen.*

● **Kurs 9286**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Sa. 01.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 8,00 (zzgl. Kosten f. Material – vor Ort zu bezahlen)

Anmeldeschluss: Mo. 27.01.2025

## Malen

### Workshop

#### Mandala malen – leicht gemacht!

Die Kunst des Mandala Malens und der kreative Umgang mit Farben, ist das Ziel dieses Kurses. Schnell werden Sie erleben, wie mit dem Mandala der Umgang mit Stift und Farbe erreicht wird und sich wohltuende Momente der Ruhe und Gelassenheit, einstellen. Mandala Malen macht Spaß und sorgt somit für Ausgeglichenheit. Wichtig: Es gibt kein Richtig und kein Falsch. Es ist das schweigsame Malen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Vorlagen sind vorhanden.

*Sie sollten Buntstifte und einen Spitzer mitbringen.*

● **Kurs 9287**

**Ilse Loth**

Di. 15:00 – 16:30 Uhr

ab 17.09.2024, 10 Termine

Dorfgemeinschaftshaus Naßweiler

20 UST, gebührenfrei

## Mosaik

### Wochenend-Workshop

#### Mosaik gestalten und fertigstellen

Aus Scherben des Lebens Kunstwerke machen. Die Mosaikkünstlerin Isolde Böttcher, gibt eine Einführung in die Materialien und Möglichkeiten sowie praktische Anleitung und Unterstützung bei der Planung und der Umsetzung von individuellen Objekten. Manche Mosaik macht man einfach aus Spaß und Freude am Tun oder um einem Fundstück oder ein paar schönen Scherben einen guten Platz zu geben oder um ein individuelles Geschenk oder Dekorationsobjekt zu machen. Andere haben ein Thema und können dabei helfen, mit starken Gefühlen im wahrsten Sinne des Wortes konstruktiv um zu gehen und Stress abzubauen. Für den Einstieg eignen als Skulpturen Kugeln, Quader oder Spiegel mit Rahmen als Wandbild.

*Es werden frostfeste Kleber und Fugenmittel auf Zementbasis verwendet, die mit Wasser angerührt werden, so dass ein Arbeitsmittel oder alte Kleidung, sowie ein altes Handtuch sinnvoll sind.*

#### ● Kurs 9288

#### Isolde Böttcher, Mosaikkünstlerin

Sa. 15.02.2025, 09:30 – 12:30 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 12,00 (Eine Materialkostenpauschale von EUR 5,00 pro Objekt sind vor Ort an die Referentin zu entrichten)

## Nähen

### Nachmittagskurs

#### Nähkurs für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Der Nähkurs beinhaltet die Vermittlung von vertieften Kenntnissen im Nähen und Zuschneiden sowie den Umgang mit der Nähmaschine und die Anfertigung von Kleidungsstücken. Der Kurs ist nur für Fortgeschrittene geeignet. Die Kursleiterin geht in dem Kurs auf den Kenntnisstand der Teilnehmerinnen und Teilnehmer individuell ein. Grundkenntnisse im Umgang mit einer Nähmaschine werden erwartet. *Bitte Nähmaschine mitbringen! Stoffe sowie Nähzubehör können selbst mitgebracht werden oder werden in Absprache zwischen den TeilnehmerInnen kostenpflichtig durch eine Sammelbestellung besorgt.*

#### ● Kurs 9289

#### Ursula Sauer, Damenschneiderin

Fr. 14:45 – 17:45 Uhr

ab 27.09.2024, 8 Termine

Alte Schule Naßweiler

32 UST, EUR 77,00

## WANDERUNGEN, SPAZIERGÄNGE, EKURSIONEN

### In Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln

#### Waldspaziergang

#### Wanderung

#### Bäume sind Gedichte

Ein kleiner Waldspaziergang und der Besuch des Forstgartens am Jagdschloss Karlsbrunn mit Ellen Litzenburger nimmt Sie mit auf eine Zeitreise durch die Kulturgeschichte heimischer und nichtheimischer Baumarten im Warndtwald. Bäume sind dem Menschen seit jeher enge

## 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. «

Verbündete. Vielfältig in ihrer Eigenschaft als Rohstofflieferanten von Holz, Laub, Früchten prägen seinen Alltag bis heute in wechselndem Bedeutungsmaß. Bäume markierten aber auch Grenzen, waren Galgenbäume, beflügelten die Phantasie des Menschen, geheimnisvoll - galten sie als Sitz von Göttern und Dämonen, hielten Einzug in Mythen und Religionen, inspirierten Dichter und Denker. Ca. 6 km. Eine Anmeldung ist erforderlich.

● **Kurs 9290**

**Ellen Litzenburger, Dipl.-Geogr.**

Fr. 20.09.2024, 10:30 – 13:30 Uhr

Treffpunkt: Forstgarten Karlsbrunn

EUR 5,00 (7,00, Gebühren vor Ort/über Ticket Regional)

Anmeldungen bei Frau Sabrina Schantz,  
Fon 06898 449-0 im Rathaus Grossrosseln

**Wanderung**

**Warndt-Wald-Weg ganzer Weg**

Wandern Sie am idyllisch gelegenen Steinbruch vorbei und genießen Sie den spektakulären Blick an der Aussichtsplattform Carrière Freyming-Merlebach. Schaukeln Sie mit der einmaligen Grenzschaukel von der deutschen Seite auf die französische Seite. Wenn Sie Glück haben, treffen Sie auf echte Heidschnucken und Limousin-Rinder. Bestaunen Sie den Weiher St. Nikolaus, das Försterdenkmal und die Wasserbüffel im Warndt. Ca. 17 km. Die Wanderung dauert ca. 6 Stunden. *Bitte geeignetes Schuhwerk (Wanderschuhe) und dem Wetter angepasste Bekleidung tragen.*

● **Kurs 9291**

**Harald Schambil**

So. 22.09.2024 10:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Forstgarten Karlsbrunn gebührenfrei

Anmeldungen bei Frau Sabrina Schantz,  
Fon 06898 449-0 im Rathaus Grossrosseln

**Wanderung**

**Auf den Spuren unserer Großväter – dem „Bergmannsweg“ von St. Nikolaus nach Merlebach**

Die TeilnehmerInnen wandern über den alten „Bergmannsweg“ von St. Nikolaus zum „Remauxschacht“ in Merlebach. Der Weg war zu Zeiten des Hauses Nassau auch Totengeleitweg, weil die Katholiken aus dem Warndt damals auf dem Friedhof in Merlebach beigesetzt wurden. Auf alten Fotos wird Interessantes gezeigt, an das sich heute nur noch Wenige erinnern können, wie z. B. ein Kaffeblech von 1954, einen Grenzstein von 1939, eine Grubenlampe u.v.m. Die Wanderung führt auch an einem der schönsten Steinbrüche an der deutsch-französischen Grenze vorbei. An der Wanderung können auch ungeübte Wanderer teilnehmen.

● **Kurs 9292**

**Horst Schmadel**

Sa. 12.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Treppe am Sportplatz St. Nikolaus

EUR 5,00

**Wanderung**

**Auf den Spuren unserer Großväter – dem Bergmannsweg von Geislautern nach Kleinrosseln**

Die Teilnehmer wandern über den eingetragenen und durch Originalfotos und Plänen belegten „Bergmannsweg“ nach Kleinrosseln (Petite Rosselle). Auf Fotos werden Bauwerke aus vergangener Zeit gezeigt, wie z. B. die alte Mühle im Schafbachtal, das alte Schwimmbad in Geislautern u.v.m. An der Wanderung können auch ungeübte Wanderer teilnehmen

● **Kurs 9292A**

**Horst Schmadel**

Sa. 22.02.2025, 14:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz von ALDI in Geislautern  
EUR 5,00

**Wanderung**

**Wildfrauenweg**

Der Weg gibt Gelegenheit zur Auseinandersetzung mit Grenzerfahrungen und Geschichte zu erleben. Namensgeberin für den Weg ist eine Legende aus dem 30-jährigen Krieg um die Bewohnerin einer kleinen Höhle in einem Buntsandsteinfelsen. Die rund 10 km lange Wanderung beginnt und endet an der Kreuzkapelle in Forbach. Der Abstieg zur Kreuzkapelle erfordert Trittsicherheit, kann jedoch bei Bedarf auf der Straße umgangen werden. Er ist mit festem Schuhwerk gut begehbar. Die Wegmarkierung mit dem Deutsch-Französischen Freundschaftsring mit der Nr. 2 ist nicht immer leicht zu finden. Der Weg ist kein historischer Weg, sondern nutzt, kreuzt und verbindet historische und neuzeitliche Wege und Orte. Den Weg gemeinsam zu gehen, führt zu unterschiedlichen Erfahrungen. Diese in Zusammenhang zu bringen und ihnen einen Sinn zu geben, erhöht die Lebensqualität und schafft Kultur.

● **Kurs 9293**

**Isolde Böttcher, Mosaikkünstlerin**

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 14:00 Uhr

Alte Schule Naßweiler

EUR 5,00

**Wanderung**

**Die versunkene Stadt Grünekrout und die Siedlung Deutschkrout**

An einem Weg von Ludweiler aus nach Karlsbrunn liegt im Wald unter alten Buchen eine Stätte, die der Volksmund „Grünekrout“ nennt. Hier soll es vor langer Zeit eine wehrhafte und schöne

Stadt gegeben haben. Weshalb sie irgendwann untergegangen sein soll, ist nicht bekannt. Dort wo es die Stadt gegeben haben soll, sieht man heute noch Vertiefungen im Boden, wo Häuser gestanden haben dürften. Zu sehen ist auch eine Stelle, an der man eine Gigandensäule gefunden hat. Während der Wanderung werden Fundstücke aus alter Zeit gezeigt.

● **Kurs 9294**

**Horst Schmadel**

Sa. 16.11.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof Dorf im Warndt  
EUR 5,00

**Spaziergang**

**Spaziergang im Labyrinth-Garten der Fam. Böttcher in SB-Klarenthal**

Der Labyrinth-Garten wurde von der Fam. Böttcher im ehemaligen Obstgarten (rd. 1.000 m<sup>2</sup>) mit über 250 gepflanzten Eiben angelegt. 365 m Wege führen in sieben Windungen zum mittig gelegenen Mammutbaum. Das Labyrinth wird als Erlebnisgarten durch die Jahres- und Lebenszeiten genutzt. Dies hinterlässt bleibende und wechselnde kreative Spuren in der Ausstattung und Bepflanzung. Unter dem Motto „Kunst im Labyrinth“ werden in einer Dauerausstellung Werke des Künstlers Joan Thimmel und aktuell Bilder des Hobbymalers Georg Böttcher gezeigt. An die deutsch-französische Freundschaft und Verständigung erinnert eine von Isolde Böttcher in Zusammenarbeit mit deutschen und französischen Schulen geschaffene Mosaikskulptur. Wegen der Möglichkeit einer Mitfahrgelegenheit kann der örtliche Leiter unter Fon 06809 7463 kontaktiert werden.

● **Kurs 9295**

**Isolde Böttcher, Mosaikkünstlerin**

Sa. 05.10.2024, 15:30 – 17:30 Uhr

Treff: Friedrichstraße 75,  
66117 Saarbrücken-Klarenthal  
gebührenfrei

**In Kooperation mit der Gemeinde Großrosseln**

**Junge vhs**

**Walderlebniswanderung für Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene**

✚ ab 6 Jahren

Auch wenn man im Herbst lieber zu Hause verweilt – raus in die Natur! Es gibt viel zu entdecken an einem Oktobertag! Ob Pilze – die Wächter des Waldes, oder die letzten kleinen Waldbewohner, die mit ihren sechs Beinen über den Boden huschen, oder, oder ... Mit Geschichten und vielen Spielen wollen wir die Natur entdecken und Ihre Geheimnisse im Herbst erkunden!

● **Kurs 9296**

**Guido Geisen,**

**Umwelt- und Kräuterpädagoge**

Do. 24.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treff: Parkplatz gegenüber Jagdschloss Karlsbrunn  
EUR 5,00 (7,00)

Anmeldungen bei *Frau Sabrina Schantz,*  
Fon 06898 449-0 im Rathaus Großrosseln  
oder bei *Ticket Regional*

**Wanderung**

**Wildpflanzen Wanderung**

Pflanzen sind echte Alleskönner, die zusammen mit uns und doch in einer ganz eigenen Welt leben. Auf seinen Wildpflanzen-Wanderungen möchte Daniel Bäumler Interessierten diese Welt wieder näherbringen. Ihnen zeigen, was die Natur über die Jahreszeiten hinweg für uns bereithält. Pflanzen, die man bedenkenlos essen kann und solche, von denen man lieber die Finger lassen sollte. Pflanzen,

**Dozentinnen und Dozenten**



**GUIDO GEISEN**

**Umwelt- und Kräuterpädagoge**

» Seit über 20 Jahren führt er interessierte Menschen nicht nur durch die Natur und erläutert ihre Besonderheiten. Vielmehr entdeckt der Landschaftsökologe auch immer wieder wohlschmeckende Wildkräuter, die er gerne vorstellt oder „fischt“ aus dem Totholz der Wälder seltene Käfer und anderes Getier. Und immer werden seine Wanderungen literarisch begleitet und erhalten so einen „Mehrwert“ an Unterhaltung. «

die nicht nur schön, sondern auch nützlich sind. Pflanzen, die unscheinbar und doch so heilsam sind. Jede Wanderung hat einen anderen Schwerpunkt und beinhaltet auch einen „praktischen“ Teil, in dem die Anwesenden aus gesammelten Pflanzen etwas herstellen, je nach Saison etwas anderes.

*Bringen Sie bitte Folgendes mit: Feste Schuhe, Schreibzeug (wer sich Notizen machen möchte), dem Wetter entsprechende Kleidung, eine Kopfbedeckung wegen der Sonne und eine lange Hose wegen der Zecken ist ratsam, Sammelbehälter (Körbchen, Stoffbeutel), etwas zu trinken.*

● **Kurs 9297**

**Daniel Bäumler, Plan-B**

Sa. 05.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
Treffpunkt: Wanderparkplatz am Jagdschloss Karlsbrunn  
EUR 20,00

Anmeldungen unter:  
[www.plan-b-erlebnis.de/kurse/wildpflanzen-wanderung](http://www.plan-b-erlebnis.de/kurse/wildpflanzen-wanderung)

**Junge vhs**

**Waldkunst – Wir erschaffen Kunstwerke aus Naturmaterialien**

Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Die Teilnehmer begeben sich auf eine spannende Entdeckungsreise in die Natur und beschäftigen sich intensiv mit ihr. Dabei kommen Spiel, Spaß und Spannung garantiert nicht zu kurz. Sie sammeln gemeinsam Baumaterialien, um daraus nach Herzenslust kreative Kunstwerke aus Naturmaterialien, wie eine Eule, zu schaffen. Bewegung, Sinneseindrücke und Naturerleben machen den Waldspaziergang zu einem unvergesslichen Abenteuer.

Wir veranstalten ein kleines Picknick. *Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen! Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung von einem Erwachsenen möglich. Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.*

● **Kurs 9298**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Sa. 08.03.2025, 15:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: St. Nikolaus, Parkplatz/Schutzhütte, am Ende der Straße „Zu den Eichen“  
EUR 5,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**STEFAN KEES**  
Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!  
„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

**Örtliche Leiterin**

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

**Anmeldung und Service**

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



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

**Unterrichtsorte**

- Friedrich-Schiller-Schule  
 Schillerstraße 65  
 66265 Heusweiler
- Johann-Wolfgang-von-Goethe-Schule  
 Schulturnhalle  
 Goethestraße 8  
 66265 Heusweiler
- Schulturnhalle Holz  
 Glück-Auf-Weg 1  
 66265 Heusweiler
- Glück Auf Halle Holz  
 Glück-Auf-Weg 5  
 66265 Heusweiler
- Gnadenhof Eiweiler  
 Zum Vogelsborn 48  
 66265 Heusweiler-Eiweiler
- Kulturhalle  
 Place d'Orvault  
 66265 Heusweiler
- Kallenborn  
 Heusweiler-Obersalbach

## EINZELVERANSTALTUNGEN

### Workshop

#### Bewegt, entspannt und lebensfroh

Das üben wir ein, um später im Alltag davon zu profitieren: Eine Kombination aus leichter Gymnastik, Entspannungs-, Atem- und Lachyogaübungen in der Natur. Die Muskulatur wird trainiert, Stress abgebaut, die Abwehr gestärkt, die Lungen werden durchlüftet und es kommt zu einer positiven Grundhaltung, die uns den Alltag besser bewältigen lässt!  
*Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, gutes Schuhwerk, eine Sitzunterlage und etwas zu trinken in einem Rucksack, damit die Arme und Hände frei sind.*

#### ● Kurs 9303

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Fr. 20.09.2024, 16:00 – 18:00 Uhr  
 Treffpunkt: Kneipp Anlage im Naturpark Kallenborn, Heusweiler Obersalbach  
 EUR 14,00

#### ● Kurs 9304

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Fr. 18.10.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
 Treffpunkt: Kneipp Anlage im Naturpark Kallenborn, Heusweiler Obersalbach  
 EUR 14,00

### Exkursion

#### Spurensuche auf dem 7-Dörfer-Weg

Kulturhistorische Wanderung  
 Wir gehen entlang des 7-Dörfer-Weges mit schönen Weitsichten auf Spurensuche nach Zeitzeugnissen aus vergangenen Tagen. Beginnend am Schützenhaus Mangelhausen wandern wir in Richtung Numborn und Berschweiler. Danach geht es über den Bergmannpfad und die Hahneck nach Wahlschied. Auf dem Dorfplatz

ist auf halber Strecke ist Zeit für eine Zwischenrast. Über Kutzhof und Lummerschied geht es zurück. Auch passieren wir einige Male Kreis-, Gemeinde- oder Gemarkungsgrenzen und wie die Preußen unser Land vermessen haben.

*Festes Schuhwerk und Verpflegung werden empfohlen. Neugier und gutes Wanderwetter sind mitzubringen. Die Wanderung dauert etwa 4,5 Stunden.*

*Strecke: ca. 14 km und 430 hm.*

#### ● Kurs 9307

**Klaus Reimann**

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 15:30 Uhr  
 Treffpunkt: am Schützenhaus Mangelhausen  
 gebührenfrei

### Junge vhs

#### BIO-Ei, Ei, Ei und noch viel mehr

Der Besuch am Geflügelhof Zenner ist für Groß und Klein immer wieder ein Erlebnis der besonderen Art. Frau Katja Zenner erklärt bei Ihrer Führung die artgerechten, kontrollierten Tierhaltungsformen und die Bewirtschaftung nach Bioland-Standard. Sie lässt uns hinter die Kulissen der Eiervermarktung blicken und informiert über Eier ohne Kükentöten und über Bruderhähne.

#### ● Kurs 9310

**Katja Zenner**

Sa. 19.10.2024, 16:00 – 17:30 Uhr  
 Bioland Geflügelhof Zenner, Espenhof, 66265 Heusweiler-Obersalbach  
 Treffpunkt am Eierautomaten  
 gebührenfrei

### Junge vhs

#### Familienwanderung zum Thema Herbst

Wir erleben, wie die Natur sich zurückzieht. Halten Bäume Winterschlaf? Was machen Bäume und Pflanzen im Winter?

Sterben sie oder schlafen sie bis zum Frühling? Warum werden Blätter bunt und manche Pflanzen sieht man gar nicht mehr? Diesen und vielen weiter Fragen möchten wir nachgehen und dabei Natur im Herbst entdecken und verstehen.

#### ● Kurs 9312

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

So. 20.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
 Treffpunkt: Naturfreundehaus Kallenborn (Parkplatz)  
 EUR 14,00 (für Erwachsene, Kinder bis 14 Jahre gebührenfrei, zzgl. 2,00 EUR Materialkosten bar vor Ort)

### Junge vhs

#### Besuch am Gnadenhof Eiweiler in den Herbstferien

Bereits 16 Jahre besteht der Gnadenhof als „Auffangstation für Tiere in Not“ im eigenen Garten in Heusweiler-Eiweiler und dazu gepachteten Weideflächen. Achtundvierzig Schafe und Ziegen finden dort zur Zeit ein schönes und angenehmes Zuhause. Es handelt sich um „gestrandete, ungewollte und vergessene Tiere“, die das Ehepaar Braun mit ihren ehrenamtlichen HelferInnen versorgen und pflegen. Jedes Tier hat einen Namen und eine eigene Geschichte. Dazu und über die, mit diesem Engagement verbundenen Herausforderungen wird das Ehepaar seinen Besuchern erzählen.

#### ● Kurs 9314

**Jutta + Lothar Braun**

Sa. 26.10.2024, 14:30 – 16:00 Uhr  
 Zum Vogelsborn 48, 66265 Heusweiler-Eiweiler  
 gebührenfrei, eine Hutsammlung für die Tiere ist willkommen

**Junge vhs****Weihnachten bei den Tieren**

Zu einem besonderen Erlebnis für Groß und Klein lädt das Ehepaar Braun kurz vor Weihnachten auf ihren Gnadenhof, die Auffangstation für Tiere in Not ein, denn auch dort wird es sodann Weihnachten! Seit rund 16 Jahren leben in den artgerechten, märchenhaft gestalteten Behausungen und auf den anliegenden Weideflächen inzwischen etwa 50 Schafe und Ziegen sowie andere gestrandete, ungewollte und vergessene Kleintiere, die ein beschütztes und gemütliches Zuhause gefunden haben. Dies verlangt hohes Engagement, helfende Hände und Mittel für Futter, Tierarzt und Behausungen. Während der Führung erfahren die Besucher mehr über die Einzelschicksale, Namen und zu respektierenden Eigenarten der Gnadenhofbewohner.

● **Kurs 9315****Jutta + Lothar Braun**

Sa. 21.12.2024, 14:30 – 16:00 Uhr  
Zum Vogelsborn 48,  
66265 Heusweiler-Eiweiler  
gebührenfrei, eine Hutsammlung wird den Tieren zugutekommen

**Nachmittagskurs****Kreativer Entspannungsworkshop**

Hektik und Stress bestimmen unseren Alltag. Tauchen Sie mit mir für eine kurze Zeit ab aus dem Dschungel der Verpflichtungen. In gemütlicher Runde bemalen und beschriften wir Ziegel zur Deko und als Geschenk. Ob einfach nur mit einem Kräuternamen, einem Verslein oder Gedicht. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Beispiele und Anregungen bringt die Dozentin mit.

● **Kurs 9318**

**Tanja Both, Natur-,  
Kräuter- und Umweltpädagogin**

Di. 28.01.2025, 17:00 – 18:30 Uhr  
Friedr.-Schiller-Schule, Werkraum  
EUR 14,00 (zzgl. 5,00 EUR Materialkosten  
bar vor Ort zu entrichten)

Die Veranstaltungen 9321 – 9323  
finden im Rahmen der Heusweiler  
Seniorenwochen statt.

**Vortrag****Fit durchs Jahr mit Oxymel**

Diese traditionelle, wohlschmeckende Mischung aus Honig und Essig feiert ihr Comeback. Bereits die beiden Grundzutaten besitzen heilsame Wirkung. Verstärkt durch die Zugabe verschiedenster Kräuter aus dem heimischen Garten findet die nahezu alkoholfreie Tinktur Anwendung in der Volksheilkunde und Küche. Sie kann Immun- und Herz-Kreislauf-System und Verdauung stärken und hilft, Erkältungen schneller zu überwinden. Sie lernen die Eigenschaften von Honig und Essig sowie verschiedenen Kräutern kennen, die die Wirkung des Oxymels intensivieren. Verschiedene Zubereitungs- und Anwendungsmöglichkeiten werden erläutert.

● **Kurs 9321****Annette Georg, Heilpraktikerin**

Do. 17.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
Kulturhalle am Markt, Heusweiler  
EUR 5,00

**Vortrag****Altbausanierung, -modernisierung,  
Fördermittel**

Was kann ich in meinem Wohnhaus tun, um Heizkosten oder Stromkosten einzusparen? Kann ich auch für kleinere energetische Sanierungen vom Staat eine Förderung erhalten? Der Referent erklärt Energieeinsparung im und am Wohngebäude und deren Fördermöglichkeiten. Er bietet einen umfassenden Überblick über

**Dozentinnen und  
Dozenten**

**JUTTA UND LOTHAR BRAUN**  
**Gnadenhof Eiweiler**

» Bereits seit über 15 Jahren kümmert sich der Gnadenhof Eiweiler um sogenannte Nutztiere (Schafe, Ziegen, Enten, Hühner und Kaninchen)! Jedes der dort lebenden Tiere hat eine Geschichte! Es sind Tiere aus nicht artgerechter Haltung, Fundtiere oder Tiere in Not! «



aktuelle Anforderungen und Fördermöglichkeiten (z.B. KfW, BAFA) zur energetischen Wohnhaussanierung. Kleinere und größere energetische Einsparpotentiale im Eigenheim oder in der Mietwohnung werden an Hand von Praxisbeispielen erläutert, individuelle Fragen werden beantwortet.

● **Kurs 9322**

**Dirk Redmann, Dipl.-Ingenieur, Gebäudeenergieberater**

Do. 24.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
Kulturhalle am Markt, Heusweiler  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Vorstellung der EUTB**

Die EUTB ist ein vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördertes unabhängiges und kostenloses Beratungsangebot. Sie ist offen für alle Ratsuchenden und richtet sich an Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung, Angehörige, Interessierte und Fachkräfte. Ziel ist es, zu allen Themen der Teilhabe zu informieren und zu beraten. Die Anliegen der Ratsuchenden stehen dabei im Mittelpunkt. Die EUTB ist unabhängig von Institutionen und Behörden und in ihrer Beratung nur den Ratsuchenden gegenüber verpflichtet. Die Themen reichen dabei von Fragen aus dem Bereich Schwerbehinderung, selbstbestimmtes Wohnen, Assistenz, Arbeit, Selbsthilfe, Freizeitgestaltung, Pflege.

● **Kurs 9323**

**Claudia Warken, Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, EUTB**

Do. 31.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
Kulturhalle am Markt, Heusweiler  
gebührenfrei

● **Kurs 9325**

**Claudia Warken, Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, EUTB**

Do. 07.11.2024, 17:30 – 19:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule,  
EG, Raum 012, barrierefrei zu erreichen  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Energetische Sanierungen und Fördermittel**

Was kann ich in meinem Wohnhaus tun, um Heizkosten oder Stromkosten einzusparen? Kann ich auch für kleinere energetische Sanierungen vom Staat eine Förderung erhalten? Der Referent erklärt Energieeinsparung im und am Wohngebäude und deren Fördermöglichkeiten wie z. B. energetische Sanierungsmaßnahmen der Gebäudehülle oder der Heizwärme- oder Warmwasserbereitung. Er bietet einen umfassenden Überblick über aktuelle Anforderungen und Fördermöglichkeiten (z. B. KfW, BAFA) zur energetischen Wohnhaussanierung. Kleinere und größere energetische Einsparpotentiale im Eigenheim oder in der Mietwohnung werden an Hand von Praxisbeispielen erläutert, individuelle Fragen werden beantwortet.

● **Kurs 9327**

**Dirk Redmann, Dipl.-Ingenieur, Gebäudeenergieberater**

Do. 14.11.2024, 19:00 – 21:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule,  
1. OG/Südflügel, Medienraum  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Das Immunsystem – Unsere körpereigene Passkontrolle**

Eine starke körpereigene Abwehr ist die beste Vorsorge für unsere Gesundheit. In Zeiten mit einer erhöhten Ansteckungsgefahr durch Viren und Bakterien kommt

unserem Immunsystem eine große Bedeutung zu. Jeder von uns kommt täglich mit Erregern in Kontakt. Doch wie kann es sein, dass die rüstige Nachbarin gesund bleibt und andere nicht? Unser Immunsystem hat seinen Anteil daran. Als „Superorgan“ schützt es uns vor Eindringlingen von außen. Das intakte Immunsystem vollbringt tagtäglich Höchstleistungen, um uns zu schützen und gesund zu erhalten. Sie erfahren, wie das Immunsystem funktioniert, was es schwächt und wie Sie ihre Abwehrkräfte mit einfachen Mitteln stärken und somit die Infektanfälligkeit verringern können. Hierbei spielen u. a. der gesunde Darm und die Darmbakterien eine große Rolle. Zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte können Sie selbst viel beitragen, hierzu bekommen Sie im Vortrag grundlegende Informationen und viele praktische Tipps.

● **Kurs 9329**

**Annette Georg, Heilpraktikerin**

Do. 23.01.2025, 17:30 – 19:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule,  
1. OG/Südflügel, Medienraum  
EUR 5,00

**GESELLSCHAFT UND KULTUR**

**Vortrag**

**Serious Games – Computerspiele mit ernstem Inhalt**

Computerspiele erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Während viele der Titel der reinen Unterhaltung dienen, gibt es in den letzten Jahren auch immer mehr sogenannte Serious Games. Diese haben es sich zum Ziel gemacht, ernste Inhalte oder historische Themen im Spiel zu vermitteln. Der Vortrag soll zeigen, dass hinter Gaming mehr steckt, als man auf den ersten Blick vermuten könnte.

● **Kurs 9331**

**Bernd Schneider, Mediengestalter – Digital & Print, Kulturwissenschaftler**

Do. 19.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule,  
1. OG/Südflügel, Medienraum  
EUR 5,00

**Vortrag**

**KI – Einführung in CHATGPT, MIDJOURNEY und CO (für Anfänger)**

Heutzutage gibt es kaum einen Tag, an dem man nicht mit dem Begriff Künstliche Intelligenz konfrontiert wird. Im Vortrag geht es darum, einen ersten Eindruck zu vermitteln, wie KI eingesetzt werden kann und welche Vor- und Nachteile sie mit sich bringt. Gezeigt werden einige der gängigsten Anwendungen und mögliche Einsatzgebiete. Natürlich gibt es die Möglichkeit, die angesprochenen Programme selbst kurz auszuprobieren. Der Vortrag richtet sich an Einsteiger und soll einen einfachen Blick auf die neue Technologie gewähren.

● **Kurs 9332**

**Bernd Schneider, Mediengestalter – Digital & Print, Kulturwissenschaftler**

Do. 26.09.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule  
1. OG/Südflügel, Medienraum  
EUR 5,00

**Vortrag**

**3D-Drucker im Einsatz für Modellbauer und Bastler**

Immer mehr Modelle von 3D-Druckern können zu erschwinglichen Preisen erworben werden. Die Einsatzmöglichkeiten der Geräte sind vielseitig. Der Vortrag zeigt auf, wie man als Modellbauer oder Bastler von den Vorteilen eines eigenen Druckers profitieren kann. Besonders Fans von Miniaturen und kleinere Dioramen

können über kostenlose oder sehr günstige Druckvorlagen aus dem Internet für Nachschub in der Sammlung sorgen.

● **Kurs 9333**

**Bernd Schneider, Mediengestalter – Digital & Print, Kulturwissenschaftler**

Mo. 18.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule,  
1. OG/Südflügel, Medienraum  
EUR 5,00

**Vormittagskurs**

**Geschichtswerkstatt Köllertal**

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Geschichtswerkstatt sind gerne gesehen – eine wissenschaftliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Erwartet werden Interesse an heimatkundlichen Fragen und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an der Erstellung des Köllertaler Jahrbuchs. Informationen bei Monika Jungfleisch unter Fon 06806 2355.

● **Kurs 9712**

**Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 4 Termine  
18.09., 06.11., 11.12.2024 und 22.01.2025  
Kulturbahnhof Püttlingen  
gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**



**MONIKA JUNGFLEISCH**  
*Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin*

» *Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «*

**FREMDSPRACHEN****Englisch****Abendkurs****Englisch A2 Stufe 2**

Fortsetzungskurs A2 Stufe 1.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A2.1, Verlag Klett, ISBN 978-3-12-501638-5

● **Kurs 9341**

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

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 16.09.2024, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

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

**Abendkurs****Refresh Now A2 Stufe 5**

Lehrbuch: Network Refresh Now A2

● **Kurs 9342**

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

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 17.09.2024, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

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

**Abendkurs****Englisch B1 Stufe 1**

Lehrbuch: Network Now B1.1

● **Kurs 9343**

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

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.09.2024, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule

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

**Deutsch****Vormittagskurs****Mama lernt Deutsch**

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niedrigschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs dient ausdrücklich nicht nur ukrainischen Frauen, sondern auch anderen Bewohnerinnen und Bewohnern aus Heusweiler mit wenig Deutschkenntnissen. Interessierte werden gebeten, am ersten Kurstermin um 8:30 Uhr, vor Ort zu kommen. Dort werden dann weitere Absprachen getroffen und je nach Bedarf auch noch ein weiterer Mama-lernt-Deutsch-Kurs eingerichtet. Dieser Kurs ist kostenfrei.

● **Kurs 9345**

**Albert Stoffer**

Di. + Fr. 09:00 – 11:30 Uhr

ab 17.09.2024, 18 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

Betreuungsraum der

Nachmittagsbetreuung, EG

60 UST, gebührenfrei

**EDV-KURSE****Nachmittagskurs****EDV – Grundkurs für alle, die in die digitale Welt einsteigen möchten**

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

● **Kurs 9351**

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Mo. 16:15 – 17:45 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

2. OG, Südflügel, PC-Raum

20 UST, EUR 68,00

**Abendkurs****EDV – Fortgeschrittene:****Den privaten PC besser nutzen**

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

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

● **Kurs 9352**

**Klaus-Peter Rodenbusch**

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 16.09.2024, 8 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,

2. OG, Südflügel, PC-Raum

16 UST, EUR 54,00

**Nachmittagskurs****Sich sicher im Internet bewegen –  
Datenschutz und -sicherheit**

Kommen Sie mit ins Internet, und lernen Sie, wie Sie sich dort geschützt und sicher bewegen. Einführung ins welt-weite-Web für alle, die diese Welt in Begleitung des Dozenten entdecken möchten.

● **Kurs 9353****Klaus-Peter Rodenbusch**

Di. 16:15 – 17:45 Uhr

ab 17.09.2024, 6 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,  
2. OG, Südflügel, PC-Raum  
12 UST, EUR 40,00

**Abendkurs****Excel-Kurs**

Dieser Kurs führt in das Programm ms Excel™ ein. Funktionen werden erlernt, eingeübt und vertieft. In Absprache mit den Teilnehmenden können Interessen orientiert Schwerpunkte bestimmt werden.

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

● **Kurs 9354****Klaus-Peter Rodenbusch**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 17.09.2024, 8 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,  
2. OG, Südflügel, PC-Raum  
16 UST, EUR 54,00

**BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG****Junge vhs****Tänzerische Früherziehung für Kinder**

♿ ab ca. 3 1/2 Jahren

Fliegen wie ein Vögelchen, hüpfen wie ein Flummie, wachsen wie die Blümchen – in der tänzerischen Früherziehung erlernen wir spielerisch Grundlagen des Tanzes. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Wir fördern u. a. Musikalität, Körperwahrnehmung, Kreativität, gesunde Körperhaltung und legen dabei den Grundstein für die Freude am Tanzen.  
*Mitzubringen: Sportkleidung, Gymnastikschläppchen.*

● **Kurs 9361****Jessica Ernst, Kinderballettpädagogin**

Do. 14:15 – 15:00 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,  
Musiksaal  
15 UST, EUR 75,00

**Junge vhs****Kinderballett**

♿ von 5 – 8 Jahren

Wir erarbeiten spielerisch und kindgerecht die Grundlagen des klassischen Balletts und fördern gleichzeitig u. a. Körperwahrnehmung, Konzentration, Kreativität und eine gesunde Körperhaltung. Dabei ist das wichtigste der Spaß am Tanzen. Denn beim Ballett geht es nicht darum, der oder die Beste zu sein, sondern darum, eine Geschichte zu erzählen!

*Mitzubringen: möglichst enganliegende Sportkleidung, Gymnastikschläppchen.*

● **Kurs 9362****Jessica Ernst, Kinderballettpädagogin**

Mi. 16:00 – 17:00 Uhr

**Korea hautnah  
erleben**

Schlüpfen Sie in das traditionelle koreanische Gewand Hanbok, das von der Joseon-Dynastie bis heute einen wichtigen Teil der koreanischen Kultur verkörpert. Unsere Hanbok Experience wird nicht nur KDrama-Fans begeistern. Lassen Sie sich diesen Moment von unserem Fotografen verewigen, der Ihnen die Fotos direkt vor Ort ausdrückt.

● **Kursnummer 3851**

**Sa. 02.11.2024, 16:00–18:00 Uhr**  
vhs-Zentrum, 1. Etage

Die Veranstaltung ist gebührenfrei.  
Um Anmeldung wird gebeten:  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

ab 18.09.2024, 15 Termine  
 Johann-Wolfgang-von Goethe-Schule,  
 Turnhalle  
 20 UST, EUR 99,00

### Nachmittagskurs

#### Pilates

Pilates ist ein rehabilitierendes, präventives und figurformendes Ganzkörpertraining. Mit kontrollierten, präzisen Übungen stärken wir die Körpermitte und sorgen somit für eine gesunde Körperhaltung, straffen die Silhouette, erhöhen die Beweglichkeit und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Das Training eignet sich für alle, die Spaß an Bewegung haben, unabhängig von Alter, Fitnessniveau oder Körperform.

*Mitzubringen sind ggf. Fitnessmatten, Handtuch und rutschfeste Socken.*

#### ● Kurs 9363

**Jessica Ernst, zertifizierte Pilatetrainerin**

Mi. 14:30 – 15:45 Uhr

ab 18.09.2024, 10 Termine

Johann-Wolfgang-Von-Goethe-Schule,  
 Turnhalle

17 UST, EUR 85,00

### Exkursion

#### Achtsamkeit trifft Lebensfreude

Wir kombinieren Achtsamkeitstraining mit den Vorteilen des Lachyoga und lassen somit in einer lebendigen Gruppe eine zunehmende Heiterkeit entstehen; wir wollen Stress abbauen, das Immunsystem stärken, die Gesundheit fördern, zu mehr Gelassenheit finden und eine positive Grundhaltung entwickeln. Der Kurs endet mit einer entspannenden Meditation und basiert auf den Lachyogaübungen und der Philosophie des Begründers des Lachyoga, dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria. *Bitte etwas zu trinken mitbringen und bei Bedarf Kissen und Decke für die Entspan-*

*nung und geeignetes Hallenschuhwerk oder Antirutschsocken.*

#### ● Kurs 9366

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Do. 15:00 – 17:00 Uhr

ab 23.01.2025, 4 Termine

Friedrich-Schiller-Schule,  
 Musiksaal

11 UST, EUR 67,00

### Abendkurs

#### Wirbelsäulengymnastik und Ausdauertraining für Frauen (Präventionskurs)

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. Evtl. Einschränkungen bitte zuerst mit einem Arzt besprechen und bei Kursbeginn vertraulich mitteilen.

*Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und Durstlöscher mitbringen.*

#### ● Kurs 9367

**Alexandra Albert, liz. Gesundheitssporttrainerin, liz. Rückentrainerin**

Mo. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 16.09.2024, 15 Termine

Turnhalle Richard-Wagner-Str., Heusweiler  
 30 UST, EUR 68,00

### Abendkurs

#### Hatha – Yoga für Anfänger

Wir alle kennen sie: Die Bilder aus sozialen Medien und Fernsehen, die perfekt durchtrainierte, stets lächelnde und super dehnbare Praktizierende zeigen. Doch entspricht das leider nur einer sehr verzerrten, oberflächlichen Interpretation von Yoga. Die alte indische Ursprungsidee, sich von den Begrenzungen des eigenen Verstands zu lösen und sich mit dem Göttlichen zu verbinden, ist bis heute geblieben. Inzwischen sind jedoch viel mehr Übungen und Tools hinzugekommen, die uns zu mehr innerer Ruhe, Klarheit und einer tiefen Verbindung mit uns selbst verhelfen können. Wir beschäftigen uns mit den Grundlagen, Atemübungen, Mantrien und Meditation. Es sind alle Menschen (ungeachtet des eigenen Kenntnisstands) eingeladen, daran teilzunehmen.

*Bringen Sie bitte eine Matte, Trinkflasche, ein bis zwei Yogablöcke plus evtl. eine Decke und ein Meditationskissen mit.*

#### ● Kurs 9368

**Anika Heger, Erzieherin, Yogalehrerin**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 18.09.2024, 10 Termine

Friedr.-Schiller-Schule, Musiksaal  
 20 UST, EUR 63,00

**Nachmittagskurs****Autogenes Training Grundkurs**

Durch Üben von Autogenem Training kann es Ihnen gelingen, gewünschte Entspannungszustände fast immer und überall zu erreichen. Ziele sind Stress und dessen Symptome positiv zu beeinflussen, Selbstwahrnehmung und -kontrolle zu steigern, mehr Autonomie und Selbstwirksamkeit zu erreichen, zu leichterem Einschlafen und verbesserten Schlaf zu gelangen, Schmerzen zu reduzieren, Muskeltonus, Regulation von Kreislauf und Atmung zu verbessern. Der Kurs kann zur Burn-Out-Prävention und Förderung von Gesundheit, Vitalität und Leistungskraft dienen.

*Bitte bringen Sie eine Decke, ein Kissen und eine Matte mit.*

● **Kurs 9370**

**Heike Sutor, Yogalehrerin, Sozialarbeiterin, Entspannungstrainerin, Psychologische Beraterin**

Mi. 17:30 – 18:30 Uhr  
ab 25.09.2024, 10 Termine  
Friedrich-Schiller-Schule,  
2. OG, Ostflügel, Raum 208  
13 UST, EUR 56,00

**Abendkurs****Tiefenentspannung mit geführten Meditationen und Phantasiereisen**

In einer geführten Meditationsreise gelingt es sehr leicht, in unsere „Innenwelt“ einzutauchen, in eine sehr tiefe Entspannung zu gelangen und die Selbstheilungskräfte anzuregen. Indem wir gezielt positive innere Bilder „erschaffen“ und uns dadurch auf unsere uns innen wohnenden Kräfte konzentrieren, kann sich unser Leben positiv verändern. Wir gewinnen mehr Selbstwirksamkeit, Freiheit und Freude, steigern Gesundheit und Wohlbefinden. Der Kurs ist für alle geeignet, die

Entspannung und mehr inneren Frieden erreichen wollen. Er lässt sich sehr gut mit Autogenem Training kombinieren, da man dann schon „vorentspannt“ ist. Bei psychischen Erkrankungen und Herz-Kreislaufproblemen bitte mit dem Arzt besprechen, ob Tiefenentspannung für Sie eignet ist!

*Bitte bringen Sie eine Decke, ein Kissen und eine Matte mit.*

● **Kurs 9371**

**Heike Sutor, Yogalehrerin, Sozialarbeiterin, Entspannungstrainerin, Psychologische Beraterin**

Mi. 18:45 – 19:45 Uhr  
ab 25.09.2024, 10 Termine  
Friedrich-Schiller-Schule,  
2. OG, Ostflügel, Raum 208  
13 UST, EUR 56,00

**Abendkurs****Line Dance**

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der in Reihen vor- und nebeneinander getanzt wird. Alle TeilnehmerInnen tanzen eigenständig aber gleichzeitig zusammen in der Gruppe. Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert, die meist aus den Kategorien Country und Pop stammt. Für wen ist Line Dance geeignet? Für jeden, der/die Spaß am Tanzen hat! Es fördert die Muskulatur, ist gut für das Gleichgewicht, für die Koordination, für Herz und Kreislauf und die auswendig gelernten Schrittabfolgen trainieren das Gedächtnis.

● **Kurs 9374**

**Caroline Pilcher**

Do. 19:00 – 20:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 10 Termine  
Friedrich-Schiller-Schule,  
1. Etage, Mittelfoyer  
13 UST, EUR 53,00

**Angebote im Kunst- und Kreativbereich**

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

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

**In Kooperation mit dem TV Holz**

Inhalt des laido ist das Üben von „Kata“, festgeschriebener Bewegungsabläufe, die inhaltlich einem Schwertkampf entsprechen. Sie werden mit einem Holzsword, oder einem Übungssword (Iaito) ausgeführt. Die Übenden stellen sich dabei einen oder mehrere Gegner vor, agieren der Situation entsprechend und besiegen sie. Iaido fördert die Entwicklung von Eigenschaften wie Kampfgeist, Präzision, Ästhetik, Konzentration und innerer Ausgeglichenheit. In diesem Kurs werden Grundlagen des Iaido vermittelt sowie die Kata des ZNKR-Iaido erlernt. Es wird barfuß geübt.

*Holzsword und Gürtel können kostenlos ausgeliehen werden.*

**Abendkurs****Iaido am Montag**● **Kurs 9376****Uwe Müller**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Glück Auf Halle Holz,

Glück-Auf-Weg 5, 66265 Heusweiler

20 UST, EUR 45,00

**Abendkurs****Iaido am Dienstag**● **Kurs 9377****Uwe Müller**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 17.09.2024, 10 Termine

Schulturnhalle Holz,

Glück-Auf-Weg 1, 66265 Heusweiler

20 UST, EUR 45,00

Aikido Toho Iai oder Aiki Toho Iaido wurde von Meister Shoji Nishio entwickelt. Der Name „Aikido Toho“ bedeutet „Aikido Art und Weise des Schwertes“. Daher finden sich viele Elemente des Aikido in den Toho-Formen wieder. Diese Nähe zum Aikido ist die Besonderheit des von uns praktizierten Iaido-Stils. Er ist geprägt von dynamischen, weichen, runden Bewegungen. Alle 15 Katas (Übungsformen) werden komplett im Stand ausgeführt (mit Ausnahme einer Form, die im Kniestand endet). Die Toho-Formen werden ergänzt durch die Partnerübungen Kentaiken und Kentaijo, in denen sich die Elemente der Toho-Form wiederfinden. Es wird barfuß geübt. Holzsword und Gürtel können kostenlos ausgeliehen werden. VATI, der Verband für Aikido Toho Iai wurde 2016 gegründet und ist international eingebunden in die ENATO (European Nishio Aikido Toho Organization). Wir haben Mitglieder aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und den Niederlanden.

**Abendkurs****Aiki Toho Iaido am Montag**● **Kurs 9378****Uwe Müller**

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 16.09.2024, 10 Termine

Glück Auf Halle Holz,

Glück-Auf-Weg 5, 66265 Heusweiler

20 UST, EUR 45,00

**Abendkurs****Aiki Toho Iaido am Dienstag**● **Kurs 9379****Uwe Müller**

Di. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 17.09.2024, 10 Termine

Schulturnhalle Holz,  
Glück-Auf-Weg 1, 66265 Heusweiler  
20 UST, EUR 45,00

**KOCHEN****Abendkurs****Dienstagsküche**

Ein kurzer Kochkurs, der sich mit der frischen und leckeren Frühlings- und Sommerküche beschäftigt. Die Gerichte lassen sich unkompliziert zubereiten. Da die Kosten der Zutaten, die von der Dozentin ohne Aufschlag berechnet werden, vom noch ungewissen Einkaufspreis im nächsten Jahr abhängen, werden sie am ersten Abend mit den Teilnehmenden anhand der Gerichte besprochen. *Bitte bringen Sie eigene Messer, Schürze, Geschirrtücher und Aufbewahrungsschüsselchen mit.*

● **Kurs 9381****Anette Ehre**

Di. 17:45 – 21:45 Uhr

01.10., 05.11., 26.11.2024, 3 Termine

Friedrich-Schiller-Schule, Lehrküche,

Erdgeschoss

16 UST, EUR 40,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)

*Anmeldung erforderlich bis 26.09.2024***Nachmittagskurs****Wie man Ringelblumensalbe kocht**

Viele wissen noch aus ihrer Kindheit, dass Oma Ringelblumensalbe gekocht hat. Mit der Zeit sind die Rezepte, aber auch das Wissen, wo man Ringelblumensalbe einsetzt, verlorengegangen. Gemeinsam werden wir zwei verschiedene Sorten Ringelblumensalbe kochen und ihre Wirkung und Einsatzmöglichkeiten besprechen.

● **Kurs 9383****Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Di. 29.10.2024, 16:30 – 18:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Treffpunkt und  
Lehrküche, Erdgeschoss  
EUR 14,00 (zzgl. 10,00 EUR Kochumlage  
bar vor Ort zu bezahlen)

### Nachmittagskurs

#### Schnelle und gesunde Küche zum Thema Wraps

Wir leben in einer schnelllebigen Gesellschaft, in der es schwierig sein kann, den Spagat zwischen Arbeits- und Privatleben zu meistern. Dabei kommt gerade das gesunde Kochen mit frischen, natürlichen Zutaten zu kurz. Deswegen soll dieser Kurs ein einfaches Baukastensystem zum Thema Wraps an die Hand geben und so helfen, sich im Alltag öfter für die Option gesund und frisch zu entscheiden.  
*Bitte Geschirrtuch und Vorratsgefäß, evtl. Schürze, mitbringen.*

#### ● Kurs 9386

#### Jana Blum, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement

Do. 10.10.2024, 17:00 – 21:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Lehrküche,  
Erdgeschoss  
EUR 15,00 (zzgl. ca. 15,00 EUR Kosten für  
Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)  
*Anmeldung erforderlich bis 06.10.2024*

### Nachmittagskurs

#### Schnelle und gesunde Küche mit vegetarischer Vielfalt

Wir leben in einer schnelllebigen Gesellschaft, in der es schwierig sein kann, den Spagat zwischen Arbeits- und Privatleben zu meistern. Dabei kommt gerade das gesunde Kochen mit frischen, natürlichen Zutaten zu kurz. Gemüse wird oft wenig integriert und Fleisch im Übermaß konsumiert. In diesem Kurs werden einfache Gerichte mit viel Gemüse zubereitet. Entdecken Sie die bunte Vielfalt auf dem

Teller.  
*Bitte Geschirrtuch und Vorratsgefäß,  
evtl. Schürze, mitbringen.*

#### ● Kurs 9387

#### Jana Blum, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement

Do. 12.12.2024, 17:00 – 21:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Lehrküche,  
Erdgeschoss  
EUR 15,00 (zzgl. ca. 15,00 EUR Kosten für  
Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)  
*Anmeldung erforderlich bis 08.12.2024*

### Nachmittagskurs

#### Meal Prep

In diesem Kurs wird sich mit der Thematik des Meal-prepping auseinandergesetzt. Gemeinsam werden süße aber auch herzhaftere Varianten ausprobiert. Mit Hilfe des praktischen und theoretischen Inputs können sich die Teilnehmenden eine Art Meal Prep-Baukasten und somit ihr eigenes System erstellen, um das Meal-prepping in Ihrem Alltag zu etablieren.  
*Bitte Geschirrtuch und Vorratsgefäß, evtl. Schürze, mitbringen.*

#### ● Kurs 9388

#### Jana Blum, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement

Do. 16.01.2025, 17:00 – 21:00 Uhr  
Friedrich-Schiller-Schule, Lehrküche,  
Erdgeschoss  
EUR 15,00 (zzgl. ca. 15,00 EUR Kosten für  
Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)  
*Anmeldung erforderlich bis 11.01.2025*

## NÄHEN

### Nachmittagskurs

#### Mode und Accessoires selbst schneiden

In diesem Kurs arbeiten AnfängerInnen und TeilnehmerInnen, welche schon viele Jahre im Kurs kreativ zugange sind, unter professioneller Anleitung. Neue Mode für Groß und Klein, Kleidung aller Art, originelle, ganz persönliche Textileschenke – wie z. B. Kissen, Taschen, Decken, Tücher, Schälchen oder Deko – können aus selbst ausgewählten Stoffen – nach Schnittmustern oder aus eigenen Designs – fachkundig hergestellt werden. Ideen austauschen, Neues ausprobieren, umändern, verschönern, Schnittmuster, Technik und Stoffe kennenlernen oder Bewährtes einüben, ergänzen sowie Tipps, Tricks und Neues aus der Modewelt erfahren. Dieser Kurs kann zur Berufsvorbereitung oder als Hobby dienen.  
*Nähmaschinen und Zubehör sind selbst mitzubringen.*

#### ● Kurs 9390

#### Elke Schäfer, Schneiderin

Di. 16:15 – 19:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 12 Termine  
Friedr.-Schiller-Schule,  
Erdgeschoss, Nähraum  
48 UST, EUR 75,00

# WEIL WIR

# VOR DIR

# RESPEKT HABEN.



Arbeite mit uns im **Team!**

Offene Stellen und Informationen findest Du unter [reha-gmbh-jobs.de](https://reha-gmbh-jobs.de)



## Örtliche Leiterin

**Dr. Mareke Neumann***Örtliche Leiterin*

Torstr. 49

66663 Merzig

Fon: 0160 3807208

nose\_@t-online.de

## Anmeldung und Service

**Sandra Orzowski***Koordination Örtl. vhs*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4380

Fax 0681 506-4393

sandra.orzowski@rvsbr.de

**Crocetta Sajja***Sachbearbeiterin*

Altes Rathaus, Zi. 18

Schlossplatz 1

66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-4381

Fax 0681 506-4393

crocetta.sajja@rvsbr.de

## Unterrichtsorte

- Caritas Seniorenzentrum  
St. Barbarahöhe,  
66271 Kleinblittersdorf
- Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
Wintringer Str. 78  
66271 Kleinblittersdorf
- Kindertagesstätte Kleinblittersdorf  
Wintringer Str. 78  
66271 Kleinblittersdorf
- Ortsrat Bliesransbach  
In der Alten Schule  
Eschringer Str. 9  
66271 Kleinblittersdorf
- Grundschule Rilchingen-Hanweiler  
Turnhalle (Nähe Saarbahnhaltestelle)  
Bahnhofstr. 9  
66271 Kleinblittersdorf
- Remise Auersmacher  
66271 Kleinblittersdorf
- Blumenwerkstatt  
Susanne Hübschen  
In der Almet 19  
66271 Kleinblittersdorf



## Angebote im Kunst- und Kreativbereich

- Vorträge, Ausstellungsführungen und Exkursionen
- Mal- und Zeichenkurse (z. B. Aquarell, Acryl, Tusche, Bleistift)
- Kunsthandwerk (z. B. Goldschmieden, Floristik)
- Textiles Gestalten (z. B. Nähen)

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

## VORTRÄGE/ EINZELVERANSTALTUNGEN/ EXKURSIONEN/WORKSHOPS

### Natur und Umwelt

#### Junge vhs

#### Waldkunst – Für Familien: Wir erschaffen Kunstwerke aus Naturmaterialien

Die Veranstaltung eignet sich nicht nur, aber insbesondere für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Die Teilnehmer begeben sich auf eine spannende Entdeckungsreise in die Natur und beschäftigen sich intensiv mit ihr. Dabei kommen Spiel, Spaß und Spannung garantiert nicht zu kurz. Sie sammeln gemeinsam Baumaterialien, um daraus nach Herzenslust kreative Kunstwerke aus Naturmaterialien, wie eine Eule, zu schaffen. Bewegung, Sinneseindrücke und Naturerleben machen den Waldspaziergang zu einem unvergesslichen Abenteuer. Die Teilnahme von Kindern ist nur in Begleitung von einem Erwachsenen möglich.

*Wir veranstalten ein kleines Picknick. Bitte individuell Picknick und Getränke für Groß und Klein mitbringen! Es empfiehlt sich das Tragen von Arbeitshandschuhen, dem Wetter angepasster Kleidung sowie geschlossener, stabiler Schuhe.*

#### ● Kurs 9403

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Sa. 05.10.2024, 15:00 – 18:00 Uhr

Treffpunkt: Waldparkplatz Dragonerweg an der L 254 Kleinblittersdorf-Bliesransbach (gegenüber Wolfskaul)

EUR 5,00

#### Exkursion

#### Meditatives Gehen in der Weihnachtszeit

Stille Genießen, besinnliche Zeit wahrnehmen und sich Zeit nehmen für sich selbst. Von Atemübungen bis Gedankenanstößen werden wir diesen Morgen gemeinsam in der Natur genießen und uns so ein Stück vom Stress und Alltag entspannen.

#### ● Kurs 9404

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

So. 22.12.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Waldparkplatz Dragonerweg an der L 254 Kleinblittersdorf-Bliesransbach (gegenüber Wolfskaul)

EUR 14,00

#### Vortrag

#### Permakultur – Was ist das?

Der Vortrag bietet einen ersten kurzen Einblick in das komplexe Themengebiet der Permakultur. Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied, erklärt, was Permakultur ist, und stellt die wichtigsten Planungswerkzeuge sowie einige zentrale Gestaltungselemente für den Permakultur-Garten vor. Mit dem Wissen aus diesem Vortrag wird es Ihnen möglich sein, die ersten Experimente auf der eigenen auch noch so kleinen Anbaufläche (Gärtnern auf 5 m<sup>2</sup>) zu wagen, um diese in ein artenreiches Gartenbiotop umzugestalten.

#### ● Kurs 9406

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 30.09.2024, 18:30 – 20:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf

EUR 5,00

**Vortrag****Nachhaltige Kleidung und Schuhe**

Deutsche Verbraucher kaufen im Durchschnitt 60 Kleidungsstücke pro Jahr. Getragen werden sie aber nur noch halb so lange wie vor 15 Jahren. Der Vortrag geht darauf ein, welche verheerenden Folgen die Fast Fashion-Industrie für Menschen und Umwelt hat, wie groß der Ressourcenverbrauch und der Einsatz von Chemikalien sind und wie katastrophal die Arbeitsbedingungen sind. Ferner erfahren Sie, wie Sie Kleidung nachhaltig tragen und konsumieren können.

● **Kurs 9407**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mi. 30.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
EUR 5,00

**Vortrag****Wie hängen Klima- und Naturkrise zusammen?**

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.

● **Kurs 9408**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Do. 14.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
EUR 5,00

**Vortrag****Waldschutz**

Der Vortrag liefert Antworten auf folgende Fragen: Was ist eigentlich Wald? Wie kann man ihn bestmöglich schützen? Und warum ist er in Gefahr? Ferner stellt er zentrale Waldschutzmaßnahmen vor, vermittelt Grundlagenwissen zu den verschiedenen Ökosystemleistungen des Waldes, seinem Struktureichtum und warum Wälder so wichtig für Klima- und Naturschutz sind.

● **Kurs 9410**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mi. 29.01.2025, 18:30 – 20:30 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
EUR 5,00

**Vortrag****Deutschland und seine Schutzgebiete**

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in diesem Vortrag näher eingegangen.

● **Kurs 9411**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 17.02.2025, 18:30 – 20:30 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
EUR 5,00

**Vortrag****Moore**

Moore erbringen beispielsweise durch das Binden von Kohlendioxid grundlegende Ökosystemleistungen und vieles mehr. Dennoch sind Moore stark gefährdet. Dieser Vortrag führt in das Ökosystem Moor ein und gibt einen Einblick, warum Moore Gefahren ausgesetzt sind. Ferner zeigt

**Dozentinnen und Dozenten****STEFAN KEES**

*Dozent und örtlicher Leiter*

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

er Wege auf, wie man Moore und damit auch unser Klima schützen kann.

● **Kurs 9412**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 21.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
EUR 5,00

## Literatur

### Abendkurs

#### Lesestube

Sie lesen gern und haben Lust dazu, einmal im Monat über Bücher zu sprechen, die Sie besonders beeindruckt haben? Dann kommen Sie in die Lesestube! Am Dienstag, 01.10.2024 geht es mit einem Vorschlag von mir los. „Die Klassenkameradin“ von der saarländischen Autorin Martina Berscheid (erschien im Jahr 2023 in dem Verlag Edition Schaumberg) hat mich überzeugt und ich freue mich darauf, Ihre Meinungen zu hören und mit Ihnen über dieses Buch zu diskutieren. *Bringen Sie Ihre Vorschläge mit. Es können Klassiker sein oder aktuelle Bücher. Wir legen die gemeinsame Leseliste dann in der Gruppe fest.*

● **Kurs 9415**

**Dr. Karen Aydin, Autorin**

Di, 01.10., 05.11, 03.12., 07.01., 04.02. 2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
10 UST, EUR 40,00

## Floristik

### Abendkurs

#### Rindengefäß

Entdecke die herbstliche Fülle in unserem Kurs: Gestalte ein Gefäß aus natürlicher Rinde und verleihe ihm mit Blumen, Beeren und Dachwurzpflanzen den Zauber des Herbstes.

*Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere und evtl. Klebepistole*

● **Kurs 9421**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mi. 25.09.2024, 18:30 – 21:00 Uhr  
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf  
EUR 13,50 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Loop

Komm in unseren Herbstkurs und kreiere einen einladenden Türschmuck! Verwende biegsame Zweige binde damit einen herbstlichen Loop, schmücke ihn mit den Schätzen der Natur in warmen Herbstfarben – bringe die saisonale Eleganz direkt an deine Haustür!

*Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere und evtl. Klebepistole*

● **Kurs 9422**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 16.09.2024, 18:30 – 21:00 Uhr  
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf  
EUR 13,50 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Drahtstern

Entdecke die Magie des Winters in unserem Kurs: Erschaffe deinen eigenen funkelnden Drahtstern, kunstvoll verziert mit duftendem Eukalyptus, zarten Trockenblumen und einer zauberhaften Lichterkette. Tauche ein in die festliche Kreativität und erlebe, wie dein Zuhause im Glanz des Winters erstrahlt!

*Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere und evtl. Klebepistole*

● **Kurs 9423**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mi. 06.11.2024, 18:30 – 21:00 Uhr

## 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. «

Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf  
EUR 13,50 (zzgl. Kosten für Material bar  
vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Adventskranz

Tauche ein in die festliche Welt des Advents mit unsrem Kurs: Erschaffe deinen einzigartigen Adventskranz aus duftendem Eukalyptus und traditionellem Tannengrün, verziert mit funkelnde Accessoires

*Bitte mitbringen: Gartenschere, Messer, Bandschere, 4 Kerzen und evtl. Klebepistole*

#### ● Kurs 9424

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mi. 20.11.2024, 18:30 – 21:00 Uhr  
Blumenwerkstatt, Kleinblittersdorf  
EUR 13,50 (zzgl. Kosten für Material bar  
vor Ort zu bezahlen)

## Malen

### Abendkurs

#### Zeichnen und Malen für Anfänger und Fortgeschrittene

Die malerische oder zeichnerische Umsetzung von Motiven ist Gegenstand dieses Kurses. Die TeilnehmerInnen werden inspiriert von eigenen Skizzen, Fotografien und vorhandenen Objekten. Die verschiedenen Techniken wie Aquarell, Acryl, Bleistift, Farbstift, Kreide, Pastell werden erläutert und vertieft.

*Vorbesprechung: Mi, 18.09.2024,  
18:30 – 19:15 Uhr*

#### ● Kurs 9430

**Klaus R. Ecke**

Mi. 18:30 – 20:45 Uhr  
ab 25.09.2024, 8 Termine  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf  
24 UST, EUR 60,00  
max. 10 TeilnehmerInnen

## FREMDSPRACHEN

### Französisch

#### Vormittagskurs

#### Französisch für den Alltag Konversation

Konversation im täglichen Leben, im Urlaub und zum Aktivieren der grauen Zellen. B1 Sprachkenntnisse werden vorausgesetzt. Frau Nicolay knüpft interaktiv an den vorhandenen Kenntnissen der TeilnehmerInnen an. Es wird mit Fotokopien gearbeitet. Eventuelles Lehrbuch wird besprochen.

#### ● Kurs 9440

**Chantal Nicolay**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
Ortsrat Bliesransbach, Sitzungssaal  
20 UST, EUR 63,00 (47,00)  
max. 12 TeilnehmerInnen

## KULTUR – KAFFEE-KLATSCH

### Wochenendkurs

#### KULTUR - KAFFEE-KLATSCH

#### Lesung Kaleidoskop verschiedener Bücher von ihm

#### ● Kurs 9450

**Pfarrer Walter Henßen**

So. 22.09.2024, 15:30 – 17:30 Uhr  
Gaststätte der Jahnturnhalle  
des TUS Bliesransbach, Jahnstraße 14  
gebührenfrei

### Wochenendkurs

#### KULTUR - KAFFEE-KLATSCH

#### Jazz, Latin, Blues

#### ● Kurs 9451

**Gebhardt Ro und Alec**

So. 13.10.2024, 15:30 – 17:30 Uhr

## Dozentinnen und Dozenten



### KLAUS R. ECKE

*Dozent für Zeichnen und Malen*

» Die zeichnerische oder malerische Entstehung eines gegenständlichen Motivs ist ein faszinierendes Erlebnis – allein durch Linien und Flächen, durch Licht und Schatten, durch Farbverläufe. Ich selbst habe mich, ausgehend vom Technischen Zeichnen, immer wieder mit den verschiedenen Möglichkeiten der Darstellung befasst, sowohl mit der Reduktion auf die wesentlichsten Striche als auch mit der präzisen zeichnerischen oder malerischen Wiedergabe. Meine Erfahrungen weiterzugeben und die KursteilnehmerInnen in ihrer eigenen Entwicklung zu begleiten, ist mir ein Anliegen. Auf diesem Foto zu sehen bin ich mit Marina S., der Teilnehmerin meines Montagskurses „Aquarell, Pastell, Acryl“, bei der Vernissage zur gleichnamigen Ausstellung am 17. September 2018 im Alten Rathaus. «

Jahnturnhalle, TUS Bliesransbach,  
Jahnstraße 14  
gebührenfrei

### Wochenendkurs

#### KULTUR – KAFFEE-KLATSCH Adventskalender

##### ● Kurs 9452

*Charlotte Ebert/Astrid Lorig*

So. 08.12.2024, 15:30 – 17:30 Uhr

Gaststätte der Jahnturnhalle  
des TUS Bliesransbach, Jahnstraße 14  
gebührenfrei

### ENTSPANNUNG UND SELBSTERFAHRUNG

#### Nachmittagskurs

#### Yoga für Frauen und Männer

Yoga ist ein ganzheitlicher Gesundheitsweg für Frauen und Männer sowie Jung und Alt, der Körper, Geist und Seele trainiert und harmonisiert. In diesem Kurs erlernen und vertiefen Sie Grundprinzipien und Grundhaltungen des Hatha-Yogas. Körperwahrnehmung, Körperhaltung und Koordination werden verbessert, sodass das Prana (Lebensenergie) leichter fließen kann. Dadurch können sich Verspannungen lösen. Der Körper wird sanft gedehnt und gekräftigt. Durch die Verbindung des Atems mit Körper und Geist entsteht eine tiefe Harmonie und Ruhe. In meditativen Übungen kann die Konzentration gestärkt, der Geist gebündelt und ein Gefühl der Einheit und Verbundenheit spürbar werden – Yoga als Übungsweg hin zu mehr Lebensenergie, Lebensfreude und Harmonie.

*Der Kurs ist auch für Anfängerinnen und Anfänger offen. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.*

##### ● Kurs 9461

*Elisabeth Duppre*

Do. 17:30 – 19:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Caritas Seniorenzentrum St. Barbarahöhe  
30 UST, EUR 75,00

#### Abendkurs

#### Yoga für Frauen und Männer

Der Kurs ist auch für AnfängerInnen offen.  
*Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.*

##### ● Kurs 9462

*Elisabeth Duppre*

Do. 19:15 – 20:45 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine  
Caritas Seniorenzentrum St. Barbarahöhe  
30 UST, EUR 75,00

#### Vormittagskurs

#### Forever fit

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Training für den gesamten Körper zu ausgewählter Musik. Der Kurs ist offen für alle Altersgruppen, die Spaß an Bewegung haben. Der Kurs startet mit Aufwärmtraining, es folgen Stärkungsübungen für die Arm- und Beinmuskulatur und Übungen für Gleichgewicht und Koordination, Bodentraining zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur sowie abschließende Entspannungsübungen.

*Bitte Matte und Handtuch mitbringen!*

##### ● Kurs 9463

*Margit Schumacher*

Di. 09:30 – 10:30 Uhr

ab 17.09.2024, 7 Termine  
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf  
9 UST, EUR 33,00

#### Vormittagskurs

#### Rücken- und Bauchtraining

Dieses effektive Training dient der Vorbeugung von Rückenbeschwerden und der Kräftigung der Bauchmuskulatur. Mit dem Training wird es leichter, gesund, fit

### Dozentinnen und Dozenten



**CHANTAL NICOLAY**  
Dozentin Französisch

» Nach dem Studium der Romanistik und Germanistik und einem Jahr als Assistentin in Zweibrücken habe ich in der Touristikbranche und parallel dazu an verschiedenen vhs angefangen zu unterrichten. Bis heute unterrichte ich an der vhs und arbeite auch als Prüferin für DELF (Diplôme d'Etudes en langue française).

*Meine Muttersprache versuche ich in einer entspannten Atmosphäre, interaktiv und kurzweilig zu vermitteln. Dabei entsteht eine positive Gruppendynamik mit interessanten Debatten über das tägliche Leben und die aktuellen Ereignisse und einem Austausch von Reise- und Kulturtipps. Sprechen(lernen) steht bei mir an erster Stelle.*

*Mein Motto ist: Mieux comprendre la France, les Français et LE français. <<*

und gestärkt im Alltag durchzustarten.  
Bitte Matte und Handtuch mitbringen!

● **Kurs 9464**

**Margit Schumacher**

Di. 10:45 – 11:45 Uhr  
ab 17.09.2024, 7 Termine  
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf  
9 UST, EUR 33,00

**Nachmittagskurs**

**Body Forming**

Schwerpunkte dieser Stunde bilden spezielle Übungen zum Straffen und Kräftigen von Bauch, Beinen, Po und Brust – kombiniert mit Ausdauertraining.

Bitte Matte mitbringen!

● **Kurs 9465**

**Daniela Rach**

Di. 17:15 – 18:15 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf  
20 UST, EUR 48,00

**RÜCKENSCHULE**

**Nachmittagskurs**

**Wirbelsäulengymnastik**

Gemeinsames Üben in lebhafter Runde mit dem Ziel, die Muskulatur rund um die Wirbelsäule durch harmonisches Zusammenspiel von Bewegung und Atmung zu kräftigen und zu entspannen. Außerdem üben wir schonende und nützliche Bewegungen zur Bewältigung des Alltags.

Bitte Socken, Decke oder Matte und bei Bedarf Nackenkissen mitbringen!

● **Kurs 9466**

**Martina Seul**

Mi. 17:30 – 18:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Kindertagesstätte Kleinblittersdorf  
20 UST, EUR 59,00

**KOCHEN UND ERNÄHRUNG**

**Abendkurs**

**High-Carb – VIVA LA PASTA!  
Escalazione gastronomica!**

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli ... Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es keinen Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckeren Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise ...

VIVA LA PASTA! Das Leben ist schön!

● **Kurs 9473**

**Giovanni Romano, Gastronom**

Do. 19.09.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf, Küche  
EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser werden am Kursabend erhoben und betragen EUR 19,00 pro Person)

**Abendkurs**

**Cucina alla Mamma –  
Kochen wie in Italien!**

Erinnern Sie sich an die leckeren Sommergerichte aus Ihrem Italienurlaub? In diesem Kurs werden wir einige schmackhafte Klassiker nachkochen! Bei einem gemütlichen Aperitif besprechen wir unseren Speiseplan und danach geht es schon los: Unter fachmännischer Anleitung und bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen und leidenschaftlichen Erfahrung in der Gastronomie leitet Sie der Küchenmeister Giovanni Romano durch die einzelnen Stationen bis hin zum perfekten Italo-Menu. Vier Gänge, einfach und schnell zubereitet, dazu jeweils einen passenden, leckeren Wein. Natürlich darf das *dolcis in fundo*, die

**Dozentinnen und Dozenten**



**GIOVANNI ROMANO**

**Gastronom und Genussvermittler**

» „Kochen ist die Kunst, mit Nahrung Glück zu erschaffen.“

Schon früh brachte mich meine tiefe Leidenschaft für das „Dolce Vita“ zum Kochen und in die Gastronomie. Die Schwerpunkte meiner Kochkurse liegen auf mediterranen Speisen, leckeren Pastagerichten und Risottos, aber auch auf schmackhaften Low-Carb-Menüs. Meine Mission diesbezüglich ist: „Gesund kann auch lecker!“ Die richtige Weinbegleitung vervollständigt den Gaumenschmaus ebenso wie der Espresso zum Schluss. Ein Kochkurs kann ein kurzer Urlaubstrip sein, bei dem das kulinarische Glück mit anderen geteilt werden kann. Werde ein Teil Deiner eigenen Kochshow! «

Nachspeise, nicht fehlen.

● **Kurs 9475**

*Giovanni Romano, Gastronom*

Do. 14.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,  
Küche

EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel,  
Weine und Wasser werden am Kursabend  
erhoben und betragen EUR 18,00 pro  
Person)

**Abendkurs**

**Natale a casa Romano**

Was zauberte denn die Nonna in der  
Weihnachtszeit? Geschichten, Rezepte  
und Leckereien wie Linguine alle Sarde,  
Totellini in Brodo, Arrosto di Natale  
(X-Mas-Braten), fluffiger Panettone,  
Torrone ... gibt es wieder von Genussver-  
mittler Dr. Pasta aka Giovanni Romano.  
Es wird ihm wieder ein „grandissimo  
piacere“ sein, mit Ihnen ein leckeres  
Weihnachtsmenü kochen zu dürfen.

● **Kurs 9476**

*Giovanni Romano, Gastronom*

Mo. 02.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,  
Küche

EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel,  
Weine und Wasser werden am Kursabend  
erhoben und betragen EUR 16,00 pro  
Person)

**Workshop**

**Backen im Backhaus Auersmacher**

Endlich wieder! Das Original!  
Streuselkuchen, Zimtkuchen, Brot,  
Mandelkuchen, Flammkuchen

● **Kurs 9477**

*Mechthild Jäger*

Do. 19.09.2024, 14:00 – 19:00 Uhr

Historisches Backhaus Auersmacher  
EUR 18,00 vor Ort zu entrichten, inklusive  
Lebensmittelkosten

**Workshop**

**Backen im Backhaus Auersmacher**

● **Kurs 9478**

*Mechthild Jäger*

Mi. 16.10.2024, 14:00 – 19:00 Uhr

Historisches Backhaus Auersmacher  
EUR 18,00 vor Ort zu entrichten, inklusive  
Lebensmittelkosten

**Abendkurs**

**Schnäpse und Liköre  
zur Weihnachtszeit**

Gemeinsam werden wir leckere Liköre  
und Schnäpse zubereiten. Ob als individu-  
elles Weihnachtsgeschenk oder um sich  
selbst zu verwöhnen. Von Avocadodrink  
bis hochprozentiges Weihnachtsfrücht-  
chen wird für jeden Geschmack was  
Leckeres dabei sein.

● **Kurs 9479**

*Tanja Both, Natur-,  
Kräuter- und Umweltpädagogin*

Di. 05.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,  
Küche

EUR 14,00 (zzgl. EUR 8,00 Materialkosten  
vor Ort)

**Abendkurs**

**Belgische Biere – Abtei und  
Trappistenbiere, Blondes**

Die belgische Bierkultur ist tief verwurzelt.  
Sie wird seit Jahrhunderten in Familien-  
betrieben, von Bauern und Mönchen  
lebendig gehalten. Das Ergebnis ist breite  
Palette origineller Bierstile, die es so fast  
nur in Belgien gibt. Belgisches Bier gibt es  
in allen Farben, Geschmacksrichtungen,  
Geschmacksprofilen und Alkoholstärken.  
Da diese Vielfalt nicht in einem Seminar  
abzudecken ist, werden im hier, passend  
zur Jahreszeit eher die stärkeren Abtei-  
und Trappistenbiere und die Blondes  
vorgestellt.

● **Kurs 9480**

*Bernd Pfeil, Dipl.-Biersommelier*

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,  
Küche

EUR 7,00 (zzgl. EUR 15,00 vor Ort für  
Getränke)

## FORTBILDUNG UND FREIZEIT FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

### Nachmittagskurs

#### Kochen für Menschen mit Behinderung

##### ● Kurs 9481

**Maria Ernst**

Mi. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 18.09.2024, 5 Termine

Gemeinschaftsschule Kleinblittersdorf,  
Küche

15 UST, EUR 34,00

### Führung mit Lesung

#### Der „Versunkene [Paradies-]Garten“ in Kleinblittersdorf

In den letzten Jahren wurde in Kleinblittersdorf ein besonderes Waldgrundstück behutsam in Wert gesetzt, das viele Spuren von ehemaligen Landgütern mit einer paradiesischen Gartenanlage samt Weinbergen zeigt. Unter dem poetischen Titel „Der versunkene [Paradies-]Garten“ lädt das parkähnliche Waldgelände heute zum Verweilen, Innehalten und Träumen ein. Menschen sind hier zu einem geheimnisvoll anmutenden Parcours durch das Refugium eingeladen, um dabei der ureigenen Kraft der Natur und ihrer harmonisierenden Wirkung nachzuspüren. Impulsgeber sind verwunschene Reste der historischen Bauwerke, Bäume, Pflanzen, poetische Texte, Installationen und Klänge. Mit dieser Intention möchte der „versunkene [Paradies-]Garten“ als beispielgebendes Kulturmodell bereitstehen – als offener Experimentierraum, um über das Verhältnis von Mensch und Natur und über den fragilen Zeitenlauf der Welt nachzudenken und eine sinnliche Inspirationsquelle für nachhaltige Lebensformen im UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau zu bieten. Im Rahmen einer

Führung lädt der Ideengeber und Leiter des Projektes zu einer Führung durch das Refugium und liest an ausgewählten Stellen poetische Texte die zum Innehalten einladen.

##### ● Kurs 1304

**Peter Michael Lupp**

Di. 17.09.2024, 17:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Kleinblittersdorf Rebenstraße  
(linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)

EUR 5,00

##### ● Kurs 1304A

**Peter Michael Lupp**

Di. 15.10.2024, 17:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Kleinblittersdorf Rebenstraße  
(linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)

EUR 5,00

##### ● Kurs 1304B

**Peter Michael Lupp**

So. 16.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Treffpunkt: Kleinblittersdorf Rebenstraße  
(linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)

EUR 5,00

##### ● Kurs 1304C

**Peter Michael Lupp**

So. 09.03.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Treffpunkt: Kleinblittersdorf Rebenstraße  
(linke Straßenseite an der Treppe der historischen Mauern)

EUR 5,00



### KOCHEN MIT DER VHS REGIONALVERBAND

» Von Einblicken in das nachhaltige Einkaufen über Ernährungsvorträge bis hin zu Koch- und Backkursen für Jung und Alt bietet die vhs Regionalverband Saarbrücken ein breit gefächertes Angebot, um die Vielfalt der saisonalen Lebensmittel kennenzulernen und Einblicke in aktuelle Ernährungstrends erhalten zu können.

Neben einem Grundkochkurs für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen und Einführungen in die vegetarische Küche steht die „Low carb“ Ernährung ebenso im Mittelpunkt. Außerdem werden zahlreiche länderspezifische Kochkurse angeboten.

Wer den Programmereich Gesundheit und Ernährung aktiv unterstützen möchte, kann sich gerne mit der vhs Regionalverband Saarbrücken in Verbindung setzen. Wir freuen uns über abwechslungsreiche Kursideen, um den Programmereich stets zu erweitern. «

# Der Schlüssel zum Glück!

Die neue Wohnung!  
Einfach mieten und  
sich zuhause fühlen!



**[ WOGESaar ]**

Wohnungsgesellschaft Saarland

Ein Unternehmen der SHS Strukturholding  Saar

[www.woge-saar.de](http://www.woge-saar.de)

## Beratung und Information



**Romano Marceddu**  
*Örtlicher Leiter*  
 Schlehbachstr. 69  
 66346 Püttlingen  
 Fon 0157 50605149  
 Fax 06898 691-174  
 romanomarceddu@gmx.de



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

## Anmeldung und Service



**Melanie Peter**  
*Sachbearbeiterin im vhs-Service-Büro*  
 Rathaus Püttlingen  
 Rathausplatz 1  
 66346 Püttlingen  
 Fon 06898 691-186  
 Fax 06898 691-174  
 Servicezeiten:  
 Mo., Mi., Do., Fr. 09:00 – 12:00 Uhr  
 melanie.peter@rvsbr.de



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

## Unterrichtsorte

- Backhaus Rittenhofen  
Rittenhofer Str. 43, 66346 Püttlingen
- Gemeinschaftsschule Peter Wust  
Pickardstr. 33, 66346 Püttlingen
- Grundschule Pater Eberschweiler  
Goethestr. 11, 66346 Püttlingen
- Kingergarten „Am Schlösschen“  
Völklinger Str. 19, 66346 Püttlingen
- Kulturbahnhof Püttlingen  
Bahnhofstr. 74-76, 66346 Püttlingen
- Kloster Heilig Kreuz Püttlingen  
Völklinger Str. 197, 66346 Püttlingen
- Saarländisches Uhrenmuseum  
Engelfanger Str. 3  
66346 Püttlingen-Köllerbach
- Rathaustrnhalle Köllerbach,  
Rathausplatz 1, 66346 Püttlingen
- St. Barbarahalle, Anbau und Nebenraum  
Theodolinde-Katzenmaier-Straße 1  
66346 Püttlingen-Ritterstraße
- Trimm-Treff Viktoria  
Köllertalstraße, 66346 Püttlingen
- Eselszentrum Neumühle  
Zur Neumühle 1, 66265 Heusweiler
- ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
Sprenger Str. 26, 66346 Püttlingen

## ONLINE-VORTRÄGE

### **Online-Vortrag mit Diskussion** **Photovoltaik & Batteriespeicher:** **Sonnige Aussichten**

Im Jahr 2023 wurde ca. 85 % mehr Photovoltaikleistung installiert als im Jahr zuvor. Auch der Solar-Batterie-Markt ist exponentiell gewachsen. Die Dozenten Jörg Müller und Michael Langenberger von der Sonalis GmbH informieren über aktuelle Entwicklungen bei Photovoltaik-Anlagen und der Kombination mit modernen Batteriespeichern. Durch diese Kombination kann deutlich mehr Strom für den Eigenverbrauch gespeichert werden. Anhand von Praxisbeispielen erhalten die TeilnehmerInnen einen Einblick in die aktuelle Technologie und die Wirtschaftlichkeit solcher Systeme.

Moderiert wird die Veranstaltung von Dr. Christoph Schmidt vom Kulturforum Köllertal e.V.

#### ● Kurs 9501

*Jörg Müller, Vertriebsleiter/*

*Michael Langenberger, Technischer Leiter*

### **Sonalis GmbH**

Mo. 18.11.2024, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

*Anmeldung unter Fon 06898 63756 oder  
info@bahnhof-puettingen.de*

### **Online-Vortrag mit Diskussion** **Wärmepumpen mit** **Erdwärme-Absorber-Systemen**

Der Dozent beleuchtet den Einsatz von Sole/Wasser-Wärmepumpen mit Erdwärme-Kollektoren. Diese können dem Erdboden in anderthalb Meter Tiefe nicht nur Energie entziehen, sondern dort auch Energie speichern. Durch die besondere Form und den senkrechten Einbau mit einer großen Kontaktfläche zum umgebenden Erdreich ist dies sehr effizient. Daneben können solche Systeme auch zur Kühlung von Gebäuden eingesetzt werden. Der Vortrag zeigt auf, unter welchen Randbedingungen Erdwärmepumpen sinnvoll sind. Der Dozent geht auch auf die Kosten und den Aufwand für solche Installationen ein.

Moderiert wird die Veranstaltung von Dr. Christoph Schmidt vom Kulturforum Köllertal e.V.

#### ● Kurs 9502

*Volkmar Frotscher, Vertriebsleiter,  
GeoCollect GmbH*

Mo. 27.01.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

online

gebührenfrei

*Anmeldung unter Fon 06898 63756 oder  
info@bahnhof-puettingen.de*



## ERLEBNISREISEN

### Vortrag

#### **Ostseerunde mit dem Schiff**

Besuchen Sie mit einem Kreuzfahrtschiff die Häfen der Ostsee, genießen Sie Bilder aus Warnemünde, Danzig, Sopot, Tallinn, St. Petersburg, Helsinki, Stockholm und Kopenhagen und erfahren Sie dabei viel Wissenswertes über diese Städte und ihre Sehenswürdigkeiten.

#### ● Kurs 9503

*Werner Michaltzik*

Di. 08.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 5,00

### Vortrag

#### **Unbekannter Bodensee –** **Geheimtipps für den Urlaub**

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau – Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt jeder. Aber was sagen Ihnen Frickingen,



**BAHNHOF**  
**PÜTTLINGEN**

www.bahnhof-puettingen.de

**Zentrum für Kultur, Kunst, Bildung und Tourismus**

KULTURFORUM KÖLLERTAL e.V.

Bahnhofstraße 74 -76

66346 Püttlingen



Tel.: 0 68 98/ 6 37 56

Fax: 0 68 98/ 6 38 94

Liggeringen, Büsingen, Schienen oder Baitenhausen? Unser Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● **Kurs 9504**

**Werner Michaltzik**

Di. 12.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 5,00

**Vortrag**

**Mit dem Fahrrad unterwegs in Bayern**

Der Referent Werner Michaltzik ist Hobbyradler und macht seit über 15 Jahren Urlaub mit und auf dem Fahrrad. Er stellt in seinem Power-Point-Vortrag Radtouren aus eigener Erfahrung in Bayern vor, die sich als Kurzurlaube für die Dauer einer Woche anbieten. Er geht auf mögliche Organisationsformen ein (allein, Gruppe, individuell, geführt, Rundreise, Sternfahrt, Anreise, eigenes oder Leihrad), bewertet den Schwierigkeitsgrad, sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges. Für diesen Vortrag sind dies Touren rund um Würzburg, in Franken, rund um Regensburg, Starnberger-, Ammer- und Chiemsee, rund um Füssen und im Berchtesgadener Land.

● **Kurs 9505**

**Werner Michaltzik**

Di. 11.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 5,00

**NATUR UND UMWELT**

**In Zusammenarbeit mit der NABU-Ortsgruppe Köllertal**

**Vortrag mit Diskussion**

**Hühnerhaltung für Anfänger**

Rechtliche Grundlagen, Stallbau, Impfschutz, Fütterung, Beschreibung und Auswahl verschiedener Hühnerrassen, Vorstellung der GEH = Gesellschaft zur Erhaltung alter und gefährdeter Haustierrassen.

● **Kurs 9508**

**Helmut Detzler, Geflügelhalter**

Fr. 21.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

gebührenfrei

**Junge vhs**

**Herbstspaziergang mit Eseln**

Für alle Eselfreunde oder solche, die es werden möchten! Du lernst unsere 12 Gnaden-Esel kennen, pflegen und bürstest sie. Dann brechen wir zu einem Spaziergang auf und passen uns dem gemütlichen Tempo der Esel an. Dabei genießen wir die Natur und tanken frische Luft und vielleicht auch ein paar Strahlen der Morgensonne. Ein Spaziergang macht aber auch an trüben Tagen gute Laune! Lass Dich anstecken von der Ruhe der Esel und beginne den Samstag mit einer entspannten Eselbegegnung. Strecke circa 3,5 km, je nach Gruppengröße führen je 1-2 Personen einen Esel.

Erwachsene Euro 22,00

Kinder 6-14 Jahre Euro 14,00

Kinder 0-6 Jahre, Euro 11,00

Bitte teilen Sie uns bei Anmeldung das Alter des Kindes mit. Bei Kindern bis 12 Jahren ist eine Anmeldung eines zugehörigen Erwachsenen erforderlich.

**Dozentinnen und Dozenten**



**WERNER MICHALTZIK**

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



● **Kurs 9511****Kathrin Bach**

Sa. 28.09.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
 Eselzentrum Neumühle  
 EUR 22,00 (14,00/11,00)

**Wanderung****Historische Nikolaus-Wanderung**

In Kooperation mit dem heimatkundlichen Verein Köllertal findet eine ca. 3 km lange Nikolaus-Wanderung über die Gemarkung von Herchenbach statt. Wir wandern vom Dorfplatz her entlang der Herchenbacher/Niedersalbacher Bannngrenze bis zum Schmitzenberg und am unteren Kreuzwäldchen über die Klink wieder zurück. Hunde können mitgeführt werden. Infos unter Fon 0176 34334425  
*Bitte festes Schuhwerk anziehen*

● **Kurs 9512****Thomas Besse/Andreas Klein**

Sa. 07.12.2024, 14:00 – 16:00 Uhr  
 Treffpunkt: Dorfplatz Herchenbach,  
 Saarlouiser Str. 52A, 66346 Püttlingen  
 gebührenfrei

**Exkursion****Familienkräuterwanderung im Herbst – Der Rückzug der Natur**

Was passiert mit der Natur im Winter? Halten Bäume Winterschlaf? Kann man Pflanzen im Winter finden und sammeln? Diese und viele weitere Fragen finden hier eine Antwort.

● **Kurs 9513****Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Do. 03.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
 Treffpunkt: Trimm-Treff Püttlingen  
 EUR 14,00 (zzgl. EUR 2,00 bar vor Ort für kleinen Snack)

**EDV****Workshop****Smartphone Beherrschen für Senioren**

Nicht selten schenken die Kinder oder Enkelkinder Senioren ihr erstes Handy. Diese wissen damit nicht umzugehen und lassen sich von ihren Lieben alles erklären. Wer aber bereits seit Jahren mit Smartphones umgeht, verliert zuweilen den Blick dafür, worin Unklarheiten für Neulinge bestehen können. Nicht selten entstehen dadurch echte Konfliktsituationen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer wie man ein Smartphone einrichtet, wie sie Geräte sichern, was die Geräte können und welche zusätzlichen Apps sinnvoll sind. Sie erfahren auch, welche Software installiert ist und welche Updates sie machen müssen. Die Teilnehmer bringen ihr Smartphone mit und können das Gelernte direkt umsetzen.

● **Kurs 9516****Torsten Meyer**

Mo. u. Do. 17:15 – 19:30 Uhr  
 07./10.10.2024  
 Kulturbahnhof Püttlingen  
 6 UST, EUR 30,00

**KUNSTGESCHICHTE****Vortrag****Kloster-Baukunst**

Im Mittelpunkt des Vortrags stehen die vielgestaltigen Bauten christlicher Ordensgemeinschaften – Klöster gibt es ja auch in vielen anderen Religionen – von den Ursprüngen bis in die Gegenwart. Ein Kloster (von lat. claustrum) ist ein abgeschlossener Raum, im christlichen Sinne ein den Laien unzugänglicher Ort, der der gemeinsamen Ausübung eines auf Gott ausgerichteten Lebens dient. Oft geht es

**Dozentinnen und Dozenten****TORSTEN MEYER**

**Techn. Ingenieur, Ausbilder,  
 Berufspädagoge**

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine Teilnehmer in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmern ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie der Teilnehmer selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine Teilnehmer eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

dabei um Spannungsverhältnisse, etwa zwischen Funktionalität und Spiritualität oder auch zwischen Askese und Luxus. Wir betrachten einige besonders bedeutende und auch regionale Klosteranlagen.

● **Kurs 9517**

**Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Di. 05.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 6,00

**Vortrag**

**Kunst der Sechziger Jahre**

Die Kunst der Sechziger Jahre suchte nach der Einheit von Kunst und Leben. Eine der prägenden Richtungen war die „Pop Art“, wie sie zuletzt auch in einer Ausstellung in Kaiserslautern gefeiert wurde. Populär, das bedeutet beliebt, volkstümlich, im Unterschied zu intellektuell oder elitär, die Kunst wendet sich damit den Themen der Alltagskultur, dem Trivialen, auch dem Konsum zu. Daneben gibt es allerdings noch zahlreiche andere Strömungen, man denke etwa an Christo und Jeanne-Claude, die Land Art, ZERO, die NANAs von Niki de Saint Phalle usw. Tauchen Sie mit ein in die Welt der Sixties.

● **Kurs 9518**

**Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Di. 19.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturnahnhof Püttlingen

EUR 6,00

**HEIMATKUNDE**

**Betriebsbesichtigung**

**Führung durch das Kloster Heilig Kreuz und die Hostienbäckerei**

Das Kloster Heilig Kreuz wurde in den Jahren 1956-1960 nach Plänen von dem ungarischen Glasmaler und Architekten György Lehoczky erbaut und künstlerisch

gestaltet. Es ist ein Baudenkmal der Moderne. Sehenswert sind die Glasfenster, die in der Fachwelt große Beachtung finden. Mit der Führung durch das Kloster ist auch die Besichtigung der Hostienbäckerei verbunden. Sie ist die einzig verbliebene im Bistum Trier und beliefert die meisten Pfarreien.

● **Kurs 9519**

**Bernhard Gilgen**

So. 17.11.2024, 15:00 – 16:30 Uhr

Treffpunkt: Kloster Heilig Kreuz an der

Klosterkirche

gebührenfrei (um eine Spende wird gebeten)

**Vormittagskurs**

**Geschichtswerkstatt Köllertal**

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen, die sich 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 9712**

**Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 4 Termine

**Dozentinnen und Dozenten**



**MONIKA JUNGFLEISCH**

**Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

» *Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «*

18.09., 06.11., 11.12.2024 und 22.01.2025  
Kulturnahnhof Püttlingen  
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.

### Vortrag

#### Uhren mit kunsthistorischer und geschichtlicher Bedeutung

Es werden Kunststile des Uhrenbaus in zeitlicher Reihenfolge besprochen und an schönen Exponaten von Wand- und Tischuhren gezeigt. Zudem gehen wir auf Höhepunkte der technischen Entwicklung einzelner Modelle in Deutschland, Frankreich, und England ein. Im zweiten Teil der Präsentation stehen geschichtsträchtige Uhren im Mittelpunkt. Ihre Darstellungen und Aussagen werden überprüft.

#### ● Kurs 9524

**Dr. Dietmar Schuler**

Mi. 18.09.2024, 16:00 – 17:30 Uhr  
Saarl. Uhrenmuseum, Köllerbach  
gebührenfrei (Hutsammlung vor Ort)

### Vortrag

#### Schwarz-Rot-Gold im Saarländischen Uhrenmuseum – Teil 1

Im Jahr 2024 wird das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland 75 Jahre alt. Viele halten es für eines der besten der Welt, aber viele machen sich auch Gedanken über die Demokratie in unserem Land. Die Region zwischen Saar und Pfalz spielt eine markante Rolle in der schwarz-rot-goldenen Geschichte

Deutschlands. Nicht ohne Grund befinden sich unter den ausgewählten „Orten der Demokratiegeschichte“, an denen „sich Menschen für Freiheit, Mitbestimmung und Menschenwürde eingesetzt haben, mit Homburg, St. Wendel und Saarbrücken drei im Saarland. Im Rahmen seiner Veranstaltungsreihe „Museum am Nachmittag“ widmet sich das Saarländische Uhrenmuseum dem spannenden Thema „Schwarz-rot-goldene Zeiten“. Den Auftakt hierzu bildet der Dialog-Vortrag „Freiheitsbäume und Festbankett, Kanonendonner und Stars and Stripes. Die Saar-Pfalz-Region als geschichtsträchtiger Impulsgeber für die deutsche Demokratiebewegung“.

#### ● Kurs 9525

**Klaus Friedrich, Stadtführer und Barockexperte**

Mi. 20.11.2024, 16:00 – 18:00 Uhr  
Saarl. Uhrenmuseum, Köllerbach  
gebührenfrei (Hutsammlung vor Ort)

### Vortrag

#### Schwarz-Rot-Gold im Saarländischen Uhrenmuseum – Teil 2

Im ersten Teil wurden die Grundlagen der Europäischen Kultur und der Demokratie-idee vorgestellt. Der zweite Teil beleuchtet unser aktuelles Demokratieverständnis in Deutschland und zeigt auf, welche Gefahren und mit welchen Methoden der neue Populismus aufwartet.

#### ● Kurs 9526

**Ferdinand Mesarosch, Vorsitzender des Freundeskreises alter Uhrmacherkunst e. V.**

Mi. 15.01.2025, 16:00 – 18:00 Uhr  
Saarl. Uhrenmuseum, Köllerbach  
gebührenfrei (Hutsammlung vor Ort)

## ZAUBERKURSE FÜR KINDER

### Junge vhs

#### Nix wie Kartentricks

♾ 6 bis 14 Jahre

Die Kinder lernen drei einfache aber sehr verblüffende Zaubertricks mit Spielkarten und bekommen jede Menge Tipps und Tricks vom Profi für die eigene Vorführung zu Hause. Zudem darf natürlich – wie immer – ein kleiner Einblick in Marcos aktuelles Zauberprogramm zum Thema „Spielkarten“ nicht fehlen. Jedes Kind erhält sein eigenes Tarot-Kartenspiel sowie ein paar geheime Hilfsmittel, die im Anschluss natürlich mit nach Hause genommen werden dürfen um Familie und Freunde zum Staunen zu bringen. *Wir bitten Sie darum, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu essen sowie ausreichend zu trinken mitzugeben.*

#### ● Kurs 9530

**Marco Lauer Magic, Zauberünstler & Illusionist**

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 14:00 Uhr  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
EUR 16,00 (zzgl. Materialgebühr EUR 10,00 bar vor Ort)

### Junge vhs

#### Ich kann Zaubern

♾ 6 bis 14 Jahre

Vorhang auf für eine geballte Portion Magie! Dieser Kurs lässt die Kinder hinter die Kulissen eines Magier-Alltags blicken. Gemeinsam werden wir uns mit verschiedenen Zaubertricks beschäftigen und am Nachmittag mit jeder Menge kleiner Illusionen im Gepäck wieder nach Hause gehen, um dort eine eigene Zaubershow vor Freunden und Familie präsentieren zu können. Übrigens ZAUBERN stärkt Selbstbewusstsein & Selbstwertgefühl, fördert die Eigeninitiative, regt kreatives

ät strukturiertes Denken an und baut die soziale Kompetenz aus.

Jedes Kind erhält seinen eigenen Zauberkasten zum Thema „Würfelmagie“ sowie ein paar geheime Hilfsmittel, die im Anschluss natürlich mit nach Hause genommen werden dürfen um Familie und Freunde zum Staunen zu bringen. *Wir bitten Sie darum, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu essen sowie ausreichend zu trinken mitzugeben.*

● **Kurs 9531**

**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Sa. 04.01.2025, 10:00 – 15:00 Uhr  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
EUR 20,00 (zzgl. Materialgebühr EUR 10,00 bar vor Ort)

## FREMSPRACHEN UND DEUTSCH

### Englisch

#### Vormittagskurs

#### Englisch – Auffrischung – Konversationstisch

Dieser Kurs soll Ihnen helfen, Ihre Sprachkenntnisse aufzufrischen, damit Sie in verschiedenen Alltagssituationen sicher kommunizieren können. Er richtet sich an Personen mit unterschiedlichen Sprachkenntnissen, von Anfängern bis hin zu Fortgeschrittenen. Schließen Sie sich unserem Kurs an und lernen Sie Ihr Englisch in verschiedenen Situationen selbstbewusst einzusetzen.

● **Kurs 9533**

**Dr. Axel Schwindling**

Mo. 09:30 – 11:00 Uhr  
ab 16.09.2024, 15 Termine  
Kulturbahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

#### Vormittagskurs

#### Englisch A2

● **Kurs 9534**

**Amanda Ventura-Weber**

Do. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 26.09.2024, 15 Termine  
Kulturbahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

#### Vormittagskurs

#### Englisch B1

● **Kurs 9535**

**Peter Meyer**

Di. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Kulturbahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

### Französisch

#### Vormittagskurs

#### Französisch für Anfänger

Der Kurs bietet einen entspannten und unterhaltsamen Einstieg in die französische Sprache, ein optimales Minimum an Grammatik und Theorie, aktuelle Themen für den Alltag und die Reise sowie landeskundliche Infos über Frankreich.

● **Kurs 9537**

**Thomas Deutscher**

Di. 13:30 – 15:00 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Kulturbahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

#### Vormittagskurs

#### Französisch A2

#### Auffrischung und leichte Konversation (2. Semester)

Lehrbuch: Chapeau A2, Hueber Verlag,  
ISBN: 978-3-19-103434-4 (voraussichtlich ab Lektion 6)

● **Kurs 9538**

**Isabelle Schneider**

## Dozentinnen und Dozenten



### MARCO LAUER

**Zauberkünstler & Illusionist**

» Komm, lass uns zaubern!  
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauber Kunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauber Kunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauber Kunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauber Kunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! «

Do. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Kulturnahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## Spanisch

### Vormittagskurs

#### Spanisch für den Urlaub – A1 Folgekurs (5. Semester)

Lehrbuch: Impresiones A1, Hueber Verlag,  
ISBN: 978-3-19-004545-7  
(voraussichtlich ab Lektion 7)

#### ● Kurs 9539

**Isabelle Schneider**

Do. 08:45 – 10:15 Uhr  
ab 19.09.2024, 15 Termine  
Kulturnahnhof Püttlingen  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## Deutsch

### Vormittagskurs

#### Mama lernt Deutsch

Bei diesem Kurs handelt es sich um ein niedrigschwelliges Kursformat, das als Vorstufe zu den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge gedacht ist. Es soll Spaß am Deutschlernen vermitteln und als sozialer Treffpunkt und als Ort der Begegnung dienen. Der Kurs richtet sich ausdrücklich nicht nur an ukrainischen Frauen und Männer, sondern auch an andere Bewohnerinnen und Bewohner aus Püttlingen mit wenig Deutschkenntnissen.

#### ● Kurs 9540

**Thomas Deutscher**

Di.+Do. 10:15 – 12:45 Uhr  
ab 17.09.2024, 18 Termine  
Kulturnahnhof Püttlingen  
60 UST, gebührenfrei

## BEWEGUNG, ENTSPANNUNG UND FITNESS

### Yoga

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.*

### Vormittagskurs

#### Yoga für Fortgeschrittene

#### ● Kurs 9545

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer BDY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer**

Mo. 09:15 – 10:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 12 Termine  
Kloster Heilig Kreuz Püttlingen,  
Meditationsraum  
20 UST, EUR 84,00

### Vormittagskurs

#### Yoga für Anfänger

#### ● Kurs 9545A

**Guillermo Böttcher, Yogalehrer DBY, zert. Fünf-Tibeter-Trainer**

Mo. 10:30 – 11:45 Uhr  
ab 16.09.2024, 12 Termine  
Kloster Heilig Kreuz Püttlingen,  
Meditationsraum  
20 UST, EUR 84,00

### Vormittagskurs

#### Tai Chi für Anfänger Traditioneller Wu-Stil

Tai Chi ist eine traditionelle chinesische Bewegungskunst, die auf langsamen und fließenden Bewegungen basiert. Ziel des Tai Chi ist es, Körper und Geist zu harmonisieren und die Lebensenergie (Qi) im Körper zu aktivieren. Durch regelmäßiges Üben soll die Gesundheit gefördert, die Konzentration und Entspannung verbessert und Stress abgebaut werden. Tai Chi kann von Menschen jeden Alters und Fitnesslevels ausgeübt werden, da es keine hohen Anforderungen an Kraft oder Flexibilität stellt. Tai Chi wird oft als meditative Bewegungskunst bezeichnet, da es sowohl körperlich als auch geistig entspannend wirkt.

#### ● Kurs 9546

**Pascal Hach**

Fr. 10:00 – 11:15 Uhr  
ab 20.09.2024, 10 Termine  
Rathausturnhalle Köllerbach  
17 UST, EUR 53,00

### Vormittagskurs

#### Tai Chi für Anfänger Traditioneller Wu-Stil

#### ● Kurs 9546A

**Pascal Hach**

Fr. 10:00 – 11:15 Uhr  
ab 10.01.2025, 6 Termine  
Rathausturnhalle Köllerbach  
10 UST, EUR 32,00

## Fitness

### Abendkurs

#### Wassergymnastik

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

Ausdauerfähigkeit zu verbessern.

*Hinweis: Am Kassenautomat bitte den Button „Kurs“ drücken.*

● **Kurs 9547**

**Ingrid-Carolin Maas, Ergotherapeutin**

Mi. 18:30 – 19:15 Uhr

ab 18.09.2024, 6 Termine, 14-tägig

Trimm-Treff Viktoria

6 UST, EUR 19,00 (zzgl. Badekarte, je Termin EUR 4,30)

**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 Stütz-muskeln des gesamten Körpers werden durch effektive Übungen aktiviert. Dieses Training verhilft zu einer verbesserten Körperhaltung, Steigerung der Ausdauer, verbessert die Koordination und Körper-wahrnehmung.

*Bitte Gymnastikmatte und Handtuch mitbringen! Die Lage unserer Sporthalle erlaubt uns bei gutem Wetter Außen-training an der frischen Luft!*

● **Kurs 9548**

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

Do. 18:45 – 19:45 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße

20 UST, EUR 47,00

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

● **Kurs 9549**

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

Do. 17:30 – 18:30 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße

20 UST, EUR 47,00

**Abendkurs**

**Zumba**

● **Kurs 9550**

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

Fr. 18:00 – 19:00 Uhr

ab 20.09.2024, 15 Termine

Gymnastikhalle Kindergarten,

Am Schlösschen

20 UST, EUR 47,00

**Vormittagskurs**

**Pilates**

Pilates ist ein rehabilitierendes, prä-ventives und Figur formendes Ganzkör-pertraining. Mit kontrollierten, präzisen Übungen stärken wir die Körpermitte und sorgen somit für eine gesunde Körperhal-tung, straffen die Silhouette, erhöhen die Beweglichkeit und steigern das allgemei-ne Wohlbefinden. Das Training eignet sich für alle, die Spaß an Bewegung haben, unabhängig von Alter, Fitnessniveau oder Körperform.

*Bitte Handtuch und rutschfeste Socken mitbringen!*

● **Kurs 9551**

**Jessica Ernst, zertifizierte Pilatetrainerin**

Fr. 10:00 – 11:30 Uhr

**Dozentinnen und Dozenten**



**GUILLERMO BÖTTCHER**  
Yogalehrer BDY

» Bereits in meiner Jugend kam ich mit der Yogapraxis und der Meditation in Kontakt. Ich habe an der Universität Buenos Aires und des Saarlandes Psychologie studiert. Im Anschluss daran arbeitete ich in Institutionen mit Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Aufgrund chronischer Rückenbeschwerden kam ich als Teilnehmer zum Yoga-Kurs bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Nach meiner dreijährigen Ausbildung zum Yogalehrer habe ich den Yoga-Kurs, an dem ich bis dahin teilgenommen hatte, als Dozent übernommen. Yoga kann lebenslang gelernt und praktiziert werden. Dementsprechend bilde ich mich stetig weiter. Meine gewonnenen Erfahrungen möchte ich in meinen Kursen weitergeben. «

ab 20.09.2024, 15 Termine  
St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße  
30 UST, EUR 125,00

### Junge vhs Kinderballett

★ 5-8 Jahre

Wir erarbeiten spielerisch und kindgerecht die Grundlagen des klassischen Balletts und fördern gleichzeitig u. a. Körperwahrnehmung, Konzentration, Kreativität und eine gesunde Körperhaltung. Dabei ist das Wichtigste der Spaß am Tanzen. Denn beim Ballett geht es nicht darum, der oder die Beste zu sein, sondern darum, eine Geschichte zu erzählen!

*Bitte möglichst enganliegende Sportkleidung und Gymnastikschläppchen mitbringen!*

● **Kurs 9552**

**Jessica Ernst, Kinderballettpädagogin**

Di. 16:00 – 17:00 Uhr

ab 17.09.2024, 8 Termine

St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße  
10,7 UST, EUR 46,00

### Junge vhs Tänzerische Früherziehung

★ 3-4 Jahre

Fliegen wie ein Vögelchen, hüpfen wie ein Flummie, wachsen wie die Blümchen – in der tänzerischen Früherziehung erlernen wir spielerisch Grundlagen des Tanzes. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Wir fördern u. a. Musikalität, Körperwahrnehmung, Kreativität, gesunde Körperhaltung und legen dabei den Grundstein für die Freude am Tanzen. *Bitte Sportkleidung und Gymnastikschläppchen mitbringen!*

● **Kurs 9553**

**Jessica Ernst, Kinderballettpädagogin**

Do. 15:45 – 16:15 Uhr

ab 19.09.2024, 8 Termine  
St. Barbarahalle, Anbau, Ritterstraße  
5,3 UST, EUR 27,00

## GESUNDHEITSBILDUNG

### Kochen und Ernährung

#### Nachmittagskurs

#### Vegetarisch Kochen mit ätherischen Ölen

Wussten Sie, dass man mit ätherischen Ölen kochen kann? Fingerfood schnell, einfach, lecker, vegetarisch, gewürzt und verfeinert mit ätherischen Ölen.

● **Kurs 9555**

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Mo. 18.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche  
EUR 26,00 (zzgl. EUR 10,00 Kosten für Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)

#### Nachmittagskurs

#### Italienische Antipasti

Diese Köstlichkeiten sind heutzutage mehr als nur ein Trend und von keinem Buffet mehr wegzudenken – man liebt sie! In diesem Kurs steht die Herkunft und vor allem wie man italienische Antipasti auch zu Hause lecker zubereiten kann im Mittelpunkt. Nach traditionellen Rezepten und mit Originalprodukten (Oliven, getrocknete Tomaten, Auberginen und viele andere Spezialitäten) aus Italien werden diese gemeinsam zubereitet.

*Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen*

● **Kurs 9556**

**Lilla Tumminelli, Hobbyköchin**

Fr. 25.10.2024, 17:00 – 21:00 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche  
EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)

#### Nachmittagskurs

#### Weihnachten in Italien – ein italienisches Weihnachtsmenü

Gehen Sie auf eine kulinarische Reise und bringen Sie sich in Weihnachtsstimmung. Gekocht wird ein traditionelles Weihnachtsmenü aus dem unerschöpflichen Repertoire der italienischen Küche, für die Olivenöl, italienische Kräuter und Knoblauch so typisch sind. Schlemmen Sie sich durch die köstliche Auswahl des gemeinsam zubereiteten Vier-Gänge-Menüs und erleben Sie einen genussvollen und gemütlichen Abend. Buon Appetito! *Bitte Geschirrhandtücher und Behälter für Reste mitbringen*

● **Kurs 9557**

**Lilla Tumminelli, Hobbyköchin**

Fr. 22.11.2024, 17:00 – 21:00 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule, Küche  
EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel bar vor Ort zu bezahlen)

#### Wochenendkurs

#### Brotbacken im Backhaus Rittenhofen

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Tasche für Brot mitbringen.

● **Kurs 9563**

**Elisabeth Himbert**

Sa. 12.10.2024, 09:30 – 13:30 Uhr

Backhaus Rittenhofen  
EUR 10,00 (zzgl. EUR 22,00 bar vor Ort)  
*Anmeldung erforderlich bis 04.10.2024*

#### Wochenendkurs

#### Brotbacken im Backhaus Rittenhofen

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Tasche für Brot mitbringen.

● **Kurs 9564**

**Elisabeth Himbert**

Sa. 22.02.2025, 09:30 – 13:30 Uhr

Backhaus Rittenhofen  
EUR 10,00 (zzgl. EUR 22,00 bar vor Ort)  
*Anmeldung erforderlich bis 14.02.2025*

**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 9565****Jutta Bohlmann, Ernährungsberaterin**

Fr. 15.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 5,00

**Nachmittagskurs****Holistische Ernährungsberatung**

Der Schwerpunkt der hE liegt darin, den Menschen mit seinen Ernährungsgewohnheiten ganzheitlich zu erfassen. Gemeint sind damit die drei Ebenen: Körper, Geist und Seele, die im menschlichen Organismus untrennbar miteinander verbunden sind. Ernährung wird nicht losgelöst von seinem Lebenswandel und seiner Ernährungsbiographie gesehen. Im Kurs werden Organe, Ernährung und Verdauung erklärt. Die Kursteilnehmer werden darauf sensibilisiert was wir essen, wie wir essen und warum wir essen. Themen: Krankheiten vorbeugen, gutes Körpergefühl, Gesundheit für die Familie, Leistungsfähiger durch Ernährung. Ziel ist es, durch gesunde Lebensweise und Ernährung neue

Vitalität, Widerstandskraft und Energie zu erhalten bzw. aufzubauen.

● **Kurs 9566****Vera Jockers Kaltz, Ganzheitliche Gesundheitsberaterin**

Di. 17:00 – 18:30 Uhr

ab 08.10.2024, 4 Termine

Kulturbahnhof Püttlingen

8 UST, EUR 24,00

**Nachmittagskurs****Einführung in die Welt der Bachblüten**

Bachblüten sind meist nur als Notfalltropfen bekannt. In diesem Erlebnisvortrag möchte ich Ihnen die Vielseitigkeit der Bachblüten näherbringen. Was sind Bachblüten? Und wie werden sie angewandt? Diese Fragen, viele Anwendungstipps und alles rund um das Thema Bachblüten werden an diesem Abend anschaulich beantwortet.

● **Kurs 9567****Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Di. 22.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 14,00

**Nachmittagskurs****GEISTIG FIT MIT MUßE UND HUMOR – ein ganzheitliches Gedächtnistraining**

Nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen behält unser Gehirn seine Aufnahme- und Lernfähigkeit bis ins hohe Alter bei, vorausgesetzt, wir aktivieren es stetig durch unterschiedliche Anreize. In lockerer und fröhlicher Atmosphäre wird mit vielfältigen Übungen und Bewegungseinlagen den grauen Zellen auf die Sprünge geholfen. Dabei steht der Spaß in einer heiteren Runde im Vordergrund und wir bleiben auf diese Art spielerisch

**Dozentinnen und Dozenten****JESSICA ERNST****Dozentin Pilates**

» Mein Name ist Jessica Ernst, ich bin 43 Jahre alt, Mutter von drei wundervollen Kindern und komme aus Heusweiler. Hauptberuflich bin ich Sachbearbeiterin beim FD 40 des Regionalverbandes Saarbrücken. Im Januar 2024 habe ich die Ausbildung zur Pilatestrainerin abgeschlossen und gebe seit März 2024 auch bereits Pilateskurse im Rahmen des BGM des Regionalverbandes Saarbrücken. Weiterhin absolviere ich derzeit die Ausbildung zur Kinderballettpädagogin der Ballettseminare Stuttgart. Im Rahmen dieser Ausbildung leite ich ein Kindertanzprojekt in zwei Kindertagesstätten. Ich selbst habe bereits in meiner Kindheit viele Jahre in der Garde getanzt und tanze seit einigen Jahren nun klassisches Ballett. «

geistig fit und beweglich. Nach dem Motto: Mit Schwung ins neue Jahr starten! Bitte etwas zu schreiben und zu trinken und einen Block mitbringen.

● **Kurs 9568**

**Petra Hammer, Gedächtnistrainerin**

Di. 15:00 – 16:30 Uhr  
ab 07.01.2025, 8 Termine  
Kulturnahnhof Püttlingen  
16 UST, EUR 64,00

**VORTRAG IN KOOPERATION MIT DER LANDESFACHSTELLE DEMENZ**

**Vortrag**

**Demenz – Was dann?**

Pflegende Angehörige sind mit der Betreuung von Menschen mit Demenz vor besondere Aufgaben gestellt. Angehörige von Menschen mit Demenz (z. B. Alzheimer-Krankheit) sind nicht nur den Belastungen ausgesetzt, wie man sie auch bei Angehörigen von Patienten mit schweren chronischen, körperlichen Erkrankungen findet. Hinzu kommen vielmehr noch spezielle Probleme durch Desorientiertheit, Umkehr des Tag-Nacht-Rhythmus, Vergesslichkeit, Aggressivität und Wesensveränderung, die die Beziehung zwischen Betreuer und Betreutem zunehmend belasten und verändern, häufig die Zuneigung auslaugen. Saarlandweit sind derzeit ca. 25.000 Menschen von Demenz betroffen. 80% der Betroffenen werden im Saarland von ihren Angehörigen, in der Häuslichkeit versorgt, mehr als im Bundesdurchschnitt. Die Veranstaltung bietet die Möglichkeit zur Information, zur Diskussion und zum Erfahrungsaustausch über demenzielle Erkrankungen.

● **Kurs 9569**

**Andreas Sauder, Landesfachstelle Demenz Saarland**

Di. 03.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kulturnahnhof Püttlingen  
gebührenfrei

**KREATIVES GESTALTEN**

**Schmuckdesign**

**Workshop**

**Schmuck selbst entwerfen und herstellen**

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen. 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 9571**

**Eva Hentges**

Di. 19.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kulturnahnhof Püttlingen  
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück)

● **Kurs 9572**

**Eva Hentges**

Di. 10.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kulturnahnhof Püttlingen  
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück)



**Bürger fahren für Bürger**

**Kostenloser Bus-Service**

Der Bürgerbus holt Sie zuhause ab und fährt dienstags + donnerstags zwischen 8:00 und 18:00 Uhr und mittwochs von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr im Stadtgebiet Püttlingen.

Zusätzlich jeden 1. Sonntag im Monat zur hl. Messe, 18:00 Uhr, Kloster Heilig-Kreuz.

Bitte die Fahrten jeweils am Tag davor, zwischen 15:00 und 17:00 Uhr telefonisch anmelden:

**Tel. 06898 - 500 499 7**

 Bürgerbus Püttlingen  
[www.buergerbus-puettingen.de](http://www.buergerbus-puettingen.de)

## Floristik

### Abendkurs

#### Loop

Komm in unseren Herbstkurs und kreiere einen einladenden Türschmuck! Verwende biegsame Zweige binde damit einen herbstliche Loop, schmücke ihn mit den Schätzen der Natur in warmen Herbstfarben – bringe die saisonale Eleganz direkt an deine Haustür!

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen!*

● **Kurs 9580**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 07.10.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Rindengefäß

Entdecke die herbstliche Fülle in unserem Kurs: Gestalte ein Gefäß aus natürlicher Rinde und verleihe ihm mit Blumen, Beeren, und Dachwurzpflanzen den Zauber des Herbstes.

*Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen!*

● **Kurs 9581**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 28.10.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Drahtstern

Entdecke die Magie des Winters in unserem Kurs. Erschaffe deinen eigenen funkelnden Drahtstern kunstvoll verziert mit duftendem Eukalyptus, zarten Trockenblumen und einer zauberhaften Lichterkette. Tauche ein in die festliche Kreativität und erlebe, wie dein Zuhause im Glanz des Winters erstrahlt!

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere mitbringen!*

● **Kurs 9582**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 04.11.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Abendkurs

#### Adventskranz

Tauche ein in die festliche Welt des Advents mit unserem Kurs. Erschaffe deinen einzigartigen Adventskranz aus duftendem Eukalyptus und traditionellem Tannengrün, verziert mit funkelnden Accessoires.

*Bitte Gartenschere, Schere und Drahtschere und Kerzen mitbringen!*

● **Kurs 9583**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Mo. 25.11.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Kulturbahnhof Püttlingen

EUR 12,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

## 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. «

## Zeichnen und Malen

### Abendkurs

#### Zeichenwerkstatt: Portrait

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

● **Kurs 9587**

**Olaf Reeck**

Do. 18:45 – 20:45 Uhr

ab 19.09.2024, 15 Termine

Kloster Heilig Kreuz Püttlingen, Pilgersaal  
40 UST, EUR 61,00 (zzgl. Kosten für Material  
bar vor Ort zu bezahlen)

### Nachmittagskurs

#### Aquarelltechnik (Anfänger/Fortgeschrittene)

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

● **Kurs 9588**

**Maria Wolf**

Do. 15:45 – 17:45 Uhr

ab 19.09.2024, 8 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen

21 UST, EUR 54,00

● **Kurs 9589**

**Maria Wolf**

Do. 18:00 – 20:00 Uhr

ab 19.09.2024, 8 Termine

Kulturnahnhof Püttlingen

21 UST, EUR 54,00

## Keramik

### Nachmittagskurs

#### Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene

Kreatives Arbeiten mit Ton in einer kleinen Gruppe unter Berücksichtigung der individuellen Kenntnisse, daher auch ideal für Anfänger. Wir arbeiten in Aufbautechnik. Bei der Einführungsveranstaltung (1 Stunde) werden Kursthema und allgemeine Fragen besprochen, damit am ersten Kurstag sofort gestartet werden kann. Ton und Glasuren können vor Ort bei der Kursleiterin erworben werden.

*Vorbesprechung für alle Kurse,*

*Di. 08.10.2024 um 16:30 Uhr,*

*Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9591**

**Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Di. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 29.10.2024, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler

(Werkraum)

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

### Nachmittagskurs

#### Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene

*Vorbesprechung, Di. 08.10.2024 um  
16:30 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9592**

**Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 14:00 – 16:15 Uhr

ab 31.10.2024, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler

(Werkraum)

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

### Nachmittagskurs

#### Keramik für Anfänger und Fortgeschrittene

*Vorbesprechung, Di. 08.10.2024 um  
16:30 Uhr, Grundschule Pater Eberschweiler.*

● **Kurs 9593**

**Christine Bender, Dipl.-Designerin**

Do. 16:30 – 18:45 Uhr

ab 31.10.2024, 10 Termine

Grundschule Pater-Eberschweiler

(Werkraum)

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

## Nähen und Stricken

### Vormittagskurs

#### Nähen und Zuschneiden

Nähere Informationen unter

Fon 06806 48897.

*Bitte wenn möglich eigene Nähmaschine  
mitbringen!*

● **Kurs 9595**

**Birgit Rupp**

Do. 09:00 – 11:15 Uhr

ab 26.09.2024, 12 Termine

ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach

36 UST, EUR 75,00

### Nachmittagskurs

#### 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. Die TeilnehmerInnen werden individuell, entsprechend Ihrem Kenntnisstand betreut und können ohne Themenvorgaben nähen. Informationen zum Kursinhalt und den benötigten Materialien erhalten Sie unter: [info@alles-aus-stoff.de](mailto:info@alles-aus-stoff.de)

*Bitte wenn möglich eigene Nähmaschine*

mitbringen.

● **Kurs 9596**

**Stefanie Pabst**

Di. 17:15 – 19:30 Uhr  
ab 24.09.2024, 8 Termine, 14-tägig  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
24 UST, EUR 58,00

**Junge vhs**

**Nähen für Kinder**

✳ ab 9 Jahre

Sowohl für Kinder geeignet, die noch nie an der Nähmaschine gesessen haben, als auch für Kinder die schon einige Erfahrung mit der Nähmaschine sammeln konnten. Die Funktion der Nähmaschine wird Schritt für Schritt erklärt und es werden ein paar Nähprojekte gefertigt. Bitte bringen Sie zum Kurs eine eigene Nähmaschine sowie einen halben Meter Baumwollstoff mit. Schnittmuster, Nähleitungen und das Zubehör (Nadeln, Garn, Knöpfe usw.) werden von der Dozentin gestellt, dürfen aber auch gerne selbst mitgebracht werden. Sofern Sie Fragen zum Ablauf oder zum Material haben ist die Dozentin unter [info@alles-aus-stoff.de](mailto:info@alles-aus-stoff.de) erreichbar.

● **Kurs 9596A**

**Stefanie Pabst**

Di. 15:45 – 17:15 Uhr  
ab 24.09.2024, 4 Termine, 14-tägig  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
8 UST, EUR 25,50

● **Kurs 9596B**

**Stefanie Pabst**

Di. 15:45 – 17:15 Uhr  
ab 03.12.2024, 4 Termine, 14-tägig  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
8 UST, EUR 25,50

**Vormittagskurs**

**Strümpfe stricken lernen**

Handarbeiten liegen voll im Trend und begeistern jung wie alt. In geselliger Runde lerne ich Strümpfe stricken für mich oder meine Lieben.

*Bitte Strumpfwolle und entsprechende Nadeln mitbringen.*

● **Kurs 9597**

**Astrid Bauer**

Mo. 10:00 – 11:30 Uhr  
ab 16.09.2024, 6 Termine  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
12 UST, EUR 40,00

**Abendkurs**

**Strümpfe stricken lernen**

*Bitte Strumpfwolle und entsprechende Nadeln mitbringen.*

● **Kurs 9597A**

**Astrid Bauer**

Do. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 19.09.2024, 6 Termine  
ehemaliges Schwesternhaus Köllerbach  
12 UST, EUR 40,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**RANDOLPH WAGNER**  
**Dozent für Holzschnitzen**  
**und Holzbildhauerei**

» Schritt für Schritt erlernen die TeilnehmerInnen in meinen Kursen verschiedene Techniken des Holzschnitzens und der Holzbildhauerei. Dabei sind alle willkommen, die Interesse am Gestalten mit Holz haben und Fertigkeiten im Umgang mit diesem Material erwerben möchten. Kerbschnitzarbeiten, Reliefs, kleine Plastiken und Gebrauchsgegenstände können hergestellt werden. Die Teilnehmenden lernen verschiedene Holzarten und unterschiedliche Schwierigkeiten in der Bearbeitung kennen. Die Werkzeug-Grundausstattung wird im Kurs gestellt und besteht fast ausschließlich aus wenigen Schnitz-eisen bzw. -messern. «

## Werden Sie Dozentin/Dozent

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken

Haben Sie ein Hobby, ein spezielles Interesse, Talent oder Wissen, das Sie mit anderen Menschen teilen möchten? Arbeiten Sie gern mit Menschen zusammen und suchen nach spannenden Herausforderungen? Dann werden Sie als Kursleitung auf Honorarbasis an der Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken aktiv.

Unser vielfältiges Angebot lebt von den Fertigkeiten, Kompetenzen und dem Engagement unserer Dozentinnen und Dozenten.

Schicken Sie uns Ihre Bewerbung. Wir freuen uns auf Ihre Ideen.

Weitere Informationen unter  
[www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.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, 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 empfohlen.

#### ● Kurs 9598

#### Randolph Wagner

Do. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 19.09.2024, 10 Termine

Peter-Wust Gemeinschaftsschule,

Werkraum

30 UST, EUR 65,00 (zzgl. Kosten für Material bar vor Ort zu bezahlen)

### Junge vhs

### In der Weihnachtsschreinerei ... Kinder basteln Christbaumanhänger aus Holz

✎ ab 6 Jahre

... hier wird fleißig gehämmert und genagelt.

Für die Christbaumschmuckanhänger aus Holz nutzen wir Baumscheiben als Trägerplatten, die die Kinder mit Nägeln und bunten Fäden weihnachtlich dekorieren können. Dabei können sich die Kinder verschiedene Motive über Mal- und Nagelvorlagen aussuchen und sich dann nach Herzenslust im Hämmern üben und ihre Anhängerbilder nach Lust und Laune bunt gestalten.

#### ● Kurs 9599

#### Marion Bär, Mari's Mucklwerkstatt

Mi. 11.12.2024, 17:00 – 18:30 Uhr

Peter-Wust Gemeinschaftsschule,

Werkraum

EUR 10,00 (zzgl. 7,00 Euro Materialkosten, vor Ort zu zahlen)

**Örtlicher Leiter**

**Stefan Kees**  
*Örtlicher Leiter*  
Spechtweg 1  
66287 Quierschied  
Fon 0159 05379902  
vhs-quierschied@gmx-topmail.de

**Anmeldung und Service**

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

**Unterrichtsorte**

- Gemeinschaftsschule Quierschied  
Im Eisengraben 25  
66287 Quierschied
- Gemeindebücherei Quierschied  
Marienstraße 3  
66287 Quierschied



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

## EXKURSIONEN

## Wanderungen

## Pilzlehrwanderung

„Ist der Pilz essbar oder nicht?“ Diese Frage stellen sich wieder viele Menschen. Wir führen deshalb wieder Lehrwanderungen mit erfahrenen Pilzkennern durch, die diese Frage beantworten können. Bei den Pilzlehrwanderungen erhalten Teilnehmer Informationen zu diesen Themen: Bestimmung von Pilzen, Erkennen von Speisepilzen und deren giftigen Doppelgängern, Verwendung von essbaren Pilzen; Funktion, Lebensweise und Ökologie der heimischen Pilzarten sowie Natur schonendes Verhalten beim Pilzesuchen und Sammeln. Die Veranstaltung eignet sich auch für Kinder in Begleitung eines ebenfalls teilnehmenden Erziehungsberechtigten. Die Kinder werden auf verständliche Art mit den genannten Themen vertraut gemacht.

*Bitte zur Bestimmung der Pilze einen Korb mitbringen.*

## ● Kurs 9801

**Werner Bollinger, in Begleitung mit Dittmar Reis, Pilzsachverständige**

Mi. 09.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher, 66115 Saarbrücken  
EUR 9,00

## ● Kurs 9802

**Werner Bollinger, in Begleitung mit Dittmar Reis, Pilzsachverständige**

Mi. 16.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher, 66115 Saarbrücken  
EUR 9,00

## ● Kurs 9803

**Werner Bollinger, in Begleitung mit Dittmar Reis, Pilzsachverständige**

Mi. 23.10.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher, 66115 Saarbrücken  
EUR 9,00

## Junge vhs

## Pilzlehrwanderung

*Bitte zur Bestimmung der Pilze einen Korb mitbringen.*

## ● Kurs 9804

**Werner Bollinger, in Begleitung mit Dittmar Reis, Pilzsachverständige**

Sa. 12.10.2024, 08:30 – 11:30 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher, 66115 Saarbrücken  
EUR 9,00

## Junge vhs

## Aktiver Gewässerschutz

Wasser ist eine elementare Ressource. Es dient als Lebensraum für Tiere und Pflanzen und wird vielfältig durch den Menschen genutzt. Mit Elan und Tatkraft stellen wir uns den neuen Herausforderungen und reinigen Gewässer, denn Müll gibt es an den Ufern genug. Die Veranstaltung eignet sich auch für Familien mit Kindern.

*Hinweis: Bitte Handschuhe und Müllgreifer zum Sammeln mitbringen.*

## ● Kurs 9805

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Sa. 19.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Fischerhütte Lasbachweiher, Bodelschwinghstr. 42, 66287 Quierschied  
gebührenfrei

In Kooperation mit Geographie ohne Grenzen e.V. und dem Regionalverband

**Führung zum Jubiläumsjahr 50 Jahre Kommunalreform und Regionalverband Saarbrücken**

**Quierschied – die Gemeinde inmitten des Saarkohlenwaldes**

Auf unserem Rundgang durch den Ort lernen wir die Örtlichkeiten kennen, die das gegenwärtige Leben in der Gemeinde prägen und wie und wo das Wirken des Regionalverbandes und seiner Institutionen sichtbar wird. Unterwegs begegnen uns zahlreiche Zeugnisse aus vergangenen Zeiten, wie etwa die Arbeiterhäuser der damaligen Glasbläser sowie ein Stollenmundloch zur Versorgung der Glashütte mit Steinkohle. Zeitzeugen berichten aus der guten alten Zeit.

## ● Kurs 9807

**Arno Hess**

So. 29.09.2024, 14:30 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Quierschied, Rathaus, Rathausplatz  
gebührenfrei  
*Anmeldung erforderlich unter [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de) oder [vhsinfo@rvsbr.de](mailto:vhsinfo@rvsbr.de)*

## Junge vhs

**Erlebniswanderung winterlicher Dezember**

Ein informativer Spaziergang mit dem Naturschutzbeauftragten Stefan Kees durch den Quierschieder Winterwald. Die Erlebniswanderung eignet sich auch für Familien mit Kindern.

*Bitte auf festes Schuhwerk achten.*

## ● Kurs 9811

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

So. 08.12.2024, 14:30 – 16:30 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Friedhof Göttelborn  
EUR 5,00

**Herbstliche Fotoexkursionen**

Der Dozent ist erfahrener Hobby-Fotograf und best informierter Kenner der Bergehalde und des Hahnwiesweihers in Merchweiler. Auf den beiden Touren werden nicht nur einige Daten und Fakten präsentiert. Es gibt bei Bedarf auch Tipps in Fototechnik und Vorschläge für interessante Motive.

**Halde Göttelborn und den Kohlbachweiher**

Im Herbst präsentieren sich um die Halde Göttelborn und den Kohlbachweiher hauptsächlich viele Birken in vielfältigen Gelb-, Orange-, und Brauntönen in interessantem Kontrast zu dem Grau der Halde. Länge des Rundgangs etwa 4 km, Dauer ca. 2,5 Stunden.

*Festes Schuhwerk und Trittsicherheit erforderlich.*

● **Kurs 9813****Lothar Strobel, Hobbyfotograf**

Fr. 27.09.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Mitfahrer-Parkplatz Merchweiler am Verkehrskreisel zur Auffahrt auf die A8  
EUR 5,00

**Hahnwies-Weiher**

Auch im Merchtal rund um den Hahnwies-Weiher ergeben sich nachmittags interessante Lichtspiegelungen. Rund um den Weiher liegen die Habichtswiden, auf denen sich das ganze Jahre spezielle Rinder- und Büffel- und Ponyarten aufhalten.

Länge des Rundgangs ca. 3,5 km, Dauer ca. 2 Stunden.

*Festes Schuhwerk und Trittsicherheit erforderlich.*

● **Kurs 9814****Lothar Strobel, Hobbyfotograf**

Fr. 04.10.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Illingen, Ortsteil Steinertshaus, Richtung Gärtnerei, Parkmöglichkeit entlang der Straße  
EUR 5,00

**ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG**

In Kooperation mit dem Schützenverein Tell e.V. 1921 Quierschied

**Sportliches Schießen**

Hier können Sie hineinschnuppern, was sportliches Schießen mit dem Luftgewehr ist und ausprobieren, ob der Sport Ihnen Spaß macht. Fachkundige Vereinsmitglieder zeigen, worauf es ankommt und führen Anfänger so an den Schießsport heran. Nur durch das perfekte Zusammenspiel von Körper und Geist gelingt der ideale Schuss. Die Ausrüstung (Sportgerät, Munition) wird vom Verein gestellt. Der Kurs eignet sich für Anfänger und aktive Sportschützen gleichermaßen.

**Schnupperkurs sportliches Schießen mit dem Luftgewehr und Luftpistole für Erwachsene**● **Kurs 9816****Remo Clemens**

Fr. 17:00 – 20:00 Uhr

ab 20.09.2024, 23 Termine

Treffpunkt: Schützenverein Tell e.V. 1921 Quierschied,  
Schienenweg 42 b, 66287 Quierschied  
gebührenfrei

**Junge vhs****Schnupperkurs sportliches Schießen mit dem Luftgewehr und Luftpistole für Jugendliche**

✳ ab 12 Jahre

**Dozentinnen und Dozenten****STEFAN KEES**

*Dozent und örtlicher Leiter*

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!

„Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues.“

● **Kurs 9817****Remo Clemens**

Di. 17:00 – 20:00 Uhr

ab 17.09.2024, 23 Termine

Treffpunkt: Schützenverein Tell e. V. 1921

Quierschied,

Schienenweg 42 b, 66287 Quierschied

gebührenfrei

**EINZELVERANSTALTUNGEN****Recht und Verbraucherschutz****Vortrag****Immobilienkaufvertrag – Was macht der Notar?**

Der Kauf eines Hauses oder einer Eigentumswohnung stellt für fast alle Käufer einen Meilenstein in ihrem Leben dar. Auch für den Verkäufer ist der Verkauf regelmäßig eine Entscheidung, die er nicht leichten Herzens trifft: Immerhin trennt er sich von seinem Haus, das er vielleicht selbst gebaut oder in dem er viele Jahre seines Lebens verbracht hat. Hinzu kommt, dass Kauf bzw. Verkauf für beide Seiten von enormer wirtschaftlicher Bedeutung sind. Für die meisten Menschen handelt es sich dabei um das finanziell umfangreichste Geschäft in ihrem Leben. Was bei einem Immobilienkauf abläuft, wissen die meisten Beteiligten zunächst nicht, da sie kaum Erfahrung mit solchen Geschäften haben und hiermit nicht in Berührung kommen. Ratgeber hierzu sind oftmals schwer verständlich, denn sie sind in juristischer Fachsprache verfasst, damit die Begrifflichkeiten auch im Streitfall für den Richter, der dann darüber zu entscheiden hat, eindeutig sind.

● **Kurs 9821****Dr. Christian Jülch, Notar**

Do. 09.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeindebücherei Quierschied

EUR 5,00

**Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e. V. im Diakonischen Werk an der Saar****Vortrag****Was ist eine Patientenverfügung und muss ich diese haben?**

Eine Patientenverfügung ist eine schriftliche Festlegung, ob und wie Sie in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchten. Sie ist für den Zeitpunkt maßgeblich, in dem Sie selbst nicht mehr in die Behandlung einwilligen können. Mit einer solchen Verfügung können Sie daher Einfluss auf eine ärztliche Maßnahme für den Fall Ihrer Einwilligungsunfähigkeit nehmen und Ihre Selbstbestimmung wahren, die in allen Lebenslagen gelten soll. Anhand praktischer Fälle aus der Betreuungstätigkeit werden die Grundlagen der Patientenverfügung erklärt. Für welche Fälle ist es sinnvoll, eine solche Verfügung zu verfassen? Wo liegen die Grenzen?

● **Kurs 9822****Barbara Emanuel, Juristin und Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e. V. im Diakonischen Werk an der Saar**

Di. 21.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeindebücherei Quierschied

gebührenfrei

**Vortrag****Solarenergie zur Warmwasserbereitung, zur Heizungsunterstützung und zur Stromerzeugung**

Sonnenenergie kann man für die Warm-

wasserbereitung, zur Heizungsunterstützung und zur Stromerzeugung nutzen. Dr. Werner Ehl, Energieberater der Verbraucherzentrale, erläutert die Funktionsweise der verschiedenen Systeme, für welche Häuser sie geeignet sind und welche Faktoren bei der Vorhersage des Ertrages zu beachten sind.

● **Kurs 9823****Dr. Werner Ehl, Bauphysiker und Energieberater, Verbraucherzentrale des Saarlandes**

Mi. 12.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
gebührenfrei**Vortrag****Energieeinsparung im/am Wohngebäude mit staatlicher Förderung**

Energieeinsparung im Wohnhaus! Ob energetische Sanierung, wohnwirtschaftliche Modernisierung oder kleinere Energieeinsparungen! Was kann ich in meinem Wohnhaus tun, um Heizkosten oder Stromkosten einzusparen? Kann ich auch für kleinere energetische Sanierungen vom Staat eine Förderung erhalten? Energieeinsparung im Wohngebäude und deren Fördermöglichkeiten – energetische Sanierungsmaßnahmen der Gebäudehülle (z. B. Fenster- u. Haustürerneuerungen oder Dach-, Kellerdecken- bzw. Außenwanddämmung) oder der Heizwärme- oder Warmwasserbereitung (z. B. Heizungserneuerungen oder Heizungsoptimierungen mit dem Einsatz von erneuerbaren Energien). Der Referent bietet einen umfassenden Überblick über aktuelle Anforderungen und Fördermöglichkeiten (z. B. KfW, BAFA) zur energetischen Wohnhaussanierung – kleinere und größere energetische Einsparpotentiale im Eigenheim oder in der Mietwohnung werden

## QUIERSCHIED

anhand von Praxisbeispielen erläutert! Der Dozent geht in dem Vortrag auch auf Fragen zu der im Jahr 2023 erfolgten Novellierung des Gebäudeenergiegesetzes (GEG) ein.

### ● Kurs 9824

**Dirk Redmann, Dipl.-Ingenieur,  
Gebäudeenergieberater**

Di. 11.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

## ERLEBNISREISEN MIT DEM FAHRRAD

### Vortrag

#### Mit dem Fahrrad unterwegs – an Deutschlands Küsten

Der Referent stellt in seinem Power-Point-Vortrag aus eigener Erfahrung empfehlenswerte Radtouren an Nord- und Ostsee vor, die sich als Kurzurlaube für die Dauer einer Woche anbieten (Ostfriesland, Sylt, Lübecker Bucht mit Fehmarn, Ostseeradweg bis Lübeck bis Stralsund und Usedom). Er geht auf mögliche Organisationsformen ein, bewertet den Schwierigkeitsgrad sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges.

### ● Kurs 9825

**Werner Michaltzik**

Mi. 05.03.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

## GESCHICHTE UND GEOGRAFIE

### Vortrag

#### Labyrinth und Irrgärten – Ursprung und Entwicklung, Konstruktion, Beispiele und Ideen

Der Power-Point-Vortrag zeigt mit vielen

Fotos und Skizzen Beispiele für Labyrinth und Irrgärten in ihrer Entstehung und Entwicklung, sagt, wo man Labyrinth und Irrgärten besuchen kann, verrät die geometrischen Konstruktionsprinzipien und gibt Anregungen für den Eigenbau mit wenig oder viel Aufwand.

### ● Kurs 9826

**Werner Michaltzik**

Mo. 10.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Moby Dick und die Essex? Die Fakten hinter der Fiktion

Der Power-Point-Vortrag zeigt mit vielen Fotos und Skizzen Beispiele für Labyrinth und Irrgärten in ihrer Entstehung und Entwicklung, sagt, wo man Labyrinth und Irrgärten besuchen kann, verrät die geometrischen Konstruktionsprinzipien und gibt Anregungen für den Eigenbau mit wenig oder viel Aufwand.

### ● Kurs 9827

**Werner Michaltzik**

Mi. 08.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

## NATUR UND UMWELT

### Junge vhs

#### Entdeckungstour im Wildpark Saarbrücken

♿ 6 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen  
Euch erwartet ein ganz besonderes Ferienerlebnis im Wildpark Saarbrücken! Zusammen mit Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter im Gemeindebezirk Quierschied erkundet Ihr auf einer spannenden Entdeckungstour den Wildpark mit seinen etwa 120 heimischen und heimisch gewordenen europäischen Wild- und

## Dozentinnen und Dozenten



### WERNER MICHALTZIK

» Jahrgang 1952, pensionierter  
Polizeibeamter, reist gerne und  
liest viel, mehrsprachig, sammelt  
unnützes, aber dennoch interes-  
santes Wissen, das er gerne in  
Vorträgen weitergibt. «



Haustieren. In den artgerechten Gehegen sind auch Luchse, Wildkatzen und Eulen.

● **Kurs 9831**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Mo. 14.10.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz Haupteingang  
Wildpark  
EUR 5,00

**Exkursion**

**Die Tagesanlagen der Grube Göttelborn (mit Turmfahrt auf Fördergerüst Göttelborn IV) – Stollenmundlöcher, Fördergerüste und andere Bergbauarchitekturen lassen ein Jahrhundert Montangeschichte Revue passieren**

● **Kurs 1109**

**Delf Slotta, Dipl.-Geograph**

So. 29.09.2024, 10:00 – 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Göttelborn, Straße „Zum Schacht“, großer Parkplatz am Göttelborner Sportplatz  
gebührenfrei, Hutsammlung

**Vortrag**

**Nachhaltige Kleidung und Schuhe**

Deutsche Verbraucher kaufen im Durchschnitt 60 Kleidungsstücke pro Jahr. Getragen werden sie aber nur noch halb so lange wie vor 15 Jahren. Der Vortrag geht darauf ein, welche verheerenden Folgen die Fast Fashion-Industrie für Menschen und Umwelt hat, wie groß der Ressourcenverbrauch und der Einsatz von Chemikalien sind und wie katastrophal die Arbeitsbedingungen sind. Ferner erfahren Sie, wie Sie Kleidung nachhaltig tragen und konsumieren können.

● **Kurs 9832**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Di. 08.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Europas größtes Nagetier: Spannendes rund um den Biber**

Sie sind fleißige Baumeister und die größten Nagetiere Europas: die Biber. Vor ein paar Jahren nagte ein Biber in der Fischbacher Waldparkanlage Gehölze an und schien sich seinen Lebensraum zurückzuerobern. In diesem Vortrag entführt uns Ulrich Heintz, Ehrenvorsitzender des NABU Saarland, in die spannende Welt des Bibers: Wie leben, wohnen und „arbeiten“ sie? Wie helfen sie beim Schutz der Artenvielfalt?

● **Kurs 9833**

**Ulrich Heintz, Ehrenvorsitzender des NABU Saarland**

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Sitzungszimmer der Fischbachhalle  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Wie hängen Klima- und Naturkrise zusammen**

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.

● **Kurs 9834**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Di. 26.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Moore**

Moore erbringen beispielsweise durch das Binden von Kohlendioxid grundlegende Ökosystemleistungen und vieles mehr. Dennoch sind Moore stark gefährdet. Dieser Vortrag führt in das Ökosystem Moor ein und gibt einen Einblick, warum Moore Gefahren ausgesetzt sind. Ferner zeigt er Wege auf, wie man Moore und damit auch unser Klima schützen kann.

● **Kurs 9835**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 10.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Nachhaltig wohnen und heizen**

Im Wohnbereich fällt ein Fünftel der individuellen Emissionen an. Insbesondere für Raumwärme wenden deutsche Haushalte große Mengen Energie auf. Obwohl Heizungen und Haushaltsgeräte immer effizienter werden, nahmen die CO<sub>2</sub>-Emissionen im Bereich Wohnen in den letzten Jahren nur geringfügig ab. Was können wir tun, um Emissionen und Ressourcen im Haushalt zu sparen? Dieser Vortrag betrachtet unterschiedliche Bereiche des Wohnens und gibt praktische Tipps für die vier Wände!

● **Kurs 9836**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Di. 14.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag****Deutschland und seine Schutzgebiete**

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in diesem Vortrag näher eingegangen.

● **Kurs 9837**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 07.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa

EUR 5,00

**SINGEN**

In Kooperation mit dem Kirchenchor Fischbach

**Singen**

In Kooperation mit der vhs-Quierschied bietet der Kirchenchor Fischbach ein Singen für jedermann an. Gerade in einer Zeit der audiovisuellen Reizüberflutung ist das Singen im Chor immer noch eine sinnvolle Freizeitgestaltung! Wir erarbeiten geistliche und weltliche Chormusik, wie etwa Spirituals, Schlager und moderne Volksliedbearbeitungen. Die Proben finden im Kolpi Haus Fischbach statt. Immer mittwochs von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr. Beginn: 18.09.2024 Herzliche Einladung! Ralf Michael Becker, Chorleiter

● **Kurs 9839**

**Ralf Michael Becker, Chorleiter**

Mi. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 18.09.2024, 23 Termine

Kolpi Haus Fischbach

gebührenfrei

**GESUNDHEITSBILDUNG****Vortrag****(Zahn-) Medizin 2.0 – (Mund-) Gesundheit ist möglich**

In welche Richtung entwickelt sich die Zahnmedizin der Zukunft? Welche neuen Möglichkeiten in den Bereichen Technik, Behandlung, Vorsorge und Diagnostik sind relevant für die innovative Zahnmedizin 2.0? Gelingt es uns, gefährliche Erkrankungen von Zahn und Zahnfleisch zu besiegen und so zu erreichen, dass Mundgesundheit möglich ist? Wie hängen Mund- und Allgemeingesundheit zusammen? Erfährt das Motto des Tages der Zahngesundheit – „Gesund beginnt im Mund“ – eine ganz neue Bedeutung?

● **Kurs 9841**

**Dr. Markus Schadt, Zahnarzt, Orthomolekulartherapeut und Buchautor**

Do. 28.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Nebenzimmer der Fischbachhalle

EUR 5,00

**Vortrag****Nahrungsergänzung – gesünder leben durch Pillen und Pulver?**

Die Werbung für Nahrungsergänzungsmittel verspricht wahre Wunder: verbesserte Leistungsfähigkeit und Sehkraft, Abhilfe bei Gelenkschmerzen oder Stress. Doch was ist dran? Theresia Weimar-Ehl von der Verbraucherzentrale Saarland geht auf folgende Fragen ein: Was sind überhaupt Nahrungsergänzungsmittel und was ist der Unterschied zu Arzneimitteln? Können sie Krankheiten vorbeugen? Sind sie notwendig, weil Lebensmittel nicht ausreichend Vitamine enthalten? Für wen sind Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll und wann sind Sie überflüssig oder sogar gesundheitsschädlich? Einige Nahrungsergänzungsmittel können Wechselwirkun-

**Dozentinnen und Dozenten****THERESIA WEIMAR-EHL**

*Diplom-Biologin, Leiterin des Bereichs Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes*

» *Klimafreundliche und gesunde Ernährung sind einer meiner Schwerpunkte, für die ich mich einsetze. Ich berate und informiere neutral und anbieterunabhängig und vertrete die Interessen der VerbraucherInnen gegenüber Wirtschaft und Politik. Alle meine Informationen sind auf dem neusten Stand und basieren auf unabhängigen Studien. <<*

gen mit Medikamenten hervorrufen. Der Vortrag klärt über Risiken und Wirkungen von Nahrungsergänzungsmitteln auf und gibt Tipps, was man beim Kauf beachten sollten.

● **Kurs 9842**

**Theresia Weimar-Ehl, Dipl.-Biologin, Ernährungsberaterin, Verbraucherzentrale des Saarlandes**

Do. 19.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Genuss mit Zukunft – nachhaltiger essen und einkaufen**

Gesund und lecker essen, dabei gleichzeitig das Klima und die Ressourcen schonen – das möchten immer mehr Menschen. Im Vortrag geht es darum, was nachhaltige Ernährung konkret bedeutet, welchen Einfluss das eigene Essen und Trinken hat und wie nachhaltiger einkaufen gelingen kann. Theresia Weimar-Ehl von der Verbraucherzentrale beantwortet Fragen wie: Mehr Pflanzen, weniger Fleisch – warum? Lebensmittelabfälle reduzieren – was kann ich tun? Regional, saisonal, bio & fair – auf was kann ich achten? Sind Hülsenfrüchte, Pilze oder Insekten unsere Lebensmittel der Zukunft?

● **Kurs 9843**

**Theresia Weimar-Ehl, Dipl.-Biologin, Ernährungsberaterin, Verbraucherzentrale des Saarlandes**

Do. 16.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
EUR 5,00

**Vortrag**

**Bereit für die Zukunft: Anpassung bei Pflegebedürftigkeit in der Familie**

Die Veranstaltung beschäftigt sich mit der demografischen Entwicklung und deren Auswirkungen auf Familien mit Pflegebedürftigen. Er bietet praktische Ansätze für Vorsorge und Prävention.

● **Kurs 9844**

**Marco Weber, Koordination Demenzarbeit DEMENZ-Verein im Köllertal e.V.**

Di. 28.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei

**Öffentliche Arztvorträge in Kooperation mit dem Knappschafts-Krankenhaus Sulzbach und der Gemeinde Quierschied**

**Vortrag**

**Blutgerinnung und Blutverdünnung – welches Medikament bei welchem Problem?**

● **Kurs 9845**

**Dr. med. Patrizio Merloni, Gastroenterologe, Magen-Darm-Zentrum**

Di. 04.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr  
Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei  
Anmeldung bei Gemeindebücherei Quierschied unter Fon 06897 961195 oder Mail an [a.bost@quierschied.de](mailto:a.bost@quierschied.de)

**REISEBERICHTE**

**Vortrag**

**Uganda, die Perle Afrikas**

Eine Begegnung mit den Berggorillas in den Bergregenwäldern Ugandas, im Grenzgebiet zum Kongo und zu Ruanda, war schon lange ein Traum von Silvia und Werner Herrmann! Doch diese sanften Riesen sind längst nicht alles, was Uganda, durch das der Weiße Nil fließt, zu bieten hat. Das grüne, dicht besiedelte Land mit buntem pulsierendem Leben, liegt zwischen dem Victoriasee, den Virunga-Vulkanen und dem geheimnisvollen Ruwenzori-Gebirge. Die Nationalparks beeindrucken nicht nur mit ihrem Tierreichtum sondern besonders mit ihrer Artenvielfalt. Werner Herrmann präsentiert interessante Geschichten und Fotos von einzigartigen Landschaften, faszinierenden Menschen und einer ungeahnt vielfältigen Pflanzen- und Tierwelt.

● **Kurs 9847**

**Werner Herrmann**

Di. 19.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei  
*Der Referent unterstützt ein Kinderhilfsprogramm in Uganda und nimmt hierfür gerne eine Spende an.*

**Vortrag**

**Nepal – Unterwegs auf dem Everest Trek zu den höchsten Bergen der Welt**

Karin und Armin Fell sind in Lukla, dem „gefährlichsten Flughafen der Welt“ gestartet und auf den Spuren von Edmund Hillary in 9 Tagen bis zum Khumbu-Eisfall zwischen Mount Everest und Lothse gewandert. Die beiden haben aber nicht nur faszinierende Fotos und Videos von ihrer Reise mitgebracht.

Geschichten aus der tief religiösen Welt der Sherpas gehören genauso dazu, wie ein mehrtägiger Besuch im Kathmandutal, seit 1979 Unesco-Weltkulturerbe mit den 3 Königsstädten.

● **Kurs 9848**

**Armin Fell**

Do. 30.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
gebührenfrei

*Der Referent unterstützt ein Kinderhilfsprojekt.*

**Vortrag**

**Lebe Deine Träume und träume nicht  
Dein Leben – Als Frau allein reisen**

Dieser Kurs soll dazu ermutigen, sich alleine auf spannende Reiseabenteuer zu begeben. Manchmal gibt es Bedenken, die uns davon abhalten, alleine zu reisen oder uns auf den Weg zu machen, die Welt zu erkunden. Genau darüber wollen wir sprechen. In diesem Kurs geht es um die Vorteile des Alleinreisens und, wie man mögliche Bedenken überwinden kann. Durch eigene persönliche Erfahrungen ihrer 3-monatigen Reise durch Australien macht die Kursleiterin Mut. Ferner gibt sie wertvolle Tipps und Tricks, damit Sie schon bald die Welt alleine bereisen!

● **Kurs 9849**

**Stefanie Schmidt**

Mi. 15.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
gebührenfrei

**FREMDSPRACHEN**

**Französisch**

**Abendkurs**

**Französisch für Tourismus**

Der einsemestrige Kurs richtet sich an Touristen und auch an Beschäftigte im Gastgewerbe.

Geringe Vorkenntnisse erwünscht.

Lehrwerk: Vive les vacances (Huber)

● **Kurs 9851**

**Astrid Meiser**

Mi. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
Raum E12

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

**Abendkurs**

**Französisch A1 Stufe 4**

Niveau A1 für AnfängerInnen, Wieder-  
einsteigerInnen, UrlauberInnen

Lehrwerk: Rencontres en francais A1,  
ab Lektion 10

● **Kurs 9852**

**Astrid Meiser**

Mi. 17:30 – 19:00 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
Raum E12

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

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**ASTRID MEISER**

*Dozentin Französisch*

» Bereits seit 30 Jahren unterrichte ich mit großer Freude Französisch an der vhs. Es ist mir sehr wichtig, mit der Zeit zu gehen und auf dem neusten Stand zu sein, was Lehr- und Lernmethoden sowie landeskundliche Themen betrifft. Da Sprache auch immer eng mit Kultur verwoben ist, möchte ich Ihnen in meinen Kursen nicht nur sprachliches, sondern auch kulturelles Wissen an die Hand geben. In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß werden wir uns dem Französischen und den Besonderheiten Frankreichs widmen. Besonders freue ich mich, wenn mir Kursteilnehmer stolz von ihren (sprachlichen) Abenteuern berichten können. «

## Italienisch

### Abendkurs

#### Italienisch für AnfängerInnen

##### Fortsetzung

Lektüre von Texten und Sprachtraining  
Lehrwerk: Con piacere nuovo A1

##### ● Kurs 9855

**Paolo Patanisi**

Di. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 17.09.2024, 15 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
Raum E12

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

## PC, TABLET & SMARTPHONE

### Abendkurs

#### EDV Cafe: Der Lerntreff rund um PC, Laptop, Smartphone, APPS, Web

Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop macht nicht, was Sie wollen? Sie brauchen eine Orientierungshilfe oder eine fachliche Hilfestellung? Vielleicht finden Ihre Bilder nicht mehr, haben Fragen zu Whatsapp, scheitern bei der Installation von Programmen oder möchten Mails empfangen und schreiben. Diese und andere Anwenderfragen werden in diesem Kurs fachkundig beantwortet. Dabei orientiert sich das Programm stark an den Fragen der Teilnehmer.

*Bitte entsprechende Geräte mitbringen.*

##### ● Kurs 9858

**Torsten Meyer**

Mo.+Do. 17:30 – 19:45 Uhr

ab 18.11.2024, 5 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
EDV-Raum

15 UST, EUR 63,00

## TEXTILES GESTALTEN

### Nähen

#### Abendkurse

#### Nähen und Zuschneiden für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Nähen ist ein tolles Hobby. Es macht Spaß, sich ein Bekleidungsstück selbst zu nähen oder auch Änderungen daran vorzunehmen. Der Kurs lädt ein, Kenntnisse an der eigenen Nähmaschine zu vertiefen und neue Nähtechniken kennenzulernen.

*Bitte bringen Sie zum ersten Termin folgende Dinge mit: Kunststoffmaßband, Lineal, Stecknadeln, Nähadeln, Fingerhut, Schneiderkreide, Kopierset, Stoff- und Papierschere, ein Qualitätsnähgarn. Ein Starterset kann am 1. Kursabend für EUR 5,00 erworben werden. Bringen Sie bitte zu allen Terminen Ihre Nähmaschine mit. Fortgeschrittene können gerne eigene Nähprojekte mitbringen.*

##### ● Kurs 9860

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 18.09.2024, 4 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
Nähraum

12 UST, EUR 34,00

##### ● Kurs 9861

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
**Textil- und Bekleidungsingenieurin**

Mi. 19:00 – 21:15 Uhr

ab 06.11.2024, 4 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
Nähraum

12 UST, EUR 34,00

## Dozentinnen und Dozenten



### TORSTEN MEYER

**Techn. Ingenieur, Ausbilder,  
Berufspädagoge**

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine Teilnehmer in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmern ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie der Teilnehmer selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine Teilnehmer eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

● **Kurs 9862**

**Claudia Tschudy-Lonsdorfer,**  
*Textil- und Bekleidungsingenieurin*  
 Mi. 19:00 – 21:15 Uhr  
 ab 15.01.2025, 4 Termine  
 Gemeinschaftsschule Quierschied,  
 Nähraum  
 12 UST, EUR 34,00

### Stricken und Häkeln

*Vormittagskurs*

#### Stricken und Häkeln für

#### AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Handarbeiten ist ein tolles Hobby, das der Seele gut tut und Konzentration sowie Kreativität fördert. Der Kurs lädt, ein, in geselliger Runde nach Vorlagen oder eigenen Entwürfen Bekleidungsstücke oder auch Wohnaccessoires herzustellen. *Zum ersten Termin bringen Sie bitte Wolle oder Garn und das entsprechende Arbeitsmaterial wie Häkel- oder Stricknadel, Schere, Maßband sowie Maschenmarkierer mit.*

● **Kurs 9865**

**Waltraud Schwarz**  
 Mi. 09:30 – 11:45 Uhr  
 ab 18.09.2024, 10 Termine  
 Gemeindebücherei Quierschied  
 30 UST, EUR 75,00

### KREATIVES GESTALTEN

*Nachmittagskurs*

#### Modellieren mit Ton Kreatives Gestalten für AnfängerInnen

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer Umgang, Verarbeitung und Gestaltung von Ton.

*Mitzubringen sind altes Handtuch/ Geschirrhandtuch, Küchenmesser und verschließbares Aufbewahrungsbehältnis. Diverse Formen und Werkzeuge stehen kostenlos zur Verfügung. Materialkosten werden nach Verbrauch im Kurs separat abgerechnet.*

● **Kurs 9868**

**Sabine Jochum-Engel**  
 Do. 17:30 – 19:45 Uhr  
 ab 26.09.2024, 6 Termine  
 Gemeinschaftsschule Quierschied,  
 Werkraum  
 18 UST, EUR 45,00

### KOCHEN, ERNÄHRUNG UND GETRÄNKE

*Abendkurs*

#### Arabisch kochen

Die Küche eines Landes sagt immer sehr viel über die Kultur und das Wesen seiner Bewohner aus. Dies verdeutlicht die Verwendung der heimischen Zutaten, die Art der Zubereitung und die Art, wie gemeinsam gegessen wird. So ist die arabische Küche bekannt für ihre leckeren Rezepte. Wir werden Ihnen mit traditionellen Gerichten in drei Gängen die arabische kulinarische Kultur näher bringen. *Bitte mitbringen: Schürze, entsprechende Behälter zur Mitnahme nicht verzehrter Speisen, gute Laune, Lernbereitschaft.*

● **Kurs 9870**

**Asmaa Almokheber**

### Dozentinnen und Dozenten



**CLAUDIA TSCHUDY-LONSDORFER**  
*Textil- und Bekleidungsingenieurin*

» Nach meiner Schneiderlehre und dem Abschluss des Studiums der Bekleidungstechnik im Jahr 1988 hat mich die Faszination für den Umgang mit Stoffen und textilen Materialien bis heute nicht mehr verlassen. Es ist für mich immer wieder ein Erlebnis, wie aus der großen Auswahl an Stoffen, Accessoires und Materialien am Schluss ein fertiges individuelles Bekleidungsstück oder andere textile Teile entstehen, welche sich von der heutigen schnelllebigen textilen Massenware wohltuend abheben. Neben der Neuanfertigung von Bekleidung ist auch die Wiederverwertung (Upcycling) und Aufwertung älterer Teile eine interessante, nachhaltige und herausfordernde Arbeit. «

Mi. 09.10.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche  
 EUR 18,00 (zzgl. Kostenumlage für Lebens-  
 mittel und Getränke in Höhe von EUR  
 25,00 pro Person, sie wird im Kurs direkt  
 an die Dozentin gezahlt)  
*Anmeldung erforderlich bis 02.10.2024.*  
*Eine Abmeldung ist bis spätestens zum*  
*02.10.2024 möglich.*

### Abendkurse

#### La dolce Vita auf den Teller

Kochen wie in Italien

Erinnern Sie sich an die leckeren Som-  
 mergerichte aus Ihrem Italienurlaub? In  
 diesem Kurs werden wir einige schmack-  
 hafte Klassiker nachkochen! Bei einem  
 gemütlichen Aperitif besprechen wir  
 unseren Speiseplan und danach geht es  
 schon los: Unter fachmännischer Anlei-  
 tung und bespickt mit Tricks und Tipps  
 aus einer langen und leidenschaftlichen  
 Erfahrung in der Gastronomie leitet Sie  
 der Küchenmeister Giovanni Romano  
 durch die einzelnen Stationen bis hin  
 zum perfekten Italo-Menu. Vier Gänge,  
 einfach und schnell zubereitet, dazu  
 jeweils einen passenden, leckeren Wein.  
 Natürlich darf das „dulcis in fundo“, die  
 Nachspeise, nicht fehlen.

#### ● Kurs 9871

**Giovanni Romano, Gastronom**

Fr. 04.10.2024, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche  
 EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel,  
 Weine und Wasser werden am Kursabend  
 erhoben und betragen EUR 18,00 pro  
 Person)

### Abendkurs

#### High-Carb – VIVA LA PASTA!

Escalazione gastronomica!  
 Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini,  
 Ravioli ...

Heute begehen wir alle kulinarischen  
 Sünden als gäbe es keinen Morgen! Wer  
 hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im  
 Risortorante bestellt, um möglichst viele  
 leckeren Nudelgerichte kosten zu können?  
 Wir zaubern drei verschiedene davon,  
 begleitet mit passendem Wein, abgerundet  
 mit einer süßen Nachspeise.

Das Leben ist schön!

#### ● Kurs 9874

**Giovanni Romano, Gastronom**

Mi. 05.03.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche  
 EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel,  
 Weine und Wasser werden am Kursabend  
 erhoben und betragen EUR 19,00 pro  
 Person)

### Abendkurs

#### Low-Carb-Kochkurs – gesund genießen!

Lecker und mit wenig Kalorien, vielen  
 Vitaminen, Mineralien und Proteinen.  
 Vitalstoffe pur kombiniert mit Fisch,  
 Fleisch, Gemüse und Obst, dazu die rich-  
 tigen Gewürze zwischen mediterran und  
 „Grand Asia“. Gekocht wird ein schmack-  
 haftes 3-Gänge-Menü, begleitet von leck-  
 ren Tee-Sorten und wahlweise auch von  
 einem passenden Tröpfchen Wein.

#### ● Kurs 9875

**Giovanni Romano, Gastronom**

Do. 13.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
 Gemeinschaftsschule Quierschied, Küche  
 EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel,  
 Weine und Wasser werden am Kursabend  
 erhoben und betragen EUR 16,00 pro  
 Person)

## KULTUR UND KUNST

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit  
 mit dem Duo *salle de séjour*

### Wohnzimmermusik und Couchliteratur

In Zusammenarbeit mit der Volkshoch-  
 schule Regionalverband Saarbrücken  
 kommt nach längerer Pause das Duo *salle*  
*de séjour*, das sind Udo Grewenig und  
 Günther Adolph, mit Musik von Adamo,  
 Beatles, Phil Collins, Sarah Connor, Deep  
 Purple, Bee Gees, Monty Python u. a. wie-  
 der in die Gemeindebücherei Quierschied.

#### ● Kurs 9880

**Udo Grewenig/Günther Adolph**

Fr. 15.11.2024, 19:00 – 21:00 Uhr  
 Gemeindebücherei Quierschied  
 gebührenfrei

*Wegen einer begrenzten Teilnehmerzahl*  
*ist eine Anmeldung unter*  
*Fon 06897 961194 oder Mail an*  
*buecherei@quierschied.de erforderlich!*

## KUNST

### Ausstellung

#### Vernissage zur Fotoausstellung: Von Kasachstan nach Usbekistan

Kasachstan ist nach Russland und China  
 das drittgrößte Land Asiens und der  
 größte Binnenstaat der Erde. Geprägt wird  
 das Land durch artenreiche Seenland-  
 schaften, moderne Städte, menschenleere  
 Steppen und Halbwüsten. Bekannt wurde  
 Kasachstan durch Russland-Deutsche, die  
 seit den 1960er Jahren nach Deutschland  
 kommen, sowie die Raketenstarts von der  
 russischen Enklave Baikonur.

#### ● Kurs 9881

**Josef Scherer**

So. 29.09.2024, 11:00 – 13:00 Uhr  
 Gemeindebücherei Quierschied

gebührenfrei

*Die Ausstellung ist vom 29.09. bis 16.10.2024 in der Bücherei zu sehen.*

### Vernissage zu den beiden Herbstlichen Foto-Exkursionen

Die Teilnehmer der beiden Fotoexkursionen präsentieren ihre Bilder in einer Ausstellung in der Gemeindebücherei Quierschied.

#### ● Kurs 9882

**Lothar Strobel**

So. 08.12.2024, 11:00 – 13:00 Uhr  
Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei

*Die Ausstellung ist vom 08.12. bis 22.12.2024 in der Bücherei zu sehen.*

## BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

### Besuch des Landtages des Saarlandes

Der Landtag des Saarlandes ist die gewählte Vertretung der Bürger. Beim Besuch werden Sie mit den Arbeitsabläufen vertraut gemacht und Sie gewinnen einen Einblick in die Arbeit des saarländischen Parlaments mit seinen 51 Abgeordneten. Es erwartet Sie ein Rundgang durch den Plenarsaal und diverse Sitzungssäle, das große, wie kleine Restaurant und weitere Funktionsräume. Darüber hinaus kann auch ein Blick in sonst nicht öffentlich zugängliche Räume geworfen werden, beispielsweise in die „Schatzkammer“ des Landtages und in den Raum der Landespressekonferenz (LPK). Beim Gespräch mit Abgeordneten von verschiedenen Fraktionen werden Getränke und Brezeln gereicht.

#### ● Kurs 9885

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Di. 01.10.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Landtag, Franz-Josef-Röder-

Str., 66119 Saarbrücken

gebührenfrei

*Bitte Personalausweis mitführen*

*Anmeldung erforderlich bis 23.09.2024*

### Besichtigung Kraftwerk Weiher III

Das Kraftwerk Weiher ist ein Steinkohlekraftwerk mit einer Nettonennleistung von 656 MW. Es arbeitet nach dem Prinzip der Kraft-Wärme-Kopplung und erzeugt neben Strom auch Wärme. Es ist unter anderem auch der Besuch der Aussichtsplattform auf 120 m (Aufzug) geplant. *Bitte an die Witterung angepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen, Mindestalter 16 Jahre, Anfahrt mit privatem Pkw.*

#### ● Kurs 9886

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 20.09.2024, 14:00 – 18:00 Uhr  
Treffpunkt: Kraftwerk Weiher  
Holzer Str. , 66287 Quierschied  
gebührenfrei

*Anmeldung erforderlich bis 13.09.2024*

### Besichtigung Saarländischer Rundfunk

Wer schon immer einmal wissen wollte, wie und wo der Saarländische Rundfunk seine Radio-, Fernseh- und Internetangebote produziert, kommt an einem Besuch beim SR auf dem Saarbrücker Halberg nicht vorbei. Das Besondere an den Führungen über den Halberg und durch die Funkhaus-Gebäude des Saarländischen Rundfunks ist, dass die Führungen mitten hinein in die Hörfunk- und Fernsehstudios und in die Redaktionen führen, in denen die Arbeit gemacht wird. Dadurch kommen Besucherinnen und Besucher in Gruppengröße immer in direkten Kontakt mit den Moderatorinnen und Moderatoren, den Redakteurinnen und Redakteuren, den Technikerinnen und Technikern.

## Dozentinnen und Dozenten



### GIOVANNI ROMANO

*Gastronom und Genussvermittler*

» „Kochen ist die Kunst, mit Nahrung Glück zu erschaffen.“

*Schon früh brachte mich meine tiefe Leidenschaft für das „Dolce Vita“ zum Kochen und in die Gastronomie. Die Schwerpunkte meiner Kochkurse liegen auf mediterranen Speisen, leckeren Pastagerichten und Risottos, aber auch auf schmackhaften Low-Carb-Menüs. Meine Mission diesbezüglich ist: „Gesund kann auch lecker!“ Die richtige Weinbegleitung vervollständigt den Gaumenschmaus ebenso wie der Espresso zum Schluss. Ein Kochkurs kann ein kurzer Urlaubstrip sein, bei dem das kulinarische Glück mit anderen geteilt werden kann. Werde ein Teil Deiner eigenen Kochshow! <<*

● **Kurs 9887****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 22.11.2024, 17:30 – 19:30 Uhr

Treffpunkt: SR Halberg,

Franz-Mai-Straße, 66121 Saarbrücken  
(vor dem Haupteingang des Konferenz-  
gebäudes des SR)  
gebührenfrei*Anmeldung erforderlich bis 08.11.2024.  
Eine Abmeldung ist bis spätestens zum  
08.11.2024 möglich.***Junge vhs****Workshop Banknotendetektive –  
Besuch der Deutsche Bundesbank  
Filiale Saarbrücken**

👤 6 - 10 Jahre

Die Deutsche Bundesbank öffnet für uns  
ihre Türen. Kinder im Grundschulalter  
(6 - 10 Jahre) haben die Gelegenheit,  
sich intensiv mit dem Thema (Bar-) Geld  
zu beschäftigen. Wie kann man echtes  
Geld von Falschgeld unterscheiden? Ein  
Workshop vermittelt spielerisch und un-  
terhaltsam das nötige Wissen und macht  
die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu  
Banknotendetektiven.Die Begleitung einer erwachsenen Person  
ist nicht vorgesehen.● **Kurs 9888****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Fr. 25.10.2024, 10:00 – 11:30 Uhr

Deutsche Bundesbank Filiale Saarbrücken,  
Hafenstr. 20-22, 66111 SB  
gebührenfrei*Anmeldung erforderlich bis 11.10.2024.  
Eine Abmeldung ist bis spätestens zum  
11.10.2024 möglich.***ARBEIT UND BERUF****Computerschreiben****Abendkurs****Tastschreiben heute – Grundkurs**Der Kurs vermittelt die Fertigkeiten,  
„blind“ auf der Tastatur schreiben zu  
können. Eine neue Lehrmethode unter-  
stützt das multisensorische Lernen und  
führt schneller und effizienter zum Ziel  
als im herkömmlichen Unterricht. Skript  
in Kursgebühr enthalten.*Bringen Sie bitte zu allen Terminen Ihre  
eigenen Geräte sowie einen Kopfhörer mit,  
da individuell Medieninhalte abgespielt  
werden.*● **Kurs 9889****Gerhard Zägel**

Mo. 17:00 – 20:00 Uhr

ab 23.09.2024, 5 Termine

Gemeinschaftsschule Quierschied,  
EDV-Raum

20 UST, EUR 100,00

**EINZELVERANSTALTUNGEN****Vortrag****Straftaten zum Nachteil von Senioren**Der Vortrag der kriminalpolizeilichen Be-  
ratungsstelle zum Thema „Straftaten zum  
Nachteil älterer Menschen“ beantwortet  
die Frage „wie kann ich mich im Alltag  
schützen“. Enkeltrick, falsche Polizeibe-  
amte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl  
an der Haustür, Geldwechseltrick ... die  
Phantasie der Straftäter scheint nahezu  
unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag  
werden diese und auch andere Metho-  
den veranschaulicht. Ebenso geht es um  
die Minimierung des Risikos, selbst zum  
Opfer zu werden.● **Kurs 9891****Patrick Rubeck, Kriminaloberkommissar  
Landespolizeipräsidium/LPP 20  
Polizeiliche Kriminalprävention**

Di. 18.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei**Vortrag****Vortrag Engagement – Tut gut!**Allgemeine Informationen zur Ehrenamts-  
börse, Typen freiwilligen Engagements,  
was bringt mir ehrenamtliches Engage-  
ment persönlich, wie kann ich mich ein-  
bringen und was passt zu mir? Hinweise  
zur individuellen Beratung● **Kurs 9892****Dirk Sold, u.a. Leiter der Ehrenamtsbörse  
Regionalverband Saarbrücken**

Do. 13.02.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

Gemeinschaftsschule Quierschied, Mensa  
gebührenfrei

**FEUERWEHR**

In Kooperation mit der Freiwilligen  
Feuerwehr Quierschied

**Workshop****Feuerwehr für Jedermann**

Wie verhalte ich mich im Brandfall, was kann die Feuerwehr machen. Was hat die Feuerwehr an Technik, wie kann man diese einsetzen und was macht die Feuerwehr außer Feuer löschen. Euch erwarten ein paar theoretische Grundlagen, viel Praxis und eine Menge Spaß. Ferner wird es noch ein paar Vorführungen der vorhandenen Technik geben.

● **Kurs 9893****Feuerwehr Quierschied**

Fr. 11.10.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
Feuerwehrgerätehaus Quierschied,  
Schumannstr. 6, 66287 Quierschied  
gebührenfrei

**Junge vhs****Feuerwehr für Kinder**

✳ ab 8 Jahre

Zum Helfen ist man nie zu jung. Wie verhalte ich mich wenn es brennt? Wie ging der Notruf noch? In diesem Kurs wollen wir Euch zeigen wie die Feuerwehr arbeitet, welches Werkzeug die Feuerwehr hat und was du schon machen kannst. Euch erwarten ein paar theoretische Grundlagen, viel Praxis und eine Menge Spaß. Mindestalter 8 Jahre. Die Begleitung einer erwachsenen Person ist nicht vorgesehen.

● **Kurs 9894****Feuerwehr Quierschied**

Fr. 17:00 – 18:30 Uhr  
ab 17.01.2025, 3 Termine  
Feuerwehrgerätehaus Quierschied,  
Schumannstr. 6, 66287 Quierschied  
gebührenfrei

**DEUTSCHES ROTES KREUZ**

In Kooperation mit dem Deutschen Roten  
Kreuz Quierschied

Helfen geht jeden an. Unfälle können immer und überall passieren. Wie verhalte ich mich in einem Notfall? Wie ging der Notruf noch? Verletzte Person ... und nun??? In diesem Kurs wollen wir Euch Grundlagen der Ersten Hilfe näher bringen, die Angst vor Notfällen nehmen und Euch zeigen das JEDER helfen kann, egal wie alt, wie kräftig und mit geringfügigem Materialaufwand. Euch erwarten ein paar theoretische Grundlagen, viel Praxis und eine Menge Spaß.

**Workshop****Helfen für Jedermann**● **Kurs 9895****DRK der Gemeinde Quierschied**

Fr. 11.10.2024, 17:00 – 18:30 Uhr  
DRK Heim, Schumannstr. 6,  
66287 Quierschied  
gebührenfrei

**Junge vhs****Helfen von Kleinauf**

✳ ab 8 Jahre

Die Begleitung einer erwachsenen Person ist nicht vorgesehen.

● **Kurs 9896****DRK der Gemeinde Quierschied**

Fr. 17:00 – 18:30 Uhr  
ab 17.01.2025, 3 Termine  
DRK Heim, Schumannstr. 6,  
66287 Quierschied  
gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten****GERHARD ZÄGEL**

*Dozent im Bereich der  
kaufmännischen Weiterbildung*

» Seit 1984 biete ich als Dozent der Saarbrücker vhs Bewerbungstraining und das Fach Computerschreiben (früher Maschinenschreiben) an. Für jede Tastatur, die man mit zehn Fingern bedienen kann, kann ich Ihre Anschlagszahl erhöhen und testen – Daumen-training für Smartphones kostet aber extra ... «



## KOCHEVENTS AUF BESTELLUNG

Individuelle Kochkurse für Teamevents, Geburtstags- oder Firmenfeiern

In unserer großzügigen, gut durchlüftbaren Lehrküche mit moderner Ausstattung können Sie unter Anleitung unserer engagierten KochdozentInnen Ihr persönliches Teamevent ausrichten. Danach genießen Sie Ihre selbst zubereiteten Speisen im separaten Nebenraum an der „langen Tafel“. Ein lockerer Kochabend lädt dazu ein, sich privat näher kennenzulernen und den Zusammenhalt zu stärken. Buchen Sie ein individuelles, auf Sie abgestimmtes Kocherlebnis.

### IHRE ANSPRECHPARTNERIN:

Sarah Bergmann | Fon 0681 506-4320  
sarah.bergmann@rvsbr.de

Unsere Kochdozentinnen und -dozenten vermitteln Ihnen natürlich mehr als Pfannkuchen backen :-). Auf unserem Foto in der Lehrküche der Schmollerschule in Saarbrücken trafen sich Regionalverbandsdirektor Peter Gillo, vhs-Direktorin Dr. Carolin Lehberger (rechts) und Sarah Bergmann, Pädagogische Mitarbeiterin der vhs, zu einem Pressetermin.

## GESELLSCHAFT

In Kooperation mit der Gemeinde Quierschied

### Erzählcafé

Vertrauen beginnt mit Begegnungen: Man erzählt, hört einander zu und lernt sich kennen. Institutionen, Politik und Regierungen haben in den vergangenen Jahren das Vertrauen der Bevölkerung verloren. Auch das gesellschaftliche Miteinander verliert immer mehr den Zusammenhalt und das verbindende Gemeinsame. Dem soll mit einem Erzählcafé entgegengewirkt werden. Es handelt sich dabei um ein Format, das einen Raum des gemeinsamen Erinnerens, Erzählens und Zuhörens eröffnet. Möchten auch Sie miterzählen und den Geschichten von anderen Menschen zuhören? Dann nehmen Sie doch am Erzählcafé teil.

#### ● Kurs 9897

*Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter*

Mi. 06.11.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
Gemeindebücherei Quierschied  
gebührenfrei

*Anmeldung bei Gemeindebücherei  
Quierschied unter Fon 06897 961195 oder  
Mail an a.bost@quierschied.de*

## Örtliche Leiterin



**Ines Niedermeyer**  
 Örtliche Leiterin  
 Birkenweg 64  
 66292 Riegelsberg  
 Fon 06806 309618  
 ines.niedermeyer@freenet.de



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

## Anmeldung und Service



**Julia Decker**  
 Sachbearbeiterin  
 Altes Rathaus, Zi. 2  
 Schlossplatz 1  
 66119 Saarbrücken  
 Fon 0681 506-4317  
 Fax 0681 506-4399



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

## Unterrichtsorte

- Leonardo-Da-Vinci-Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Lindenstr. 9, 66292 Riegelsberg  
Parkmöglichkeit über die Zufahrt Hauerstr. 32A Richtung Schulkomplex
- Rathaus Riegelsberg sowie Rathaussaal und Rathausgalerie  
Saarbrücker Straße 31, 66292 Riegelsberg
- Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
Jahnstraße 39a, 66292 Riegelsberg
- Malschule/Kreativwerkstatt Atelier Mo  
Ellerstraße 44, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz  
Am Stumpfen, 66292 Riegelsberg
- AWO Seniorenresidenz  
Rathausstr. 1, 66292 Riegelsberg
- Riegelsberghalle, Vereinsraum  
Am Stadion, 66292 Riegelsberg
- Mehrgenerationentreff der Gemeinde Riegelsberg, Herchenbacherstr., 66292 Riegelsberg-Walpershofen (ehemalige Sparkasse)
- Haus der Vereine  
Kurze Str. 5, 66292 Riegelsberg
- Kulturbahnhof Püttlingen  
Bahnhofstr. 74, 66346 Püttlingen
- Kunst- und Kreativstudio Kopali  
Ronnertsweg 7, 66292 Riegelsberg
- Ehem. Hauswirtschaftsschule Riegelsberg (Heimatstube/Lehrküche), Hauerstr. 32A, 66292 Riegelsberg

## KULTUR UND GESELLSCHAFT

Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Riegelsberg

### *Rathausmusik Rathausgalerie Riegelsberg* **Real Blue – Blues und Jazz Trio**

Real Blue Ausgesuchte Blues- und Jazzstücke, Slow und Swing, in luftig-erdigen Arrangements – das ist die Musik von Real Blue.

Darunter sind eigenständig interpretierte und improvisierte Klassiker wie „Just your fool“ von Buddy Johnson, „Wild women don't have no blues“ von Ida Cox oder „Cry for me baby“ von Mel London, intensiver Slow Blues, Titel von Tom Waits („Chocolate Jesus“, „Heartattack and vine“), Nina Simone („Do I move you?“), Harold Arlen oder Melody Gardot. Dazu kommen einige Eigenkompositionen. Real Blue – das sind erfahrene Musiker, die in verschiedenen Formationen im Saarland und dem angrenzenden Luxemburg bzw. Frankreich aufgetreten sind. Im Mittelpunkt steht die Stimme von Heike Stark. Begleitet wird sie von Christian Bauer an Tasten und mit der Bluesharp sowie Gitarrist „Reverend“ Jörg Metzinger. „Real Blue“ gibt es in dieser Besetzung seit 2019.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der VHS Saarbrücken/Riegelsberg

#### ● Kurs 9700

**Jörg Metzinger**

#### **Real Blue Blues und Jazz Trio**

Fr. 15.11.2024, 20:00 Uhr

Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 15,00

Fragen/Infos – Kulturbüro der Gemeinde Riegelsberg, 06806/930181, kultur@riegelsberg.de, www.riegelsberg.eu

### *Eine festliche Musiklesung*

#### **Weihnachtszauber mit Tamara Leonhard**

„Weihnachtszauber“ ist eine festliche Lesung voller besinnlicher Momente, gespickt mit beliebten Weihnachtshits. Mit musikalischer Begleitung an der Gitarre inszeniert die Autorin und Sängerin Tamara Leonhard ein lebendiges, berührendes Weihnachtsprogramm für Jung und Alt. In zwei in sich abgeschlossenen Kurzgeschichten erzählt Tamara Leonhard die Vorgeschichten zu ihren beiden Romanen „Regenbogenblau“, einem romantischen Musical-Liebesroman, und „Rock in Peace“, einem emotionalen Musikdrama rund um Freundschaft, Selbstfindung und dem Weg zurück auf die Bühne.

#### ● Kurs 9701

**Tamara Leonhard,  
Autorin und Sängerin + Musikerin**

Dienstag, 26.11.2024, 19.00 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 8,00

### *Vortrag mit Filmvorführung*

#### **Einzelveranstaltung Euthanasie und Zwangsterilisationen im Saarland zwischen 1935 und 1945**

„Euthanasie und Zwangssterilisationen im Saarland zwischen 1935 und 1945“ sowie das Schicksal der betroffenen Riegelsberger Frauen und Männer stehen im Mittelpunkt des Infoabends, der vom „Aktionsbündnis Stolpersteine für Riegelsberg“ gemeinsam mit der vhs im Regionalverband und der Gemeinde Riegelsberg organisiert wird. Dr. Gisela Tascher, die sich im Rahmen ihrer medizin-historischen Promotion am Institut für Geschichte und Ethik der Medizin der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg mit diesem Thema beschäftigt hat, wird über

Besonderheiten der Krankenmorde und Zwangssterilisationen mit Blick auf die Ärzteschaft im Saarland sprechen. Die Historikerin und Journalistin Monika Jungfleisch stellt das Schicksal der Männer und Frauen aus Riegelsberg und Walpershofen vor, die vor allem in der Tötungsanstalt Hadamar ermordet wurden, weil sie geistig, körperlich und seelisch beeinträchtigt waren. Eingestimmt wird auf den Infoabend mit dem SR-Dokumentationsfilm „Ich wäre so gerne heimgekommen“ von Mirko Tomic. Hutsammlung zugunsten des Aktionsbündnisses Stolpersteine für Riegelsberg für die am nächsten Tag folgende Verlegung von Stolpersteinen für die NS-Euthanasieopfer vor dem Rathaus Riegelsberg.

#### ● Kurs 9702

**Aktionsbündnis Stolpersteine  
für Riegelsberg**

Donnerstag, 19.09.2024 ab 18:00 Uhr  
Rathaus Riegelsberg  
gebührenfrei

### *Einzelveranstaltung* **Verlegung Stolpersteine für NS-Euthanasieopfer aus Riegelsberg und Walpershofen**

Nach neuesten Erkenntnissen wurden in der Zeit des Nationalsozialismus rund 400.000 Frauen und Männer gegen ihren Willen zwangssterilisiert. Rund 300.000 Menschen wurden in Heil- und Pflegeanstalten systematisch vergast, durch Medikamente vergiftet oder durch Nahrungsentzug qualvoll verhungern gelassen. Mindestens 16 von ihnen kamen aus Riegelsberg und Walpershofen. Für diese Krankmord-Opfer wird das „Aktionsbündnis Stolpersteine für Riegelsberg“ gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern der Leonardo-Da-Vinci-Gemeinschaftsschule und der Gemeinde Riegels-

berg Stolpersteine vor dem Rathaus verlegen. Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger sind dazu eingeladen.

● **Kurs 9702A**

**Aktionsbündnis Stolpersteine für Riegelsberg**

Fr. 20.9.2024, ab 10:00 Uhr  
Rathaus Riegelsberg  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Antike Kultstätten in unserer Region**

Cäsar schrieb über die Kelten: „von den Göttern verehren sie am meisten Merkur“. Aber wo taten sie das? Und änderte sich etwas, nachdem Gallien von den Römern erobert worden war? Für die Kelten waren Orte in der freien Natur, etwa Felsen, Quellen oder Bäume heilig. Die Römer hingegen benötigten für ihre Religionsausübung gebaute Tempel, die sie nach der Eroberung oft an alten „heiligen Orten“ errichteten. Dies geschah auch im Saarland und den angrenzenden Gebieten. Der Vortrag wird Beispiele für die verschiedenen Orte keltischer und gallo-römischer Kultpraxis in unserer Region vorstellen.

● **Kurs 9703**

**Dr. Ulrike Bock, Archäologin und Kunsthistorikerin**

Di. 24.09.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 8,00

**Vortrag**

**Vincent van Gogh (1853-1890)**

Vincent van Gogh blieb eine Anerkennung als Maler zu Lebzeiten weitgehend versagt. Dabei versuchte er doch, allein für die Kunst zu leben und war bereit, alles andere dafür aufzuopfern! Später wird die Intensität seiner Gemälde eine ganze Generation von Künstlern in ihren Bann

ziehen und auch heute noch zählen einige seiner wahrhaft zeitlosen Bilder, etwa die Sonnenblumen oder das Nachtcafé in Arles, zu den populärsten Werken der Kunst überhaupt. Um den Künstler van Gogh zu würdigen, versucht der Vortrag seine Entwicklung aufzeigen und wird besonders wichtige Werke vorstellen.

● **Kurs 9703B**

**Dr. Bernhard Wehlen, Kunsthistoriker**

Di. 29.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
EUR 8,00

**Junge vhs**

**Nix wie Kartentricks!**

Die Kinder lernen drei einfache aber sehr verblüffende Zaubertricks mit Spielkarten und bekommen jede Menge Tipps und Tricks vom Profi für die eigene Vorführung zu Hause. Zudem darf natürlich – wie immer – ein kleiner Einblick in Marcos aktuelles Zauberprogramm zum Thema „Spielkarten“ nicht fehlen.

*Jedes Kind erhält sein eigenes Tarot-Kartenspiel sowie ein paar geheime Hilfsmittel, die im Anschluss natürlich mit nach Hause genommen werden dürfen um Familie und Freunde zum Staunen zu bringen. Deshalb ist vor Ort zusätzlich eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro zu entrichten. Wir bitten Sie außerdem, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.*

● **Kurs 9704**

**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Fr. 18.10.2024, 10:00 – 14:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
EUR 16,00 (zzgl. vor Ort eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro zu zahlen)

**Dozentinnen und Dozenten**



**MARCO LAUER**

**Zauberkünstler & Illusionist**

» Komm, lass uns zaubern!  
Seit meinem sechsten Lebensjahr fasziniert und fesselt mich die Zauber Kunst im wahrsten Sinne des Wortes. Angefangen hat alles ganz klassisch mit dem ersten Zauberkasten. Zauber Kunst ist mehr als Täuschung und Illusion. Zauber Kunst ist eine internationale Sprache, die jeder versteht: die Sprache des Staunens. Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt und egal welcher Herkunft – Zauber Kunst verbindet! Genau dieses Gefühl möchte ich durch meine Kurse transportieren und hinaus in die Welt tragen. Und wer weiß, vielleicht hat Dich ja auch schon bald das Zauberfieber gepackt! «

**Junge vhs****Ich kann zaubern!**

🌟 6 bis 16 Jahre

Vorhang auf für eine geballte Portion Magie!

Dieser Kurs lässt die Kinder hinter die Kulissen eines Magier-Alltags blicken. Gemeinsam werden wir uns mit verschiedenen Zaubertricks beschäftigen und am Nachmittag mit jeder Menge kleiner Illusionen im Gepäck wieder nach Hause gehen, um dort eine eigene Zaubershow vor Freunden und Familie präsentieren zu können. Übrigens ...

ZAUBERN ...

... stärkt Selbstbewusstsein & Selbstwertgefühl

... fördert die Eigeninitiative

... regt kreatives & strukturiertes Denken an

... baut die soziale Kompetenz aus  
*Jedes Kind erhält seinen eigenen Zauberkasten zum Thema „Würfelmagie“ sowie ein paar geheime Hilfsmittel, die im Anschluss natürlich mit nach Hause genommen werden dürfen um Familie und Freunde zum Staunen zu bringen. Deshalb ist vor Ort zusätzlich eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro zu entrichten.*

*Wir bitten Sie außerdem, Ihren Kindern für die Mittagspause etwas zu Essen sowie ausreichend zu Trinken mitzugeben.*

● **Kurs 9704A**

**Marco Lauer Magic, Zauberkünstler & Illusionist**

Fr. 03.01.2025, 10:00 – 15:00 Uhr  
 Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock  
 EUR 20,00 (zzgl. vor Ort eine Materialkostenpauschale in Höhe von 10,00 Euro zu zahlen)

**MUSIK UND LITERATUR****PowerPoint-Präsentation**

**Mehr als Max und Moritz – Wilhelm Busch – Zeichner, Dichter, Schriftsteller, Maler**

„Max und Moritz“ kennt wohl jede/r Deutsche seit Kindertagen. Aber Wilhelm Busch hatte noch andere Talente, die den meisten nicht bekannt sind. Der Referent Werner Michaltzik hat sich intensiv in den aktuellen Stand der Forschung über Wilhelm Busch und seine Zeit eingeleesen. Über Kindheit, Leben, Werke in Bild und Schrift, Vorlieben und Abneigungen, sein Nachwirken und viele weitere unbekannt Details informiert dieser Power-Point-Vortrag, reich bebildert, wie es für Autor und Werk angemessen und zu erwarten ist.

● **Kurs 9705**

**Werner Michaltzik**

Di. 19.11.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
 Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
 EUR 5,00

**GESCHICHTE UND HEIMATKUNDE****Exkursion**

**Führung durch das Evangelische Zentralarchiv Saar in Walpershofen**

In Walpershofen existiert seit fünf Jahren das Evangelische Zentralarchiv Saar. Die Kirchenkreise an der Saar, aber auch die interessierten Kirchengemeinden geben ihre Aktenbestände an das Archiv ab, wo die Archivbestände aufgearbeitet werden, um sie - entsprechend der Schutzrichtlinien - der Forschung zur Verfügung zu stellen. Daneben finden sich auch Bestände der kirchlichen Werke, etwa des Saarverbands der Frauenhilfe, der Ev. Chorgemeinschaft an der Saar u.a. mehr. Große Gruppen können nicht geführt wer-

den, weil die Feuchte im Archiv niedrig gehalten werden muss.

● **Kurs 9706**

**Prof. Dr. Joachim Conrad, Pfarrer**

Di. 17.09.2024, 16:00 – 17:30 Uhr  
 Evangelische Kirche,  
 Herchenbacher Str. 37, 66292 Riegelsberg  
 gebührenfrei

**Führung**

**Kirchenführung St. Josef – Riegelsberg**

Besuchen Sie mit Pfarrer Franz Josef Werle die interessante Pfarr- und Wallfahrtskirche St. Josef aus dem Jahr 1887. Ein tiefer Einschnitt war der große Kirchenbrand im Jahre 1947 und dem dann folgenden Wiederaufbau der Kirche.

Eine Umgestaltung des Kirchenraumes fand nach dem II. Vatikanischen Konzil in den 70er Jahren statt. Auch in den 90er Jahren und den Jahren 2009-2013 fanden umfangreiche Innen- und Außenrenovierungsarbeiten statt. Ebenso wurde das Außengelände komplett erneuert. Seither erstrahlt die Kirche in einem neuen und wunderbaren Glanz. Eine Besonderheit ist seit 1945 ein Abbild der Schwarzen Madonna aus Altötting. So wurde die Kirche zur Wallfahrtskirche. Seitdem findet jährlich vom 15. - 22. August auch eine Wallfahrtswoche statt. Eine unbedingt sich lohnende und empfehlenswerte Führung.

● **Kurs 9706A**

**Pfarrer und Dechant Franz-Josef Werle**

Mi. 25.09.2024, 15:30 – 17:00 Uhr  
 Kirche St. Josef Riegelsberg  
 gebührenfrei

In Kooperation mit dem Obst- und Gartenbauverein Riegelsberg-Buschschachen und dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal (VIG).

### Buschschacher Erntedank

Zu einem bunten Programm mit Live-Musik, Rundgängen durch die Heimatstube, Buttern, Apfelsaftherstellung und kulinarischen Herbstköstlichkeiten wird eingeladen.

#### ● Kurs 9707

Do. 03.10.2024, 11:30 – 19:00 Uhr  
Rund um die Kelteranlage u. die Heimatstube  
u. ehem. Hauswirtschaftsschule  
Hauerstr. 32A, Riegelsberg  
gebührenfrei

### Ferienworkshop –

#### Mehrgenerationenangebot

### Buttern wie anno dazumal

ab 4 Jahre und Erwachsene

Jeder hat Butter im Kühlschrank, aber wer hat erlebt, wie sie entsteht? Unter Anleitung erfahren Sie allerhand Wissenswertes rund um die Milch und ihren Werdegang zur Butter. Im Bestand der Riegelsberger „Heimatstube“ des Vereins für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. in der ehemaligen Hauswirtschaftsschule in der Hauerstraße 32 A befinden sich einige Buttergläser und Butterschleudern sowie ein großes Butterfass. Wir erklären, wie daraus Butter entstanden ist, und stellen dann mit Hilfe einiger Buttergläser mit Handkurbeln selbst Butter her. Auf diese Weise bekommt jeder die „Verwandlung“ des wertvollen Naturrohstoffs hautnah mit und es ist ein besonderer Moment zu erleben, wie aus Rahm Butter entsteht. Zu guter Letzt verfeinern wir die Butter mit Meersalz, feinen Kräutern und Limette.

Es handelt sich um einen Mitmach-Workshop, der im Rahmen des Internationalen Museumstages angeboten wird. Während die Heimatstube, das Heimatmuseum Riegelsberg, im Untergeschoss für Besucherinnen und Besucher geöffnet ist, kann in der Lehrküche im Obergeschoss der Alten Hauswirtschaftsschule in Riegelsberg gebuttert werden. Zu dem Workshop wird keine Anmeldung benötigt, einfach vorbeikommen und mitmachen! Bitte kleine Gefäße mitbringen für die verschiedenen Buttersorten. Um eine Spende für die verwendeten Lebensmittel wird gebeten.

#### ● Kurs 9707A

### Team der vhs RV Saarbrücken

Do. 03.10.2024, 14:00 – 17:30 Uhr  
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,  
Lehrküche  
gebührenfrei (um eine Spende für die verwendeten Lebensmittel wird gebeten)

### Vortrag

### Entwicklung der heutigen Gemeinde Riegelsberg von Mitte des 18. bis Mitte des 20. Jahrhundert

Die ursprünglich selbständigen Gemeinden Überhofen, Hilschbach, Güchenbach und Walpershofen waren durch die Landwirtschaft geprägt. Durch den Abbau von Kohle im Köllertal änderte sich alles grundlegend. Fremde Menschen fanden in unserem Ort Arbeit und Heimat. Der Aufwuchs an Bevölkerung hielt über 100 Jahre an. Damit einhergehend entstanden Neubaugebiete und der Aufbau einer Wasser- und Stromversorgung. Schulen wurden gebaut. Handwerk und Gewerbe erlebten ihre Blütezeit. Aus dieser Zeit gibt es Dokumente, Bilder, Anekdoten. Lassen Sie sich überraschen!

### Dozentinnen und Dozenten



### WERNER MICHALTZIK

» Jahrgang 1952, pensionierter Polizeibeamter, reist gerne und liest viel, mehrsprachig, sammelt unnützes, aber dennoch interessantes Wissen, das er gerne in Vorträgen weitergibt. «



● **Kurs 9708****Stephan Lehberger**

Mo. 28.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
gebührenfrei

**Vormittagskurs****Geschichtswerkstatt Köllertal**

Die Arbeit der Geschichtswerkstatt umfasst Literatur- und Archivrecherche, Ausstellungen und Veröffentlichungen. Sie verfügt über ein umfangreiches Fotoarchiv und gibt in regelmäßigen Abständen das „Köllertaler Jahrbuch“ heraus. In enger Zusammenarbeit mit dem Verein für Industriekultur und Geschichte Köllertal e.V. stehen auch Vorträge und Exkursionen auf dem Programm, die sich der lokalen und regionalen Geschichte widmen. Neue TeilnehmerInnen 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 9712****Monika Jungfleisch, Politik-, Geschichtswissenschaftlerin, Journalistin**

Mi. 11:00 – 12:30 Uhr, 4 Termine  
18.09./06.11./11.12./22.01.25  
Kulturbahnhof Püttlingen  
gebührenfrei

**LÄNDERKUNDE****PowerPoint-Präsentation****Unbekannter Bodensee – Geheimtipps für den Urlaub**

Mainau, Reichenau, Birnau, Lindau - Pfahlbauten, Konzil und Zeppelin kennt

jeder. Aber was sagen Ihnen Frickingen, Liggeringen, Büsingen, Schienen oder Baitenhausen? Unser Bildvortrag zeigt Ihnen pittoreske Dörfchen, versteckte Ecken und ungewöhnliche Attraktionen rund um den Bodensee als sehens- und erlebenswerte Ziele für kleine Ausflüge, wenn man dort Urlaub macht.

● **Kurs 9713****Werner Michaltzik**

Di. 01.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
EUR 5,00

**PowerPoint-Präsentation****Mit dem Fahrrad unterwegs – zwischen Saar, Mosel und Rhein**

Der Referent, Hobbyradler und seit über 15 Jahren im Urlaub und in seiner Freizeit mit dem Fahrrad unterwegs, stellt in seinem Power-Point-Vortrag aus eigener Erfahrung empfehlenswerte Radtouren vor, die sich für Tagesausflüge oder für ein (verlängertes) Wochenende in der näheren Umgebung eignen. Er geht auf mögliche Organisationsformen ein, bewertet den Schwierigkeitsgrad sowie Qualität, Beschilderung und Beschreibung der Radwege und zeigt mit vielen Bildern die Sehenswürdigkeiten entlang des Weges.

● **Kurs 9714****Werner Michaltzik**

Di. 04.02.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
EUR 5,00

**Bildvortrag****Der Zug der Kraniche**

Bernd Konrad zeigt fantastische Fotos vom Zug der Kraniche. Tausende dieser Vögel überfliegen jedes Frühjahr und jeden Herbst das Saarland. Sie erfahren

mehr über die Kranichrastplätze Europas, die Zugroute der Kraniche sowie über die Sehenswürdigkeiten an der Ostsee vom Darss bis Rügen. Seit 2008 war Bernd Konrad fast jeden Herbst am Darss an der Ostsee, um die Kraniche zu fotografieren. Ebenso erwarten Sie Fotos von der Hirschbrunft in Prerow, die direkt am Meer stattfindet.

● **Kurs 9716****Bernd Konrad, Mitglied der Gesellschaft Deutscher Tierfotografen (GDT)**

Do. 14.11.2024, 15:00 – 16:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
gebührenfrei

**Video und Vortrag****Ägypten**

Die Videoreise in Großprojektion führt über den Nil von Luxor nach Assuan mit den Tempeln aus der Pharaonenzeit und weiter zum Nassersee mit dem Besuch der großartigen Anlage von Abu Simbel sowie den nubischen Tempeln. Den Abschluss bildet die ägyptische Hauptstadt Kairo mit dem Besuch von Sakkara, Memphis und den Pyramiden von Gizeh.

● **Kurs 9717****Holger Lohmann**

Do. 24.10.2024, 15:00 – 16:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
gebührenfrei

**Einzelveranstaltung****Vorweihnachtlicher bunter Nachmittag**

Vortrag und Gedichte

● **Kurs 9718****Christel Liesler-Kneip**

Do. 28.11.2024, 15:00 – 16:30 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
gebührenfrei

**Einzelveranstaltung**  
**Vorweihnachtlicher bunter**  
**Nachmittag**

Vortrag und Gedichte

● **Kurs 9719**

**Christel Liesler-Kneip**

Do. 05.12.2024, 15:00 – 16:30 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
 gebührenfrei

**PÄDAGOGIK UND**  
**PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG**

**Elternschule**

Vorträge im Rahmen der Elternschule in  
 Kooperation mit der AWO-Kita in Riegels-  
 berg

**Vortrag**

**Nein! Hör auf damit! Lass das! Pass auf! Sei still! Komm endlich!**

Ein Vater hat vor einigen Jahren einen Artikel geschrieben: „Wie oft sage ich an einem Tag „Nein“ zu meinem Kind?“ Die Anzahl erschreckte, nicht nur mich. Studien belegen, dass Krabbelkinder alle paar Minuten von Erwachsenen korrigiert werden. Beim Einkaufen mit Kindern ist es teilweise noch extremer. Seitdem bin ich so viel aufmerksamer, wie mit Kindern geredet wird. Kinder sind schlauer, als wir glauben – sie schalten dann auf Durchzug. Und Eltern glauben dann, sie müssten das Kind dauernd ermahnen ... Ein Kreislauf ... Wie schaffst du also, dass dein Kind kooperiert, ohne dass du es ständig ermahnen musst? Wie der Blick aufs Negative ein Leben lang prägt – und was wir dagegen tun können – das erfahren Sie an diesem Abend.

● **Kurs 9720**

**Dorothee Brück, Elterncoaching**

**Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungs-  
 trainerin**

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Kinder- und Familienzentrum  
 Ronnertswies  
 gebührenfrei

**Vortrag**

**Wenn Du wissen willst, was Du  
 wirklich willst – dann schaue was Du  
 tust.**

Mit jedem Verhalten verfolgen wir ein Ziel. Wir entwickeln Methoden im Leben um das zu bekommen, was wir uns unbewusst wünschen. Anerkennung, Liebe, Sicherheit, Freundlichkeit, Kontrolle, Bequemlichkeit, Eigenständigkeit ... Das übergeordnete Ziel ist immer unser angeborenes starkes Bedürfnis nach Zugehörigkeit. Das Zugehörigkeitsgefühl ist aber für jeden Menschen unterschiedlich. Möchtest Du erfahren, wie Du dein Verhalten und das deiner Umwelt verstehen kannst? Wie Du verstehst, warum Du immer wieder handelst, wie Du handelst, obwohl Du vielleicht gerne anders handeln würdest? Wie Du unerwünschtes Verhalten ändern und Dich bewusst für ein anderes Verhalten entscheiden kannst? Denn – was wir ausstrahlen ist uns oft nicht bewusst - Dein Kind aber nimmt das als Vor-Bild.

● **Kurs 9721**

**Dorothee Brück, Elterncoaching**  
**Die Brücke, Erziehungs- und Ermutigungs-  
 trainerin**

Do. 21.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
 Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
 gebührenfrei

**Dozentinnen und  
 Dozenten**



**MONIKA JUNGFLAISCH**  
 Politik-, Geschichtswissenschaftlerin,  
 Journalistin

» *Geschichte und Politik haben mich schon von klein auf interessiert. Was mich jedoch gelangweilt hat, war bloßes Auswendiglernen von Daten. Damit kann ich bis heute nicht viel anfangen. Mich interessieren die Geschichten hinter den Daten und Urkunden. Kurzum, mich interessieren die Menschen, die unsere Vergangenheit gestaltet, durchlebt und auch vieles erlitten haben. Deshalb dreht sich in unserer Geschichtswerkstatt alles darum, wie unsere Vorfahren ihren Alltag gemeistert und besondere (welt-)geschichtliche Ereignisse erlebt haben. Wenn in Berlin die Synagogen gebrannt haben, was passierte zu dieser Zeit vor unserer Haustür? Das ist total spannend und wirft häufig ein neues Licht auf unsere Heimatgeschichte. «*

**Vortrag****Erste Hilfe am Kind – der Praxisworkshop**

Sie erhalten neben theoretischem Grundwissen vor allem viele praktische Anregungen mit konkreten Übungen an der Kinderpuppe vor Ort.

● **Kurs 9722**

**Andreas Grucza, Rettungsassistent**

Do. 17.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kinder- und Familienzentrum  
Ronnertswies  
gebührenfrei

**Vortrag****Wir bekommen ein Baby – Lifehacks direkt von der Hebamme für eine entspannte erste Zeit mit dem neuen Familienzuwachs**

Nun beginnt eine faszinierende, ganz schön spannende Zeit als junge Familie. Unsicherheiten und Ängste gehören dazu. Der Vortrag gibt Tipps und Anregungen für einen gelassenen und entspannten Start als junge Familie und ist vollkommen „aus der Praxis“ und „aus dem Leben“. Auch werdende und frischgebackene Großeltern sind an diesem Abend herzlich eingeladen.

● **Kurs 9725**

**Annette Marmit, Hebamme und Beckenbodentrainerin**

Do. 14.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kinder- und Familienzentrum  
Ronnertswies  
EUR 5,00

**Vortrag****Ein entspanntes Weihnachtsfest**

Viele Menschen haben an Weihnachten sehr hohe Erwartungen, an sich selbst, sowie an alle anderen Familienmitglieder. Durch die extrem hohen Erwartungen, setzen wir uns selbst und die anderen

unter Druck. Zum einen werde ich Ihnen einige Entspannungstechniken mit an die Hand geben um, gelassen und ruhig in jeder Situation zu bleiben und zum anderen werde ich mit Ihnen herausfinden, wie Sie sich ein schönes Weihnachtsfest wünschen und wie das im Einklang mit den Wünschen der Familie möglich ist.

● **Kurs 9726**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Do. 12.12.2024, 18:00 – 21:00 Uhr  
Kinder- und Familienzentrum  
Ronnertswies  
EUR 5,00

**RECHT – UND VERBRAUCHERSCHUTZ**🏠 **Online-Vortrag****Heizen und Stromerzeugung mit der Sonne**

Im Gegensatz zu allen anderen Energieträgern steht uns die Sonnenenergie kostenlos zur Verfügung. Durch die Installation einer solarthermischen Anlage können wir die Kraft der Sonne für die Warmwasserbereitung, aber auch zur Heizungsunterstützung nutzen. Eine Photovoltaikanlage dagegen erzeugt Strom, der im Haushalt verbraucht werden kann. Die Energieberaterin der Verbraucherzentrale erläutert die beiden Arten von Solarenergie, welcher Ertrag zu erwarten und wann welche Technik sinnvoll ist. Auch die Kostenfrage und die staatliche Förderung werden im Rahmen des Vortrags angesprochen. Die Teilnahme ist bequem von zu Hause möglich und kostenlos. Man benötigt lediglich eine stabile Internetverbindung über Computer, Tablet oder Smartphone.

● **Kurs 9730**

**Cathrin Becker, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.**

**Dozentinnen und Dozenten**

**ANNETTE MARMIT**  
*Hebamme und Beckenbodentrainerin*

» Schon seit über 30 Jahren übe ich meinen Traum-Beruf Hebamme aus. Mittlerweile habe ich schon viele junge Familien mit ihren Babys begleitet. Mit abwechslungsreichen Übungen, anschaulichen Erklärungen und Anleitungen möchte ich bei euch den Spaß am Beckenbodentraining wecken, um euch selbst und eurer Gesundheit – und das ohne großen Aufwand – etwas Gutes zu tun. «

Do. 07.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

Anmeldung bei der Verbraucherzentrale,  
Fon 0681 5008915 oder per eMail an  
vz-saar@vz-saar.de



Online-Kurs

### Wärmepumpe für mein Haus – Chancen und Risiken

Sie denken an eine Heizungserneuerung in Ihrem Bestandsgebäude. Bis jetzt heizen Sie mit Öl oder Gas, vielleicht auch Kohle oder Koks oder einer Nachtstromspeicher-Heizung. Das „Heizungsgesetz“ sprich Gebäudeenergiegesetz 2024, will fossile Brennstoffe beim Heizen begrenzen und ab 2045 eindämmen. Da bietet sich an über die Umstellung auf eine Wärmepumpenheizung nachzudenken. Hier stellen sich viele Fragen. Wie funktioniert eine Wärmepumpe, welche Voraussetzungen braucht man damit man sie effizient betreiben kann, muss ich mein Haus sanieren, mit welchen Investitionskosten muss ich rechnen, was ist beim Betrieb einer Wärmepumpe zu beachten, kann ich Erdwärmegenutz, ist eine Eigenstromnutzung mit Photovoltaik sinnvoll und viele Frage mehr.

Die Teilnahme ist bequem von zu Hause möglich und kostenlos. Man benötigt lediglich eine stabile Internetverbindung über Computer, Tablet oder Smartphone.

● Kurs 9731

Christine Mörge, Energieberaterin bei der Verbraucherzentrale des Saarlandes e. V.

Do. 30.01.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

online

gebührenfrei

Anmeldung erbeten bei der Verbraucherzentrale, Fon 0681 5008915 oder per Mail an vz-saar@vz-saar.de

### PowerPoint-Präsentation

#### Verhaltenstipps nach Verkehrsunfall

Fast jeder war schon in einen Verkehrsunfall verwickelt. Nach dem ersten Schock und hoffentlich ohne größere Verletzungen sind viele jedoch unsicher und zurückhaltend hinsichtlich juristischer Fragen und des weiteren Vorgehens. Interessante und hilfreiche Tipps nach einem Verkehrsunfall mit dem Kraftfahrzeug! Wie verhalte ich mich gegenüber dem Unfallgegner? Aus Sicht des Schädigers, aus Sicht des Geschädigten. Wie verhalte ich mich gegenüber der Versicherung? Ist ein Gutachter immer sinnvoll? Welche Rechte und Pflichten habe ich? Was gilt beim Thema Anwalt? Fragen aus dem Publikum.

● Kurs 9733

Dipl.-Ing. Torsten Bellmann

Mo. 30.09.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
EUR 5,00

### Vortrag

#### Crashkurs Rentensteuer

Sie haben bei den hochkomplizierten Steuerregeln den Überblick verloren? Viele neue Steuervorteile, auch für Ruheständler und aktive Arbeitnehmer bergen eine Menge Steuersparpotential. Immer häufiger wird im Ruhestand die Steuererklärung Pflicht. Doch Freibeträge und Pauschalen helfen die Steuerlast zu begrenzen oder zu vermeiden. Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie durch nachvollziehbare Praxisbeispiele einen Überblick über alle Rentenarten und deren unterschiedliche Besteuerung (Reduzierung des Besteuerungsanteils der gesetzlichen Rente ab 2024: nur 83%, anstatt 84% laut Wachstumschancengesetz). Sie erfahren mehr über alle Steu-

### Dozentinnen und Dozenten



**CLAUDIA A. VERHOEVEN**

Dozentin für Psychotherapie

» Bei meiner Tätigkeit an der vhs ist es für mich von großer Bedeutung, die Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit, so wie sie sind, bedingungslos anzunehmen. Mit Vorträgen, Kursen und Workshops zum Thema Hochsensibilität helfe ich Betroffenen, die positiven Seiten mehr zu leben und mit den „negativen“ Seiten besser umgehen zu lernen. Außerdem ist es mir wichtig, Eltern, Partner, Lehrer, Erzieher, Freunde usw. zu informieren, was Hochsensibilität ist, und so mehr Verständnis zu erreichen. Des Weiteren biete ich verschiedene Entspannungskurse und Workshops für mehr Gelassenheit an. Gerade in unserer heutigen schnelllebigen Zeit sowie in der momentanen Krisensituation ist es wichtiger denn je, ruhig und gelassen zu bleiben. Ich freue mich, Sie begleiten zu dürfen, auf dem Weg zur inneren Ruhe. «

ererleichterungen wie Werbungskosten, Sonderausgaben, Altersentlastungsbetrag, Vorsorgeaufwendungen, Handwerkerleistungen, außergewöhnliche Belastungen, etc. Auch die wichtigen Fristen werden genau erläutert. Sie bekommen fachliche Unterstützung zum Ausfüllen der komplexen Formulare. Aktuelle gesetzliche Neuerungen (z. B.: energetische Gebäudesanierung, Entlastungspakete der Regierung, Doppelbesteuerung etc.) sind lohnendes Wissen. Der Kurs endet mit nützlichen Steuertipps und der Erörterung von persönlichen Fragen zum Thema.

● **Kurs 9734**

**Klaus-Peter Schäfer, Beratungsstellenleiter Lohnsteuerhilfe HILO Wemmetsweiler**

Di. 5.11.2024, 18:00 – 20:15 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock  
EUR 8,00

**Vortrag**

**Sicher aufwachsen – Kinderunfälle vermeiden**

Kinder sind neugierig, ihre Angst vor Gefahren noch nicht ausgeprägt. Das müssen Eltern, Großeltern bzw. Betreuungspersonen kompensieren. Behüten ist das eine, das Heranführen an Gefahren das andere. Im Vortrag hören Sie Beides, mit vielen Anregungen für alle Erziehungsberechtigten.

● **Kurs 9735**

**Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Do. 31.10.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Kinder- und Familienzentrum Ronnertswies  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Arbeitsschutz im Homeoffice**

Was ist schon Arbeitsschutz? Meine Firma hat mir doch schon alles vermittelt! Auch für den Arbeitsschutz zuhause? Da fehlen sicherlich noch Bausteine um Nackenverspannungen, Rücken- oder Augenschmerzen vorzubeugen. Die Hinweise hierzu sind an diesem Abend kostenlos – die Umsetzung nicht immer. Die erfolgreiche Umsetzung erzielt jedoch viel mehr – Gesundheit und Wohlbefinden.

● **Kurs 9736**

**Rolf Weber, Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

Do. 16.01.2025, 18:30 – 20:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Sicher Wohnen – Schutz vor Einbruchsdiebstahl**

Die kriminalpolizeiliche Beratungsstelle informiert Sie im Rahmen eines Vortrags, wie Sie mit technischen Maßnahmen Ihr Haus oder Ihre Wohnung einbruchhemmend nachrüsten können und gibt wichtige Verhaltenshinweise um Einbrüche zu verhindern.

● **Kurs 9738**

**Referent: Kriminalhauptkommissar Reiner Both, von der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle**

Di. 29.10.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
gebührenfrei

**Vortrag**

**Straftaten zum Nachteil von Senioren**

Der Vortrag der kriminalpolizeilichen Beratungsstelle zum Thema „Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ beantwortet

**Dozentinnen und Dozenten**



**ROLF WEBER**

**Dipl.-Ing. Arbeitsschutz- und Arbeitssicherheitsexperte**

» Rolf Weber, gelernter und studierter Nachrichtentechniker, ehem. Führungskraft der Feuerwehr, Sicherheitsbeauftragter, Bürgerberater der Feuerwehr Riegelsberg. Ich freue mich auf lebendige Wissensvermittlung. «

die Frage „wie kann ich mich im Alter schützen“. Enkeltrick, falsche Polizeibeamte, Gewinnversprechen, Trickdiebstahl an der Haustür, Geldwechseltrick etc. Die Phantasie der Straftäter scheint nahezu unerschöpflich zu sein. Bei dem Vortrag werden diese und auch andere Methoden veranschaulicht. Ebenso geht es um die Minimierung des Risikos, selbst zum Opfer zu werden.

● **Kurs 9738A**

**Referent d. Landespolizeipräsidiums**

Mi. 29.01.2025, 17:00 – 18:30 Uhr  
Rathaus Riegelsberg, Rathausgalerie  
gebührenfrei

## FREMDSPRACHEN

### Englisch

#### Vormittagskurs

#### Englisch – Niveau B1

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und ihre Sprech- und Hörfähigkeiten verbessern möchten. Der Schwerpunkt liegt auf der Verbesserung des Wortschatzes und des flüssigen Sprechens in Alltagssituationen, auch unter Verwendung von Audio- und Videomaterial. Grammatikthemen wie Present Simple und Continuous, Past Tenses und Future Tenses werden ebenfalls behandelt. Lehrbuch: Empower Second Edition B1 (Student's Book mit Ebook), ab Unit 4 ISBN 978-3-12-540763-3

● **Kurs 9739**

**Francesca Bertelli**

Mi. 09:00 – 10:30 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

#### Vormittagskurs

#### Englisch – Niveau B2

Ohne Englisch kommt man heute kaum noch aus – sowohl im Privatleben als auch im Beruf. Deshalb sind sichere und fortgeschrittene Englischkenntnisse sehr wichtig. Mit diesem Kurs frischen Sie Ihr Englisch auf und heben es auf die nächste Stufe. Wir werden multimediales Material, Audio-, Video- und schriftliche Texte verwenden und das Sprechen fördern, um die Kommunikationsfähigkeit zu verbessern. Gleichzeitig werden wir auch fortgeschrittene Grammatikthemen wie Konditionalverben, Modalverben, Satzbau und vieles mehr behandeln. Lehrmaterial wird zu Beginn bekannt gegeben.

● **Kurs 9741**

**Francesca Bertelli**

Mi. 10:30 – 12:00 Uhr  
ab 18.09.2024, 15 Termine  
Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

### Französisch

#### Abendkurs

#### Französisch Konversation B1/B2

● **Kurs 9743**

**Patricia Neises**

Di. 18:00 – 19:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 15 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

### Französisch

#### Vormittagskurs

#### Französisch Konversation B2/C1

● **Kurs 9744**

**Patricia Neises**

Do. 10:00 – 11:30 Uhr

## Dozentinnen und Dozenten



**FRANCESCA BERTELLI**

**Dozentin für Englisch**

» Nachdem ich mein Studium in Florenz beendet hatte, zog ich nach New York City, das dann für fünf- und zwanzig Jahre meine Heimatstadt wurde. Ich habe eine echte Leidenschaft für das Unterrichten und liebe es, mein Wissen über die englische Sprache sowie die Kultur und Geschichte der englischsprachigen Länder weiterzugeben. In meinem Unterricht verwende ich eine Vielzahl von Medien, von Kursbüchern über Zeitungsartikel bis hin zu Videos und Audios, wobei ich immer den besten Weg finde, jede Unterrichtsstunde engagiert und angemessen auf jeden Teilnehmer abzustimmen. Ihre Verbesserungen sind mein Erfolg, und ich bin sehr stolz darauf, Ihre Sprachkenntnisse auf das nächste Niveau zu bringen. «

ab 19.09.2024, 15 Termine  
Riegelsberghalle, Vereinsraum  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## Italienisch

### Abendkurs

#### Italienisch A2 Stufe 1

Lehrbuch: Con piacere A1 neu, Verlag  
Klett-Langenscheidt,  
ISBN: 978-3-12-525201-1

#### ● Kurs 9745

#### Ilaria Pusceddu

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 18.09.2024, 15 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## Spanisch

### Abendkurs

#### Spanisch für Fortgeschrittene

Dieser Spanisch-Sprachkurs für Fortgeschrittene ist für die Fortgeschrittenen-Gruppe A2 konzipiert. Das Spanisch-Lehrbuch „Vivan las Vacaciones“ wird uns weiterhin beschäftigen und zwar ab Lektion 7. Dabei werden wir uns mit dem Basisvokabular, den Redewendungen und den alltäglichen Situationen auseinandersetzen, um diese sprachlich meistern zu können. Vokabularerweiterung und etwas Grammatik sind ein wesentlicher Anteil dieses Unterrichts. Wie bereits im Anfänger-Kurs wird weiterhin durch Aktivitäten im Unterricht das Gelernte mit Übungen live simuliert. Ebenso wird großer Wert darauf gelegt, dass alle zu Wort kommen und dass der kulturelle Aspekt weiter an die Teilnehmenden vermittelt wird.

#### ● Kurs 9747

#### Nicolas Schütt

Mo. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 23.09.2024, 15 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
EUR 73,00 (56,00)

## Spanisch

### Abendkurs

#### Spanisch für Anfänger

Der Spanisch-Sprachkurs für Anfänger A1 wird vom Spanisch-Lehrbuch „Vivan las Vacaciones“ begleitet. Die Lektionen 1-6 machen den wesentlichen Anteil des Unterrichts aus. Für diesen Zweck werden wir uns mit dem Basisvokabular, den Redewendungen und alltäglichen Situationen im Unterricht auseinandersetzen. Ebenso werden nach Möglichkeit verschiedene Situationen simuliert, damit das Gelernte besser verinnerlicht werden kann. Großer Wert wird im Unterricht darauf gelegt, dass alle zu Wort kommen und dass der kulturelle Aspekt an die Teilnehmenden vermittelt werden kann.

#### ● Kurs 9748

#### Nicolas Schütt

Mo. 19:30 – 21:00 Uhr

ab 23.09.2024, 15 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
30 UST, EUR 73,00 (56,00)

## TEXTILES GESTALTEN

### Nähen

#### Wochenendkurs

#### Flexibel und bunt, für jeden etwas dabei – Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Gemeinsam nähen wir Ihre Lieblingsstücke. Für Nähanfänger geht es um die Vermittlung von Grundkenntnissen im Nähen und Zuschneiden sowie um

die Einführung in den Umgang mit der Nähmaschine. Für Fortgeschrittene gibt es Hilfe und Tipps bei Projekten. Es kann genäht werden was gefällt, Kinder- und/oder Erwachsenenbekleidung, Taschen oder Deko.

*Mitzubringen sind Nähmaschine und ein Projekt mit dazu gehörigem Material.*

#### ● Kurs 9750C

#### Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 12.10.2024, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 13.10.2024, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde  
Riegelsberg  
15 UST, EUR 49,00

#### ● Kurs 9750D

#### Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 16.11.2024, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 17.11.2024, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde  
Riegelsberg  
15 UST, EUR 49,00

#### ● Kurs 9750E

#### Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 11.01.2024, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 12.01.2024, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde  
Riegelsberg  
15 UST, EUR 49,00

#### ● Kurs 9750F

#### Barbara Schmiedel, Goldschmiedemeisterin

Sa. 15.02.2024, 15:00 – 20:00 Uhr

So. 16.02.2024, 10:00 – 16:00 Uhr

Mehrgenerationentreff der Gemeinde  
Riegelsberg  
15 UST, EUR 49,00

## Handarbeit

### Abendkurs

#### Stricken und Häkeln

Rund, eckig, dreidimensional – alles was sich häkeln oder stricken lässt, vom Erlernen der Grundlagen bis zum Erstellen aufwendiger Teile – all das ist in diesem Kurs möglich. Kleidung, Tiere/Figuren, Decken und vieles mehr: Verrücktes und Praktisches, Traditionelles und Modernes warten auf Verwirklichung. Fragen zum Kursinhalt gerne vorab an die Kursleiterin unter Fon 06806 45681 oder le-bec@gmx.de.

● **Kurs 9752A**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 19.09.2024, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
12 UST, EUR 52,50

● **Kurs 9752B**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 21.11.2024, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
12 UST, EUR 52,50

● **Kurs 9752C**

**Barbara Schnabel**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 16.01.2025, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
12 UST, EUR 52,50

## KREATIVES GESTALTEN

### Bildende Kunst

#### Abendkurs

#### Aquarell am Abend

Die Aquarelltechnik ermöglicht uns sowohl schnell und spontan als auch vielschichtig und genau zu arbeiten. Mittels Vorlagen oder frei, fangen wir Farben und Stimmungen ein und lassen uns vom Prozess leiten.

Sie lernen, die Formen zu erfassen und Licht und Schatten zu setzen. Sie erfahren alles über den Einsatz der Farben und werden unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten kennenlernen. Fotovorlagen können mitgebracht werden.

Alltagsgegenstände und Fundstücke aus der Natur dienen uns als Anschauungsmaterial und sind gleichzeitig auch Ausgangspunkt für unsere künstlerischen Experimente. Informationen vorab unter Fon 06806 3321.

● **Kurs 9755**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Di. 18:30 – 20:30 Uhr

ab 17.09.2024, 8 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo  
21 UST, EUR 68,00

#### Abendkurs

#### Malen am Abend

Entdecke die künstlerische Seite in Dir. Ob Buntstift, Kugelschreiber, Faserstift, Kreide, Tusche, Aquarell oder Pastell: Bringen Sie Farbe ins Bild! Lernen Sie die besonderen Eigenschaften der Materialien kennen. Unter Anleitung abstrakt oder gegenständlich zeichnen und malen ist unser Thema. Auch für Anfänger sehr gut geeignet. Informationen vorab unter Fon 06806 3321.

## Dozentinnen und Dozenten



### BRIGITTE WEILAND

Dozentin für Malen und Zeichnen

» Ich bin Diplom-Designerin und freie Künstlerin und arbeite seit 1998 als Dozentin bei der vhs Regionalverband Saarbrücken. Neben meiner eigenen künstlerischen Arbeit liebe ich es, mit meinen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern in der Gruppe zu arbeiten. Zu sehen, wie sich die eigene „malerische Handschrift“ bei ihnen entwickelt, erfreut und fasziniert mich immer wieder. Wer malt und zeichnet, sieht auch seine Umwelt mit neuen, anderen Augen. Plötzlich werden Farben und Formen aktiv wahrgenommen. Das zu vermitteln und dabei zu unterstützen, ist mein Anliegen und meine Passion in meinen Kursen. «

● **Kurs 9756**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Mi. 18:00 – 19:30 Uhr

ab 25.09.2024, 4 Termine

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo 8 UST, EUR 26,00

(zzgl. EUR 8,00 Materialkosten vor Ort in bar zu zahlen)

**Junge vhs**

### Weihnachtsbasteln – für Kinder und Jugendliche

✚ ab 7 Jahre

Mit verschiedenen Materialien basteln wir Sterne, Engel, Wichtel ... als Dekoration für Tisch, Fenster oder Weihnachtsbaum, die Ihr zur Weihnachtszeit an eure Lieben verschenken könnt.

Informationen vorab unter

Fon 06806 3321.

● **Kurs 9757**

**Brigitte Weiland, Dipl.-Designerin & freie Künstlerin (BBK)**

Fr. 08.11.2024, 16:00 – 17:30 Uhr

Malschule und Kreativwerkstatt Atelier Mo EUR 9,50

**Abendkurs**

### Experimentelles Gestalten

In diesen Kursen werden traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen kombiniert. Die Dozentin Tatjana Freiler ist mit frischen Ideen Impulsgeber und lädt herzlich zu 5 spannenden und entspannenden Kreativabenden ein. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen Sie viele neue Techniken kennen. Mit den erlernten Techniken finden Sie zu individueller Kreativität und erschaffen neben klassischen Kunstwerken auch jahreszeitliche Dekorationen.

Der passende Raum und alle Materialien sind vorhanden, und dazu eine Dozentin, die Sie mit Charme, Witz und einer gehörigen Portion künstlerischer Leidenschaft anstecken und begleiten wird. Kunsthistorische Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern werden diesen Kurs beleben und erfrischen. Malkittel oder Kleidung, die bunt und lustig werden darf, wird empfohlen.

● **Kurs 9758**

**Tatjana Freiler, Freie Künstlerin, [www.keshyana.de](http://www.keshyana.de)**

Mi. 18:00 – 20:15 Uhr

ab 09.10.2024, 7 Termine

Kunst- und Kreativstudio Kopali

18 UST, EUR 48,00 (36,00)

**Schmuck****Junge vhs**

### Schmuck selbst entwerfen und herstellen

✚ ab 8 Jahre

Ein Schmuckstück nach eigenen Ideen und Vorstellungen entwerfen. Es stehen verschiedene Materialien zur Verfügung, das Werkzeug wird gestellt.

Bitte eine kleine Stoffunterlage mitbringen!

● **Kurs 9759**

**Eva Hentges**

Di. 22.10.2024, 16:00 – 17:30 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock

EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

**Workshop**

### Schmuck selbst entwerfen und herstellen

Entwerfen Sie ein Schmuckstück nach Ihren eigenen Ideen und Vorstellungen.

**Dozentinnen und Dozenten**

**TATJANA FREILER**  
Freie Künstlerin

» In meinen Kursen verbinde ich traditionelle Techniken mit außergewöhnlichen Materialien und Werkzeugen. Vom experimentellen Schablonendruck über Roll- und Tupftechniken bis hin zu Tricks der fotorealistischen Malerei lernen die TeilnehmerInnen viele neue Techniken kennen. Dabei stehen Spaß und Freude am künstlerischen Gestalten im Vordergrund. Gleichzeitig möchte ich mit kunsthistorischen Geschichten zu den einzelnen Techniken, Kunstepochen und Künstlern in meinen Kursen wichtiges Hintergrund- und Fachwissen vermitteln. «

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 9759A**

**Eva Hentges**

Di. 12.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

● **Kurs 9759B**

**Eva Hentges**

Do. 05.12.2024, 18:00 – 19:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
EUR 10,00 (zzgl. Materialkosten, die bar vor Ort zu entrichten und abhängig vom jeweiligen Schmuckstück sind)

## Floristik

**Workshop**  
**Rindengefäß**

Entdecke die herbstliche Fülle in unserem Kurs: Gestalte ein Gefäß aus natürlicher Rinde und verleihe ihm mit Blumen, Beeren und Dachwurzpflanzen den Zauber des Herbstes.

*Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.*

● **Kurs 9764**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Do. 26.09.2024, 18:00 – 20:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1  
EUR 12,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

**Workshop**  
**Loop**

Komm in unseren Herbstkurs und kreiere einen einladenden Türschmuck! Verwende biegsame Zweige und binde damit einen herbstlichen Loop, schmücke ihn mit den Schätzen der Natur in warmen Herbstfarben – bringe die saisonale Eleganz direkt an deine Haustür.

*Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.8*

● **Kurs 9765**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Do. 10.10.2024, 18:30 – 20:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1  
EUR 12,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

**Workshop**  
**Drahtstern**

Entdecke die Magie des Winters in unserem Kurs: Erschaffe deinen eigenen funkelnden Drahtstern, kunstvoll verziert mit duftendem Eukalyptus, zarten Trockenblumen und einer zauberhaften Lichterkette. Tauche ein in die festliche Kreativität und erlebe, wie dein Zuhause im Glanz des Winters erstrahlt.

*Gartenschere, Schere und Drahtschere bitte mitbringen.*

● **Kurs 9766**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Do. 21.11.2024, 18:30 – 21:00 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1  
EUR 14,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

**Workshop**  
**Adventskranz**

Tauche ein in die festliche Welt des Advents mit unserem Kurs: Erschaffe deinen einzigartigen Adventskranz aus duften-

## 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. «

dem Eukalyptus und traditionellem Tannengrün, verziert mit funkelnden Accessoires.  
*Gartenschere, Schere, Drahtschere und Kerzen bitte mitbringen.*

● **Kurs 9767**

**Susanne Hübschen, Floristin**

Di. 26.11.2024, 18:30 – 20:45 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Werkraum 1

EUR 13,00 (zzgl. Materialkosten, die vor Ort zu entrichten sind)

## GESUNDHEITSBILDUNG

### Workshop

#### Ätherische Öle für die Frau ab 40

Lernen Sie ätherische Öle und deren Anwendung für die Frau ab 40 kennen. Schweißausbrüche, Unwohlsein, Stimmungsschwankungen und vieles mehr, was Frauen ab 40 als Alltag erleben. Ätherische Öle als kleine Helfer in nicht immer einfachen Zeiten.

● **Kurs 9768**

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

Mo. 25.11.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock

EUR 14,00 (zzgl. 6,00 EUR Materialkosten)

### Workshop

#### Make-up Style: für Frauen ab 50 Jahre

Nach dem fünfzigsten Lebensjahr stellen sich viele Frauen die Frage, wie sie sich schminken sollen. Was entspricht dem Lebensalter und was dem Lebensgefühl? Welche Bedürfnisse hat die Haut und worauf sollte bei der Anwendung der Kosmetik geachtet werden? In diesem Workshop werden die Möglichkeiten für ein selbstgetreues und der Haut ange-

passtes Make-up aufgezeigt.

● **Kurs 9768A**

**Sedi Akhlaghi, Visagistin, Make-up Stylistin**

Mo. 25.11.2024, 17:00 – 20:30 Uhr

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock

EUR 27,00

## Entspannung, Bewegung und Stressbewältigung

### Abendkurs

#### Progressive Muskelrelaxation PLUS

In diesem Kurs lernen Sie die Entspannungstechnik Progressive Muskelrelaxation und wie man diese in den Alltag integrieren kann. Der Kurs beinhaltet außerdem noch viele praktische Übungen mit anschließender Reflexion sowie fachliche Informationen zu den Wirkzusammenhängen von Stress und Entspannung. Er richtet sich an Menschen mit Stressbelastung, die ein Verfahren zur gezielten Dämpfung der Stressreaktion erlernen wollen und über dessen regelmäßige Anwendung zu vegetativ wirksamer Erholung und Regeneration finden möchten sowie an solche, die negativen Stressreaktionen vorbeugen wollen.  
*Bitte Matte, Decke, ggf. Kopfkissen mitbringen sowie bequeme Kleidung mit warmen Socken anziehen.*

● **Kurs 9769**

**Manuela Rommel-Jost, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin**

ab 23.9.2024, 18:30 – 20:00 Uhr

10 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum

20 UST, EUR 61,00



### Online-Kurs

#### Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Entspannungstechnik, die auf Autosuggestion basiert und über das vegetative Nervensystem wirkt. Der Psychiater Johannes Heinrich Schultz hat das Autogene Training 1926 aus der Hypnose heraus entwickelt.

Seine Wirksamkeit wurde in vielen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen, so z. B. bei Schlafstörungen, Burnout, innerer Unruhe, Ängsten, Konzentrationsstörungen, Verdauungsbeschwerden, Tinnitus, Kopfschmerzen, Regulation des Blutdrucks u.v.m. Sobald Sie die Technik des Autogenen Trainings erlernt haben, können Sie auch einzelne Übungen in den Alltag mit einbinden. Gerade in hektischen und stressigen Situationen wird es Ihnen gelingen, mit Hilfe des Autogenen Trainings innerlich ruhiger zu bleiben. Schon nach kurzer Zeit werden Sie die entspannende und wohltuende Wirkung des Autogenen Trainings sowohl körperlich wie psychisch erfahren. Außerdem werde ich Ihnen Tipps geben wie Sie in stressigen Situationen ruhig bleiben können.

● **Kurs 9770**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Di. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 17.09.2024, 6 Termine

online

12 UST, EUR 50,00

### Abendkurs

#### Meditation

In der Meditation geht es darum, Gedanken zur Ruhe zu bringen und ins innere Gleichgewicht zu gelangen. Meditation ist der Schlüssel für positives Denken, inneren Frieden, Kreativität und Lebensfreu-

de. Sie hilft mit schwierigen Situationen gelassener umzugehen. Zugleich lernt der Meditierende, jeden Moment anzunehmen wie er ist – ohne ihn zu bewerten oder dagegen anzukämpfen. Dies hilft mit unangenehmen Dingen wie Krankheiten, Problemen und schwierigen Situationen gelassener umzugehen. Ich werde mit Ihnen verschiedene Meditationstechniken durchführen und Sie so in diese wunderbar entspannende, belebende und entschleunigende Welt der Meditation einführen.

● **Kurs 9771**

**Claudia Verhoeven, Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Mi. 18:30 – 20:00 Uhr

ab 04.12.2024, 6 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum  
12 UST, EUR 50,00

**Abendkurs**

**Pilates**

Pilates ist ein rehabilitierendes, präventives und figurformendes Ganzkörpertraining. Mit kontrollierten, präzisen Übungen stärken wir die Körpermitte und sorgen somit für eine gesunde Körperhaltung, straffen die Silhouette, erhöhen die Beweglichkeit und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Das Training eignet sich für alle, die Spaß an Bewegung haben, unabhängig von Alter, Fitnessniveau oder Körperperform.

● **Kurs 9772**

**Jessica Ernst, zertifizierte Pilatetrainerin**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 19.09.2024, 10 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum  
20 UST, EUR 63,00

● **Kurs 9773**

**Jessica Ernst, zertifizierte Pilatetrainerin**

Do. 19:00 – 20:30 Uhr

ab 09.01.2025, 7 Termine

Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule Riegelsberg, Meditationsraum  
14 UST, EUR 44,00

**Vormittagskurs**

**Geistig fit mit Muße und Humor – ein ganzheitliches Gedächtnistraining**

Nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen behält unser Gehirn seine Aufnahme- und Lernfähigkeit bis ins hohe Alter bei, vorausgesetzt, wir aktivieren es stetig durch unterschiedliche Anreize. In lockerer und fröhlicher Atmosphäre wird mit vielfältigen Übungen und Bewegungseinlagen den grauen Zellen auf die Sprünge geholfen. Dabei steht der Spaß in einer heiteren Runde im Vordergrund und wir bleiben auf diese Art spielerisch geistig fit und beweglich.

*Bitte bringen sie etwas zu schreiben, einen Block und etwas zu trinken mit.*

● **Kurs 9774**

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Mo. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 23.09.2024, 8 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum  
16 UST, EUR 60,00

● **Kurs 9774A**

**Petra Hammer, Kursleiterin Lachyoga, Gedächtnistrainerin**

Mo. 10:00 – 11:30 Uhr

ab 13.01.2025, 6 Termine

Riegelsberghalle, Vereinsraum  
12 UST, EUR 60,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**MANUELA ROMMEL-JOST**

**Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Entspannungstrainerin**

» Als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin arbeite ich in eigener Praxis und begleite Menschen psychotherapeutisch in schwierigen Lebenssituationen. Viele psychische und körperliche Erkrankungen verstärken sich durch Stress, Überforderung, andauernde Belastungen und fehlende ausgleichende Aktivitäten oder werden dadurch unter Umständen sogar ausgelöst. Mir ist es wichtig, diese Zusammenhänge nicht nur in meiner Praxis, sondern auch in allen meinen Kursen vermitteln zu können sowie unterschiedliche Methoden und Entspannungsverfahren aufzuzeigen, solch einen Stresskreislauf durchbrechen zu können. <<

**Abendkurs****Wecke und entdecke deinen Beckenboden! Effektives Beckenbodentraining – alles andere als langweilig!**

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die ein tieferes Bewusstsein für die Kraft und Energie in ihrem Beckenboden entwickeln wollen, um ihn einerseits zu stärken, andererseits vor Überbelastung zu bewahren. Mit abwechslungsreichen, motivierenden Übungen und wertvollen Tipps sowohl für das eigenständige Üben als auch für das Beckenbodengerechte Verhalten im Alltag soll genau dieses Bewusstsein geweckt werden. So lernen Sie, Ihren Beckenboden als ihre starke Mitte wahrzunehmen, zu unterstützen und zu pflegen. Und der Spaß bei den Übungen kommt dabei garantiert auch nicht zu kurz!

*Bitte Matte, Handtuch und ein kleines Kissen mitbringen, sowie bequeme Kleidung und warme Socken anziehen.*

● **Kurs 9775****Annette Marmit, Hebamme und Beckenbodentrainerin**

Di. 17:30 – 18:30 Uhr  
ab 17.09.2024, 10 Termine  
Kinder- und Familienzentrum  
Ronnertswies  
14 UST, EUR 59,00

**Abendkurs****Auf ins Nass – Aquafitness im Tiefwasser**

Aquafitness fördert die körperliche Gesundheit und das psychische Wohlbefinden. Das Training im Wasser stärkt das Herz-Kreislaufsystem, ohne die Gelenke und Bänder zu überlasten. Dennoch ist Aquafitness ein Ganzkörpertraining, bei dem keine Muskelgruppe zu kurz kommt. Nicht zu vergessen: Aquafitness ist ein

Fettkiller. Trainiert wird bei motivierender Musik mit einem Aqua-Gürtel. Jeder ist willkommen, auch Anfänger können problemlos mitmachen.

*Bitte eigenen Aqua-Gürtel mitbringen.*

● **Kurs 9777****Susanne Jolas**

Mi. 19:45 – 20:30 Uhr  
ab 25.09.2024, 10 Termine  
Kleinschwimmhalle Riegelsberg  
Wolfskaulstr. 88, 66292 Riegelsberg  
10 UST, EUR 35,00 (zzgl.  
Schwimmbad-Eintritt)

● **Kurs 9778****Susanne Jolas**

Mi. 19:45 – 20:30 Uhr  
ab 08.01.2025, 10 Termine  
Kleinschwimmhalle Riegelsberg  
Wolfskaulstr. 88, 66292 Riegelsberg  
10 UST, EUR 35,00 (zzgl.  
Schwimmbad-Eintritt)

**Junge vhs - Herbstferien Selbstbehauptung und Selbstverteidigung**

👤 6 bis 11 Jahre

Unsere Kinder sollen sicher sein vor Gewalt, Belästigungen und Übergriffen, auch sexueller Art. Mit einfachen Techniken und wirksamen Taktiken können entsprechende Belästigungen und auch aggressivere Angriffe wirkungsvoll abgewehrt werden. Die Kinder lernen gefährliche Situationen einzuschätzen und sind damit in der Lage, geistig-mental und aktiv zur Deeskalation beizutragen. Bestimmte Taktiken, Körper- und Abwehrhaltungen sowie erste grobmotorische Basistechniken der Selbstverteidigung helfen, sich stark und selbstbewusst nach außen darzustellen. Das Kursprogramm wird mit zahlreichen Übungen und Spielen, welche psychologische Aspekte wie Selbstbe-

**Dozentinnen und Dozenten**

**MARCO BESCH**  
Dozent für Fitnesskurse

» Als Polizeibeamter, Trainer und Sportübungsleiter des DOSB für Individual- und Gruppentraining und Sport in der Prävention/ Faszientraining BGM macht mir die Arbeit als vhs-Dozent sehr viel Spaß. In diesem Semester bin ich u. a. mit meinem Kurs „Fit for Life – ein rückengerechtes Ganzkörpertraining“ sowie mit einem Schnupperkurs für die junge vhs Selbstbehauptung und „Selbstverteidigung für Kinder von 5 - 8 Jahren“ mit von der Partie. «

hauptung, Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins und das eigene Verhalten auf Aggression und Angriff aufgreifen, ganzheitlich abgerundet.

● **Kurs 9780**

**Marco Besch, Polizeibeamter,  
Sportübungsleiter,**

**Lisa Besch, Fitnesstrainerin**

Di. 22.10.2024, 09:00 – 11:00 Uhr  
Gymnastikraum Haus der Vereine  
EUR 13,00

**Abendkurse**

**Fit for Life**

Das vielseitige und abwechslungsreiche Programm, das im Wesentlichen ganz ohne Geräte und Hilfsmittel auskommt, garantiert Power und Spaß. Mit einem spritzigen Cardio-Teil machen Sie den Fettpölsterchen Beine und verbessern ihre Kondition. Ergänzend formt und kräftigt das gezielte und wirkungsvolle Muskeltraining alle großen Muskelgruppen, speziell Bauch, Beine, Rücken und Gesäß in rückengerechter Art und Weise besonders intensiv. Mit speziellen Bewegungsschulungen und ganzheitlichen Dehnübungen können Sie zudem degenerativen Funktionsverlusten vorbeugen. Einfache und effektive Techniken, um die Faszien zu kräftigen, zu dehnen und zu lösen, bewirken eine Wohltat für den Körper und runden die Stunden ab. Das Training bringt Ergebnisse für Fitnessstypen jeden Alters und eignet sich sowohl für ungeübte, aktive Menschen als auch für erfahrene Workout-Fans.

● **Kurs 9781**

**Marco Besch, Polizeibeamter,  
Sportübungsleiter,**

**Lisa Besch, Fitnesstrainerin**

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr  
ab 28.10.2024, 8 Termine  
Gymnastikraum Haus der Vereine

16 UST, EUR 63,00

● **Kurs 9782**

**Marco Besch, Polizeibeamter,  
Sportübungsleiter,**

**Lisa Besch, Fitnesstrainerin**

Mo. 19:00 – 20:30 Uhr  
ab 13.01.2025, 6 Termine  
Gymnastikraum Haus der Vereine  
12 UST, EUR 48,00

**Einzelveranstaltungen**

**Wenn die Füße nicht mehr flitzen,  
tanzen wir vergnügt im Sitzen**

Unter diesem Motto richtet sich die Veranstaltung an alle Tanzbegeisterten, insbesondere an ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität. Tanzen im Sitzen fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination der Bewegungen und das Gedächtnis. Die Musikauswahl und das Bewegungsangebot sind vielfältig. Im Vordergrund steht immer die Freude am Tanzen in geselliger Runde.

● **Kurs 9785A**

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 19.09.2024, 15:00 – 15:45 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
gebührenfrei

● **Kurs 9785B**

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 17.10.2024, 15:00 – 15:45 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
gebührenfrei

● **Kurs 9785C**

**Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 21.11.2024, 15:00 – 15:45 Uhr  
AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
gebührenfrei

**Dozentinnen und  
Dozenten**



**ANITA LEYES**

*Tanzleiterin*

» Tanzen im Sitzen (TiS) ist für alle Tanzbegeisterten, speziell für ältere Menschen und solche mit eingeschränkter Mobilität, geeignet. Das Bewegungsangebot und die Musikauswahl sind vielfältig. TiS fördert die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit, trainiert die Koordination und das Gedächtnis und ist kommunikativ. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung nach Musik in geselliger Runde. «

● **Kurs 9785D****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 19.12.2024, 15:00 – 15:45 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
 gebührenfrei

● **Kurs 9785E****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 16.01.2025, 15:00 – 15:45 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
 gebührenfrei

● **Kurs 9785F****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 20.02.2025, 15:00 – 15:45 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Am Stumpfen  
 gebührenfrei

● **Kurs 9786B****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 10.10.2024, 15:15 – 16:00 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
 gebührenfrei

● **Kurs 9786C****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 07.11.2024, 15:15 – 16:00 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
 gebührenfrei

● **Kurs 9786D****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 05.12.2024, 15:15 – 16:00 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
 gebührenfrei

● **Kurs 9786E****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 09.01.2025, 15:15 – 16:00 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
 gebührenfrei

● **Kurs 9786F****Anita Leyes, Tanzleiterin**

Do. 06.02.2025, 15:15 – 16:00 Uhr  
 AWO Seniorenresidenz, Rathausstraße  
 gebührenfrei

**Workshop****Emotionen bei Hunden sehen lernen – denn Hunde sprechen mit dem Körper**

Hunde kommunizieren, wenn sie sich glücklich, traurig, angstvoll, nervös oder ärgerlich fühlen. Dazu benutzen sie ihre Gesichter und ihre Körper. In diesem Workshop lernen Sie Ihren Hund besser zu beobachten und seine Körpersprache zu deuten. Dies hilft Situationen mit dem Hund besser einschätzen und regeln zu können.

● **Kurs 9787****Gabi Maue, Tellington TTouch Practitioner  
3 für Hunde, Fotografin, Buchautorin**

Sa. 01.02.2025, 14:00 – 18:00 Uhr  
 Mehrgenerationentreff der Gemeinde  
 Riegelsberg  
 EUR 26,00

**Vortrag mit Diskussion****Hühnerhaltung für Anfänger – Teil 1**

Gesetzliche Bestimmungen, Meldepflicht, Stallbau, Haltung, welches Huhn passt zu mir, Kurzinfo über die GEH Gesellschaft zum Erhalt alter, vom Aussterben bedrohter Rassen.

● **Kurs 9787A****Helmut Detzler, Geflügelhalter**

Do. 07.11.2024, 19:00 – 20:30 Uhr  
 Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
 Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
 gebührenfrei

**Dozentinnen und Dozenten**

**STEFAN KEES**  
 Dozent und örtlicher Leiter

» Die Natur und ihre Schönheit stets neu entdecken!  
 „Bevor ich Leiter der vhs-Außenstelle Quierschied wurde, war ich bereits mehrere Jahre als Dozent im Bereich Ökologie, Umwelt- und Naturschutz tätig. Meine Kurse sind geeignet für Menschen jeden Alters, angefangen bei Kindern und Jugendlichen bis hin zu Erwachsenen. Ich liebe es, Menschen für die Natur und ihre Schönheit zu begeistern und entdecke dabei stets selbst Neues. «

**Vortrag mit Diskussion**

**Hühnerhaltung für Anfänger – Teil 2**  
Gesetzliche Bestimmungen, Meldepflicht, Naturbrut und Kunstbrut, Kükenaufzucht, Fütterung und Stallhygiene.

● **Kurs 9787B**

**Helmut Detzler, Geflügelhalter**

Do. 13.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 102, 1. Stock  
gebührenfrei

**Vortrag****Deutschland und seine Schutzgebiete**

Im deutschen Naturschutz haben Naturschutzgebiete einen sehr hohen Wert. Neben den Naturschutzgebieten gibt es aber auch noch weitere zu schützende Gebiete. Welche Schutzgebiete gibt es und wie unterscheiden sie sich? Wie werden diese gekennzeichnet? Darauf wird in diesem Vortrag näher eingegangen.

● **Kurs 9787C**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Do. 23.01.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock  
EUR 5,00

**Vortrag****Waldschutz**

Der Vortrag liefert Antworten auf folgende Fragen: Was ist eigentlich Wald? Wie kann man ihn bestmöglich schützen? Und warum ist er in Gefahr? Ferner stellt er zentrale Waldschutzmaßnahmen vor, vermittelt Grundlagenwissen zu den verschiedenen Ökosystemleistungen des Waldes, seinem Strukturreichtum und warum Wälder so wichtig für Klima- und Naturschutz sind.

● **Kurs 9787D**

**Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

Do. 06.03.2025, 19:00 – 20:30 Uhr  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 103, 1. Stock  
EUR 5,00

**Exkursion****Erlebnis-Kräuterexkursion**

Kommen Sie mit mir auf einen Streifzug durch die herbstliche Natur und entdecken Sie, was diese Leckeres und Gesundes zu bieten hat, von Kräutern und Beeren, und wie Sie diese für sich nutzen können. Ein kleiner Imbiss wartet am Schluss auf sie.

● **Kurs 9788**

**Tanja Both, Natur-, Kräuter- und Umweltpädagogin**

So. 03.11.2024, 10:00 – 11:30 Uhr  
Treffpunkt: 10:00 Uhr am Parkplatz beim Bietschieder Schlässchen  
EUR 14,00 (zzgl. 5,00 EUR Materialkosten)

**Junge vhs****Sagenhaftes Saarland – von adligen Damen und Herren und manch anderen sonderbaren Kreaturen**

Eine generationsübergreifende Sagenwanderung für Kinder in Begleitung ihrer Eltern/Großeltern.

● **Kurs 9788A**

**Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagoge**

Sa. 02.11.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
Treffpunkt: Lampennester Hütte am Ende der Waldstraße an den Tennisplätzen, 66292 Riegelsberg  
EUR 5,00

**Junge vhs****Erlebnisswanderung Goldener Oktober**

Eine informative Herbstwanderung für Familien mit Kindern zusammen mit Stefan Kees durch den Riegelsberger Wald. Bitte auf festes Schuhwerk achten.

**Dozentinnen und Dozenten****GUIDO GEISEN**

**Umwelt- und Kräuterpädagoge**

» Seit über 20 Jahren führt er interessierte Menschen nicht nur durch die Natur und erläutert ihre Besonderheiten. Vielmehr entdeckt der Landschaftsökologe auch immer wieder wohlschmeckende Wildkräuter, die er gerne vorstellt oder „fischt“ aus dem Totholz der Wälder seltene Käfer und anderes Getier. Und immer werden seine Wanderungen literarisch begleitet und erhalten so einen „Mehrwert“ an Unterhaltung. «

● **Kurs 9788B****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

So. 06.10.2024, 15:00 – 17:00 Uhr  
 Treffpunkt: Parkplatz Netzbachweiher,  
 66115 Saarbrücken  
 EUR 5,00

**Junge vhs****Winter-Weihnachts-Märchenwanderung**

Dieser interaktive Spaziergang mit vielen schönen Winter-Weihnachts-Märchen ist generationsübergreifend für Kinder ab 6 Jahren, gerne in Begleitung Ihrer Eltern/ Großeltern. Während der Wanderung bauen wir an geeigneter Stelle eine Futterkrippe für die Tiere des Waldes und schenken ihnen Futter aus eigenem Garten (bitte Äpfel, Nüsse, Kerne usw. selbst mitbringen).

● **Kurs 9788C****Guido Geisen, Umwelt- und Kräuterpädagog**

So. 22.12.2024, 14:00 – 17:00 Uhr  
 Treffpunkt: Parkplatz an der  
 Lampennesterhütte in Riegelsberg  
 EUR 5,00

**Junge vhs****Winterliche Familienwanderung**

Eine informative Winterwanderung mit Stefan Kees durch den Riegelsberger Wald.

*Bitte auf festes Schuhwerk achten.*

Treffpunkt: Parkplatz Scheune Neuhaus (vorderer/unterer Parkplatz von Riegelsberg kommend)

● **Kurs 9788D****Stefan Kees, Naturschutzbeauftragter**

So. 12.01.2025, 15:00 – 17:00 Uhr  
 Scheune Neuhaus  
 EUR 5,00

**ERNÄHRUNG UND KOCHEN****Abendkurs****Erkunde Whisky und die Fassreifung mit dem Buena Whisky Social Club e. V.**

Wie schafft es ein Holzfass, den frisch aus der Destillerie fließenden Brand zu unserem Lieblingsgetränk umzuformen? Wir wissen, alle Fässer sind aus Eichenholz. Doch wieso gibt es dann so viele Geschmacksunterschiede? Woher kommen die Fässer und warum werden 50-Liter-Quarter-Cask oder 650-Liter Port Pipe Fässer eingesetzt? In diesem Kurs wollen wir anhand unterschiedlich gereifter, schottischer Single Malt Whiskys erkunden und erfahren, wie stark die Fassauswahl den Reifungsprozess und letztendlich den Geschmack von Whisky beeinflusst. Wir werden uns die Grundtypen der verschiedenen Fässer, deren Herkunft und Bedeutung bei der Fassreifung anschauen. Dann steigen wir noch tiefer ins Fass ein und zeigen auf, warum es so viele verschiedene Größen gibt und warum Fassmanagement die Qualität des Whiskys beeinflusst. Während des unterhaltsamen Programms in gemütlicher Atmosphäre wollen wir anhand von 5 Fass-Charakter-starken Whiskys den unterschiedlichen Einflüssen mit Nase und Mund nachspüren. Kein Ausschank von Whisky an Minderjährige. Bitte benutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel oder einen privaten Shuttle. „Don't drink and drive“.

● **Kurs 9789****Mitglieder des Buena Whisky Social Club e. V.**

Do. 10.10.2024, 19:00 – 22:00 Uhr  
 Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
 Riegelsberg, Aula

EUR 6,00 (zzgl. EUR 25,00 für die verkosteten Getränke/Lebensmittel, die bar vor Ort zu entrichten sind)

*Anmeldung erforderlich bis 01.10.2024*

**In Kooperation mit dem Verein für  
 Industriekultur und Geschichte  
 Köllertal e.V.**

**Vormittagskurs****Sauerkraut selber machen**

Mit Kohlhobel und Strunkmesser bearbeiten wir kiloweise Weißkohl, den wir aus regionalem Anbau in Bio-Qualität erwerben. Das Stampfen des geschnittenen Kohls und das Einstreuen von Salz geschehen in Gemeinschaftsarbeit. Der Kohl kommt dazu in große Steintöpfe, Salztöpfe oder Gärtöpfe, die die Teilnehmer bitte zum Kurs mitbringen. Einige Steintöpfe können auch gegen ein Pfand von EUR 20,00 ausgeliehen werden.  
*Bitte, wenn vorhanden, große Steintöpfe, Salztöpfe bzw. Gärtöpfe und Schürze mitbringen.*

● **Kurs 9790****Rainer Feld/Stephan Lehberger**

Sa. 12.10.2024, 10:00 – 13:00 Uhr  
 Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,  
 Lehrküche  
 EUR 10,00 (zzgl. EUR 10,00 Materialkosten  
 bar vor Ort zahlbar)  
*Anmeldung erforderlich bis 02.10.2024*

**Abendkurs****La dolce Vita auf den Teller  
 Kochen wie in Italien**

Leckere Sommergerichte aus dem Italienurlaub? In diesem Kurs werden einige schmackhafte Klassiker nachgekocht! Bei einem gemütlichen Aperitif werden der Speiseplan besprochen und unter fachmännischer Anleitung, bespickt mit Tricks und Tipps aus einer langen leidenschaft-

lichen Gastronomieerfahrung vier Gänge zubereitet. Mit passendem, wohlschmeckendem Wein wird gemeinsam diniert. Natürlich darf das „dulcis in fundo“, die Nachspeise, nicht fehlen.

● **Kurs 9791**

**Giovanni Romano, Gastronom**

Sa. 28.09.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs**

**Viva la Pasta – herbstliche Genüsse**

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli. Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es kein Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckere Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise.

Viva la Pasta! Das Leben ist schön!

● **Kurs 9792**

**Giovanni Romano, Gastronom**

Sa. 09.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser werden am Kursabend erhoben und betragen EUR 19,00 pro Person)

**Abendkurs**

**Natale a casa Romano – weihnachtliches italienisches Menü**

Was zauberte denn die Nonna in der Weihnachtszeit? Geschichten, Rezepte und Leckereien wie Linguine alle Sarde, Tortelli in Brodo, Arrosto di Natale (X-Mas-Braten), fluffiger Panettone, Torrone etc. gibt es wieder von Genussmittler Dr. Pasta aka

Giovanni Romano. Es wird ihm wieder ein „grandissimo piacere“ sein, mit Ihnen ein leckeres Weihnachtsmenü kochen zu dürfen. Buon appetito!

● **Kurs 9793**

**Giovanni Romano, Gastronom**

Sa. 07.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten, die bar vor Ort zu entrichten sind)

**Abendkurs**

**Viva la Pasta – Wintergenüsse**

Spaghetti, Tagliatelle, Gnocchi, Tortellini, Ravioli. Heute begehen wir alle kulinarischen Sünden als gäbe es kein Morgen! Wer hat noch nie einen „Tris di Pasta“ im Ristorante bestellt, um möglichst viele leckere Nudelgerichte kosten zu können? Wir zaubern drei verschiedene davon, begleitet mit passendem Wein, abgerundet mit einer süßen Nachspeise.

Viva la Pasta! Das Leben ist schön!

● **Kurs 9794**

**Giovanni Romano, Gastronom**

Sa. 18.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,

Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. Kosten für Lebensmittel, Weine und Wasser werden am Kursabend erhoben und betragen EUR 19,00 pro Person)

**Abendkurs**

**Türkische Gaumenfreuden – mehr als nur Döner Kebab**

Woran denken die meisten in Europa, wenn sie an türkische Küche denken? Wahrscheinlich an Döner. Aber die türkische Küche hat sehr viel mehr zu bieten. Wenn Touristen zum ersten Mal in der Türkei sind, möchten sie natürlich die vielfältigen Essensangebote probieren –

**Dozentinnen und Dozenten**



**GIOVANNI ROMANO**

**Gastronom und Genussvermittler**

» „Kochen ist die Kunst, mit Nahrung Glück zu erschaffen.“

Schon früh brachte mich meine tiefe Leidenschaft für das „Dolce Vita“ zum Kochen und in die Gastronomie. Die Schwerpunkte meiner Kochkurse liegen auf mediterranen Speisen, leckeren Pastagerichten und Risottos, aber auch auf schmackhaften Low-Carb-Menüs. Meine Mission diesbezüglich ist: „Gesund kann auch lecker!“

Die richtige Weinbegleitung vervollständigt den Gaumenschmaus ebenso wie der Espresso zum Schluss. Ein Kochkurs kann ein kurzer Urlaubstrip sein, bei dem das kulinarische Glück mit anderen geteilt werden kann.

Werde ein Teil Deiner eigenen Kochshow! <<

sie haben Recht, denn es gibt eine große Auswahl an leckeren Speisen. Ich bereite an diesem Abend mit Ihnen unterschiedliche Fleischgerichte wie Köfte (Hackbällchen), kleine Lammkoteletts und dazu gehörenden Salat zu. Ebenso gibt es auch ein paar leckere Vorspeisen.

*Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.*

● **Kurs 9797A**

**Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Mi. 20.11.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB, Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs**

**Türkisches Menü unter Freunden**

Es ist schön, wenn Freunde zusammen kochen – jeder übernimmt eine Aufgabe und diese Verbundenheit schafft unvergessliche Momente. In diesem Kurs bereiten wir ein Fleischgericht mit Gemüse zu – als Beilage gibt es orientalischen Reis und/oder Bulgur. Vorher noch ein paar Vorspeisen (Meze), ein Salat mit exotischer Gewürzsoße und zum Abschluss ein Dessert mit Mokka.

*Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.*

● **Kurs 9797B**

**Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Mi. 11.12.2024, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB, Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 18,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs**

**Türkische vegetarische und vegane Gerichte**

Vegetarische Küche wird meistens im Küstengebiet bevorzugt. Zu diesem Kochabend können auch gerne Interessierte kommen die vegane Ernährung bevor-

zugen, denn es werden leckere Gerichte ohne Verwendung von Tierprodukten zubereitet.

*Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.*

● **Kurs 9797C**

**Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Mi. 08.01.2025, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB, Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs**

**Türkische Fleischgerichte mit Lamm**

Lammfleisch ist sehr beliebt in der Türkei – es werden die unterschiedlichsten Gerichte damit zubereitet. Ich zeige Ihnen an diesem Abend, wie (mariniertes) Lammfleisch schmackhaft zubereitet werden kann. Dazu gibt es Pilav (türkisches Reisgericht) oder Bulgur mit einem grünen Salat – und ein Dessert darf natürlich auch nicht fehlen.

*Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.*

● **Kurs 9797D**

**Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Mi. 05.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr

Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB, Lehrküche

EUR 18,00 (zzgl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

**Abendkurs**

**Türkische Küche – Fischgericht mit Vorspeisen und Dessert**

Zu diesem Fischabend nehmen wir Doraden: ich zeige Ihnen u.a. wie man Fische ausnehmen sollte und woran man sieht, ob ein Fisch frisch ist. Zu dem Fischgericht gibt es einen leckeren Salat, Kartoffeln und/oder Baguette. Ein feines Dessert zum Schluss rundet das Menü ab. *Bitte Tücher zum Abtrocknen mitbringen.*



**KOCHEN MIT DER VHS REGIONALVERBAND**

» Von Einblicken in das nachhaltige Einkaufen über Ernährungsvorträge bis hin zu Koch- und Backkursen für Jung und Alt bietet die vhs Regionalverband Saarbrücken ein breit gefächertes Angebot, um die Vielfalt der saisonalen Lebensmittel kennenzulernen und Einblicke in aktuelle Ernährungstrends erhalten zu können.

Neben einem Grundkochkurs für AnfängerInnen und WiedereinsteigerInnen und Einführungen in die vegetarische Küche steht die „Low carb“ Ernährung ebenso im Mittelpunkt. Außerdem werden zahlreiche länderspezifische Kochkurse angeboten.

Wer den Programmbereich Gesundheit und Ernährung aktiv unterstützen möchte, kann sich gerne mit der vhs Regionalverband Saarbrücken in Verbindung setzen. Wir freuen uns über abwechslungsreiche Kursideen, um den Programmbereich stets zu erweitern. «

● **Kurs 9797E**

**Ayla Caymaz-Isiklilar, Hobbyköchin**

Mi. 19.02.2025, 18:00 – 22:00 Uhr  
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,  
Lehrküche  
EUR 18,00 (zzgl. EUR 20,00 Lebensmittelkosten)

**Vormittagskurs**

**Kulinarische Vielfalt aus Griechenland**

Gemeinsam werden Vorspeisen, Pites mit Käse oder Spinat, Hauptgerichte und Nachspeisen gekocht und gebacken. Als Grundlage dienen spezielle Rezepte aus den verschiedenen Regionen Griechenlands, die sich von Nord bis Süd und von Ost bis West erstrecken. Ein besonderer kulinarischer Bezug wird in dem Kurs zur Insel Kreta, der Heimat der Dozentin, hergestellt.

● **Kurs 2919**

**Maria Kasotaki**

Sa. 21.09.2024, 10:00 - 14:00 Uhr  
Ehem. Hauswirtschaftsschule RGB,  
Hauerstr. 32A, Lehrküche  
EUR 22,00 (zzgl. EUR 15,00 Lebensmittelkosten)

**PC, TABLET & SMARTPHONE**

**Nachmittagskurs**

**EDV-Cafe – Lerntreff rund um PC, Laptop, Smartphone, Apps und Web**

Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop macht nicht was Sie wollen? Sie brauchen eine Orientierungshilfe oder eine fachliche Hilfestellung? Vielleicht finden Sie Ihre Bilder nicht mehr, haben Fragen zu WhatsApp, scheitern bei der Installation von Programmen oder möchten Mails empfangen und schreiben. Diese und andere Anwendungsfragen werden in diesem Kurs fachkundig beantwortet. Dabei orientiert sich das

Programm stark an Fragen der Teilnehmer.

*Bitte eigenes Endgerät mitbringen.*

● **Kurs 9798**

**Torsten Meyer**

Mo. u. Do. 16.09., 23.09., 26.09.2024  
17:30 – 19:45 Uhr, 3 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
12 UST, EUR 38,00

**Nachmittagskurs**

**Smartphone-Beherrschen für Senioren**

Nicht selten schenken die Kinder oder Enkelkinder Senioren ihr erstes Handy. Diese wissen damit nicht umzugehen und lassen sich von ihren Lieben alles erklären. Wer aber bereits seit Jahren mit Smartphones umgeht, verliert zuweilen den Blick dafür, worin Unklarheiten für Neulinge bestehen können. Nicht selten entstehen dadurch echte Konfliktsituationen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer wie man ein Smartphone einrichtet, wie sie Geräte sichern, was die Geräte können und welche zusätzlichen Apps sinnvoll sind. Sie erfahren auch, welche Software installiert ist und welche Updates sie machen müssen. *Die Teilnehmer bringen ihr Smartphone mit und können das Gelernte direkt umsetzen.*

● **Kurs 9799**

**Torsten Meyer**

Mo. u. Do. 04.11. u. 07.11.2024  
17:30 – 20:30 Uhr, 2 Termine  
Leonardo da Vinci Gemeinschaftsschule  
Riegelsberg, Raum 105, 1. Stock  
6 UST, EUR 40,00

**Dozentinnen und Dozenten**



**TORSTEN MEYER**

*Techn. Ingenieur, Ausbilder, Berufspädagoge*

» Seit über 20 Jahren bin ich in der Erwachsenenbildung tätig. Von meiner Erfahrung profitieren meine Teilnehmer in den verschiedensten IT Kursen an mehreren Standorten. Als Dozent in den Bereichen Elektronik und IT ist es mein Antrieb, den Teilnehmern ein breites Wissen zu vermitteln. Jedes IT Problem ist so vielfältig wie der Teilnehmer selbst. Gerade in der IT stehen wir immer wieder vor neuen Herausforderungen, die ständig eine andere Herangehensweise erfordern. In meinen Kursen steht nicht nur die Problemlösung im Vordergrund, sondern das WARUM? Das ist mein Ansatz einer nachhaltigen Wissensvermittlung. Ich bin immer wieder sehr stolz, wenn ich am Ende meiner Kurse sehe, wie meine Teilnehmer eigene Lösungsstrategien für komplexe Probleme entwickeln. Daher sehe ich meine Aufgabe in der Hilfe zur Selbsthilfe. «

**A**

Abendschule 325  
Achtsamkeit 171, 174 f., 181 f., 184, 195,  
204, 396  
Advent/Weihnachten 162, 169, 202, 205,  
334, 340, 342, 368, 383, 391, 402, 408, 420,  
423, 426, 444, 450, 464 f.  
Agentur für Lernförderung 315  
Akademie für Ältere 87 ff., 289 f.  
Aktzeichnen 147  
Alphabetisierung 265, 317 ff.  
Arabisch 34, 252  
Arbeit und Beruf 7, 270  
Archäologie/Kunstgeschichte 18, 26, 34 f.,  
101 ff., 134 ff., 364, 414 f., 445  
Atelierbesuche 145 f.  
Ausstellung(s)(führung) 17, 21, 34, 100, 112,  
134 ff., 140 f., 152, 438 f.  
Autogenes Training 173, 178, 397, 458

**B**

Backen 203 f., 207, 209 f., 420  
Beckenbodentraining 186, 460  
Betriebsbesichtigungen 68 f., 345, 377, 390,  
415, 439 f.  
Betriebsorganisation 281 ff.  
Bewerbungstraining 280  
Bierseminare 217, 408  
Bildbearbeitung 150, 305 ff.  
Bildhauerisches Gestalten 101  
Bildungsurlaub 233 f., 241, 246, 275, 283,  
287, 297 ff., 308  
Bogenschießen 358  
Bulgarisch 252

**C**

Chinesisch 252  
Computerschreiben/Tastenschreiben 288,  
309 f., 320, 440

**D**

DATEV 283, 286 f.  
Demenz 170, 422  
Deutsch als Fremdsprache 63, 258 ff., 394,  
418  
Deutsch-französisches Programm 16 ff.  
Deutschprüfungen 260 ff.  
Digitale Grundbildung 320, 436

**E**

EDV-Kurse 104 f., 150, 288 ff., 378 f., 394 f.,  
414, 436, 467  
Ehrenamt 76 ff., 90, 440 f.  
Einbürgerungstest 264  
Elternschule 60 ff., 330, 450  
Energieberatung 73 ff., 412  
Englisch 94 ff., 226 ff., 282, 322 f., 332, 394,  
417, 453  
Entspannung 169, 173 ff., 186 ff., 348, 380,  
391, 406, 418, 429, 458  
Ernährung 16, 170 ff., 201 ff., 332, 366, 381,  
420 f., 433 f., 437 f., 447, 464 ff.  
Erste Hilfe 60, 169 f., 330, 376, 441, 450  
Excel 296 f., 300 ff., 378  
Exkursionen 16 ff., 21 ff., 40, 50 f., 53 ff.,  
68 f., 84, 88 f., 134 ff., 210, 219 f., 232, 323,  
329, 332, 345, 358, 377, 390, 402, 414, 428 f.,  
431 f., 439 f., 446, 463 f.

**F**

Feldenkrais-Methode 98 f., 173 f., 380  
Filmgesellschaften/-festivals 131 f.  
Film-/Lichtbildvorträge 30 ff., 50, 120, 125,  
137 ff., 152 f., 340, 350, 364, 370 f., 376,  
412 f., 431, 434 f., 448  
Film-/Medienpraxis 129 ff.  
Finanzbuchführung 283 f., 287  
Finanzen 72 f., 322  
Fitness/Workout 100, 185 f., 189 ff., 406 f.,  
418 ff.  
Floristik 162, 384, 404 f., 423, 457  
Fotografie 17, 19, 100 f., 149 ff.  
Französisch 17, 19 f., 96, 234 ff., 344, 382,  
405, 417, 435, 453

**G**

Gebärdensprache 332  
Gedächtnistraining 92, 421, 459  
Geschichte und Geografie 22 ff., 40, 85, 329,  
340, 342, 356, 367 ff., 375 f., 393, 415 f., 431,  
444, 446 ff.  
Geschichtswerkstatt 22, 329, 340, 342, 356,  
393, 415, 448  
Gesundheitsbildung/-methoden 97 f., 168 ff.,  
172 f., 335, 348 f., 391 f., 420 ff., 433 f., 458  
Getränke-/Weinkultur 19, 211 ff., 464  
Gitarre 122 f.  
Goldschmieden 160 f.  
Griechisch/Altgriechisch 253  
Grundbildung 316 ff.  
Gymnastik 186 ff., 336, 390

**H**

Häkeln 164, 359, 437  
Hauptschulabschluss 325  
Hebräisch 253  
Hutmacherei 160

**I**

Inklusionsangebote 20 f., 128, 409  
Integrationskurse 265 f.  
Italienisch 96 f., 246 ff., 436, 454

**J**

Japanisch 254  
Junge vhs 34, 64, 120, 169 f., 174 f., 181,  
195, 199 f., 203, 209 f., 309 ff., 330 f., 358,  
366, 377, 383 f., 387 f., 390 f., 395, 402, 413,  
416 f., 420, 425 f., 428 f., 431 f., 440 f.,  
445 ff., 456, 460, 463 f.

**K**

Kampfkunst 358  
Kaufmännische Weiterbildung 281 ff.  
Keramik 333, 424  
Kochen 16, 202 ff., 206 ff., 398 f., 407 f.,  
420, 437 f., 464 ff.  
Konzert 21, 93, 120 f., 128, 328, 444  
Korbflechten 165  
Koreanisch 250 f., 254 f.  
Kunstfahrten 17, 134 ff., 152 f.  
Kunstgeschichte/Archäologie 18, 26, 34 f.,  
101 ff., 134 ff., 364, 414 f., 445  
Kunsthandwerk 160 ff., 385, 424, 426, 437,  
456 f.  
Künstliche Intelligenz (KI) 44, 83 f., 279,  
296, 299, 303 f., 393  
Kurdisch 255

**L**

Latein 255  
Lektürekurs 20, 82, 109 ff.  
Lerntreff 318 f.  
Lesen und Schreiben lernen 318 ff.  
Lesung 16, 50 f., 89, 319, 340 ff., 364,  
444, 446  
Line Dance 196 f., 340, 397  
Literatur 20, 23, 90 f., 107 ff., 341 f., 404

## THEMENREGISTER

- M**  
 Make-up 185  
 Malen 101, 141 ff., 330, 332, 352, 384, 405, 424, 455 f.  
 Mathematik/Rechnen 321  
 Mediengestaltung 140, 305 ff.  
 Mediation 272  
 Meditation 173 ff., 380, 397, 402, 459  
 Medizin/Therapieansätze 171 f., 335, 421, 433 f.  
 Mittlerer Bildungsabschluss 325  
 Mundart und Heimatkultur 325, 341 f., 356, 446 ff., 463  
 Musik 120 ff., 365, 433, 438, 444
- N**  
 Nähen 163, 285, 334, 351, 359, 399, 424 f., 436, 454 f.  
 Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit 49 ff., 79, 343 f., 352 ff., 357, 362 ff., 368 f., 373 f., 377, 402 f., 413 f., 431 ff., 462 f.  
 Naturwissenschaft/Technik 35 f., 44, 47, 83 f., 379  
 Niederländisch 255  
 Nordic Walking 99, 192
- O**  
 Office-Anwendungen 296 ff.  
 Online-Kurs 18, 32, 36 f., 40 ff., 44 f., 50, 57 f., 60 ff., 65 f., 68, 72 ff., 83 f., 86, 108, 137 ff., 158, 176, 228, 230, 232, 247 f., 269, 272 ff., 276 ff., 281 f., 285 ff., 292, 294 f., 298, 306, 412, 450 f., 458
- P**  
 Pädagogik 59 ff., 330, 349, 449 f.  
 Persisch 256  
 Philosophie 58, 81 ff., 103  
 Photoshop 305  
 Pilates 99, 187 f., 396, 419, 459  
 Politische Bildung 36, 39 ff., 58, 364 f., 369 f., 382, 416  
 Polnisch 256  
 Porträt 155  
 Portugiesisch 256  
 Pressearbeit 78, 130 f.  
 Programmieren 303  
 Progressive Muskelrelaxation 174, 178, 458  
 Psychologie 64 ff., 105, 450, 456
- Q**  
 Qi Gong 98, 184, 335
- R**  
 Rauchfrei 168  
 Rechnen/Mathematik 321  
 Rechtsfragen 68 ff., 151, 328, 356, 368 ff., 373 ff., 430, 450 ff.  
 Reisen/Reiseberichte 30 ff., 340, 350, 371, 375 ff., 412 f., 431, 434 f., 448  
 Reiten 191  
 Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik 186 f., 348, 396, 407, 419  
 Russisch 257
- S**  
 SAP/R3 287 f.  
 Schlüsselkompetenzen 272 ff.  
 Schmuck 160 f., 422, 456 f.  
 Schreiben 91, 113 ff.  
 Schreibstubenbesuch 116 f.  
 Schulabschlüsse 325  
 Selbstbewusstsein 65, 195  
 Selbstverteidigung/-behauptung 195, 460  
 Singen 92 f., 122, 433  
 Smartphone-Kurse 289 f., 292 ff., 414, 436, 467  
 Spanisch 242 ff., 382, 418, 454  
 Spirituosenseminare 218, 464  
 Sportbootführerschein 337  
 Sprachen 17, 19 f., 94 ff., 222 ff., 322 f., 332, 344, 382, 394, 405, 417 f., 435 f., 453 f.  
 Steptanz 197 f.  
 Stressbewältigung 168, 173 ff.  
 Stricken 164, 334, 425, 437, 455  
 Studienfahrten 17 f., 23, 29, 40, 53, 112, 134 ff., 152 f., 219 f.
- T**  
 Tablet-Kurse 293, 436  
 Tai Chi 98, 183 f., 380, 418  
 Tanzen 97, 125, 170, 196 ff., 340, 348, 383, 394 f., 420, 461 f.  
 Tastschreiben/Computerschreiben 288, 309 f., 440  
 Technik/Naturwissenschaft 35 f., 44, 47, 379  
 Textiles Gestalten 160, 163 f., 334, 351, 359, 424 f., 436 f., 454 f.  
 Theater 93, 124 ff., 342  
 Theologie 85
- U**  
 Ukrainisch 257  
 Ukulele 123
- V**  
 Vegane, vegetarische Ernährung 171, 204, 206 f., 420  
 Verbraucherberatung/-schutz 328 f., 356, 368 ff., 373 ff., 391 f., 430, 440, 450 ff.  
 Vereine 76 ff.
- W**  
 Waldpädagogik 377, 402  
 Wanderungen/Spaziergänge 26, 29, 51 ff., 99 f., 192, 194, 210, 332, 343 f., 323, 350 f., 353, 358, 385 ff., 390, 413 f., 428 f., 463 f.  
 Wassergymnastik 100, 191, 336, 418, 460  
 Websites erstellen 308  
 Weihnachten/Advent 162, 169, 202, 205, 334, 340, 342, 368, 383, 391, 402, 408, 420, 423, 426, 444, 450, 464 f.  
 Wein-/Getränkekultur 19, 170 f., 176, 211 ff.  
 Wintersport 192 ff.  
 Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule 186 f., 348, 396, 407, 419  
 Word 296 ff., 379
- X**  
 Xpert Business 283 ff.  
 Xpert Cultural Communication Skills 274 ff.
- Y**  
 Yoga 99, 173 f., 177 ff., 187 f., 190, 192, 335, 380, 396, 406, 418
- Z**  
 Zaubern 331, 366, 416 f., 445 f.  
 Zeichnen 141 ff., 405, 424, 455  
 Zumba 190, 419

**A**

Aatz, Dominique 174  
Adolf, Günther 438  
Adolf-Bender-Zentrum 44  
Ahr-Varenhorst, Sandra 253  
Akhlaghi, Sedi 185, 458  
Alaimo, Maria 246 ff.  
Albert, Alexandra 396, 419  
Almokheber, Asmaa 437  
Alpuente, Pilar 246  
Altmeyer, Patrik 367  
Alves-Weyers, Manuela 256  
Amiot, Cécile Sujatha 190, 193  
Anlauf, Susanne 174, 186, 192  
Apfelbach, Beatrice 334  
Arnold, Wolfgang 342  
Augustin, Roland Dr. 154, 158  
Aydin, Karen Dr. 404

**B**

Baberowski, Jörg Prof. Dr. 37  
Bach, Elsbeth 98  
Bach, Kathrin 414  
Bächle, Ulf 90 f., 111 f.  
Backes-Natsvlshvili, Marika Dr. 108 f.  
Baden, Henning 77  
Bambach, Martin 55  
Bär, Marion 426  
Barbknecht, Kristin 89  
Baum, Ralph Sascha PD Dr. 98, 172  
Baumgarth, Ralf 76  
Bäumler, Daniel 388  
Baronsky-Ottmann, Nicole 137  
Bau, Christian 132  
Bauer, Astrid 425  
Bauer, Natascha 90  
Bebelaar, Lisa 92 f.  
Becker, Cathrin 74 f., 450  
Becker, Heidrun 99, 188  
Becker, Ralf Michael 433  
Becker-Follmann, Johannes 358  
Behr, Javier 230 f., 234  
Behringer, Klaus 113, 115 f.  
Bellmann, Torsten 451  
Ben Dkhil, Hedi 252  
Bender, Christine 424  
Bender, Manfred 69 f., 370 ff.  
Benn, Imme 180  
Bernardi, Michael 104, 271, 280, 289, 292, 313  
Berscheid, Martina 117  
Bersin, Christian 53  
Bertelli, Francesca 227 ff., 232, 453  
Besch, Lisa 461  
Besch, Marco 460 f.  
Besse, Thomas 414  
Binder, Andreas Prof. Dr. 335

Blanché Ulrich, PD Dr. 132  
Blank, Marion 186, 189  
Blind Audition 119 f.  
Blondel, Julien 127  
Blum, Jana 204, 399  
Bock, Ulrike Dr. 102 f., 138, 445  
Bohlmann, Jutta 421  
Bohr-Jankowski, Karin 114, 117  
Bollinger, Hans 340  
Bollinger, Werner 428  
Borchardt, Mirka 127  
Bösch, Frank Prof. Dr. 36  
Both, Reiner 70  
Both, Tanja 57, 210, 366, 390 f., 398, 402, 408, 414, 420 f., 458, 463  
Böttcher, Guillermo 99, 176, 178 f., 183, 199, 335, 380, 418 f.  
Böttcher, Isolde 385, 386 f.  
Böttcher, Silvana 199  
Boudraa, Petra 348  
Bourgeois, Annelies 226, 255  
Bradt, Thorsten H. 281 f.  
Braun, Jutta 390 f.  
Braun, Lothar 390 f.  
Braunegger, Jutta 318 f.  
Breil, Stefan 103, 105, 290, 294 ff.  
Brill, Jessica 333  
Brockhaus, Fernando 213  
Brockmüller, Gabriele 163, 334  
Brokate, Ratna 206 f.  
Bruce Boye, Elke 174  
Brück, Dorothee 60 ff., 449  
Bubel, Wolfgang 332  
Bührer, Thomas 192 ff.  
Burkert-Arbogast, Nicole 62  
Busch, Horst 123 f.  
Buyx, Alena Prof. Dr. 83, 85

**C**

Calabrese, Marina 247 f.  
Camelo Ramirez, Ruby 242  
Carau, Gérard 341  
Cárdenas, Rubén 243, 245  
Caymaz-Isiklilar, Ayla 207 f., 466  
Cecile Verny Trio 119 ff.  
Cho, Sung-Hyung 132  
Choblet, Matthieu Dr. 20, 111  
Choe, Mi-Hyon 196 f.  
Choi, Young-Joo 254  
Clemens, Daniel 119 f.  
Clemens, Remo 429 f.  
Cohrs, Christopher Prof. Dr. 42  
Conrad, Joachim Prof. Dr. 86, 446  
Constroffer, Werner 141, 142  
Cytowicz, Gleb 195

**D**

Dahms, Matthias 65, 272 f., 276  
Danzebrink, Sigrid 93  
Därnbächer, Michael 131  
David, Wolfgang 78  
De Graaf, Suzanne 255  
Deby, Eric 235, 238, 240  
Decker, Leonore 318 f., 323  
Deetz, Karsten 375 f.  
Degen, Danielle Nicole 382  
Dehghan Banadaki, Razieh 226 f., 229 ff.  
Della, Tahir 42  
Deng, Runxia 143  
Detzler, Helmut 413, 462 f.  
Deutscher, Thomas 226 ff., 234, 238, 417 f.  
Dick, Bernhard 291 f., 297 f., 299, 302, 378 ff.  
Diener, Helga 18  
Diester, Natalya 257  
Dietzsch, Magali 241  
Difonzo, Chiara Debora 247 f.  
Dilk, Karl-Günther 82 f.  
Dittgen, Dennis 186 f.  
Dittrich, Klaus 130 f.  
DJK Bildstock 68  
Dörner, Hartmut W. 368 f.  
Dörr, Hans Jürgen 212, 214  
Douba, Marion 176, 181 ff.  
Drumm-Merziger, Vanessa 27  
Dudweiler Stadt-Theater 110, 125  
Dumont, Andrea 203  
Dumont-Roty, Sébastien 238  
Dupin, Thierry 235, 237  
Duppre, Elisabeth 406

**E**

Ecke, Klaus R. 145 ff., 401 f.  
Ebersohl, Nina 65 f.  
Ebert, Charlotte 341 f., 406  
Ebert, Denis 366  
Ecke, Klaus R. 405  
Ecker, Andrea 182  
Ehl, Werner Dr. 430  
Ehlers, Christiane 42  
Ehre, Anette 398  
Eich, Tanja 348 f.  
Eisen, Stefan 141  
Eitel, Klaus 175 ff.  
Emanuel, Barbara 430  
Ernst, Jessica 200, 395 f., 419 ff., 459  
Ernst, Maria 409  
Eum, Tae Hee 199  
Ewen, Waltraud 182 f.

**F**

Feld, Rainer 464  
Fell, Armin 31 f., 435

DOZENTINNEN- UND DOZENTENREGISTER

Fell, Joachim 173  
Feuring, Nele 42  
Fiedler, Armin 195  
Fischer, Tim Dr. 77  
Flügel, KP 132  
Fögen, Wolfgang 168, 173  
Fox, Christine 280 f.  
Freidinger, Udo 99 f., 191, 195, 336 f., 349  
Freiler, Tatjana 146 f., 456  
Frey-Dörr, Patrick 79  
Friedrich, Klaus 22 f., 112 f., 416  
Fries & Herrmann 70 ff.  
Frotscher, Volkmar 412  
Fuchs, Antje Dr. 22  
Fuchs, Miriam 60, 169  
Fuß, Natalie Dr. 367, 378, 381

**G**

Gaever, Horst 367  
García, María 244 f.  
Gaspar, Karin 64 f.  
Gebauer, Jana 57 f., 86  
Gebhardt, Alec 405  
Gebhardt, Miriam Prof. Dr. 37  
Gebhardt, Ro 405  
Geisen, Guido 30, 387, 462 f.  
Georg, Annette 381, 391 f.  
Gerber, Alexander 116, 125  
Giannoulis, Christina 253  
Gilgen, Bernhard 415  
Glaser, Harald 22, 340  
Glauben, Roman 77  
Glushko, Luydmilla 198  
Göbel, Torsten 165  
Gode, Brigitte 16, 108, 209  
Grandhomme, Birgit 89, 367  
Graser, Elisabeth 188 f.  
Grewenig, Udo 438  
Groß-Apostolidis, Elisabeth 319  
Grucca, Andreas 60, 169, 330, 450  
Guerrero, Lobo 243  
Gundelwein, Tom 155

**H**

Hach, Pascal 418  
Hagedorn, Axel 343 f.  
Hammer, Petra 174, 192, 390, 396, 422, 459  
Hammes, Annette Dr. 98, 172  
Happi, Orchelle Rodrigue Theresa 203, 209  
Harth, Klaus 142 f.  
Hartkorn, Rainer 100, 170, 186  
Hartwahn, Evgeni 332  
Haupt, Karin 348  
Heck, Christoph 26  
Heger, Anika 396  
Heib, Andrea 259

Heidecker, Martin 77  
Heieck, Jörg Dr. 153, 156 f.  
Heintz, Ulrich 432  
Hellenthal, Heike 146  
Hempelmann, Ralf Prof. Dr. 36  
Henkel, Georg 235, 238  
Henné, Marion 161  
Henßen, Walter Pfarrer 405  
Hentges, Eva 422, 456 f.  
Herbig, Albert 145, 147  
Herresthal-Scharf, Sylvia 68 f.  
Herrmann, Werner 434  
Herzau, Thilo 292, 295, 299  
Hess, Arno 428  
Hettinger, Maïke 34  
Hewener, Vera 93  
Heydrich, Mark 116  
Hijazi, Mohamad 252  
Hilgers, Barbara 101  
Himbert, Elisabeth 420  
Hinze, Klaus 150, 157  
Hippchen, Thomas 30  
Hochgeschwänder, Michael Prof. Dr. 37  
Hollmann, Denise 31  
Hoppstädter, Günther 321  
Horn, Vanessa 60  
Hraich, Alina 332  
Hu, Chunhong 170, 207, 216, 252  
Hübner, Christine Dr. 132  
Hübschen, Susanne 162, 384, 404 f., 423, 457  
Huerta, Paola 242 f.  
Huth, Hannah 184

**I**

Imanishi, Ellie 199  
Imanishi, Yuri 199

**J**

Jacoby, Jörg 27  
Jäger, Mechthild 408  
Jäger, Sebastian 218  
Jakobs, Reinhard 329  
Janz, Michael 214  
Jelassi, Hana 26  
Jene, Inge 320  
Jensen, Silke 169 f.  
Jirasek, Josef 340  
Jochem, Manfred 283, 301 ff.  
Jochum-Engel, Sabine 437  
Jockers Kaltz, Vera 421  
Johann, Markus 202  
Jolas, Susanne 460  
Jülch, Christian Dr. 328, 430  
Jung, Daniel 328, 356 f., 373, 376  
Jungfleisch, Monika 393, 415, 448 f.  
Jungfleisch, Nadine 310 f.

Jung-Yeun, Lee 206  
Junk, Petra 184  
Jünke, Holger 72 f.

**K**

Kalkum, Mirko 89  
Kaltenhäuser, Robert 132  
Kammer-Emden, Sylvia 29  
Karrenbauer-Müller, Karin 140 f.  
Kasotaki, Maria 207, 467  
Kattler, Vera 146  
Kees, Stefan 345, 352 ff., 357 f., 365 f., 369, 373, 377, 388, 402 ff., 427 ff., 462 ff.  
Kelm-Richter, Natalie 293 ff.  
Keßler, Erich 21, 128, 137  
Keßler, Hildegard 21, 128, 137  
Keßler, Michael 343  
Kiefer, Wolfgang 25  
Kim, Ilho 35  
Kim, Sangwon Dr. 36  
Kirch, Klaus 329  
Kircher Francois, Sabrina 235 f.  
Kirst, Anne-Kathrin 243  
Klär, Werner 356  
Klein, Andreas 414  
Klein, Norbert Dr. 20  
Kleiß, Peter Dr. 82  
Klesen, Daniel 32  
Klever, Tobias 206 f.  
Kling, Manuel Dr. 100 f.  
Koch, Bettina 130  
Köhnke-Krämer, Regina 187  
Konath, Marcel 196  
Konrad, Bernd 448  
Korobov-Köhler, Maria-Elena 258, 263  
Koslowsky, Melanie 419  
Kött-Müller, Heidi 187  
Krämer, Gudrun Prof. Dr. 45  
Kranz, Simone 127  
Krause-Wichmann, Susanne 234, 237 ff., 247 ff.  
Krieger, Christine 196  
Krisam, Jürgen 374  
Krüger, Antonio 303 f.  
Kugler, Karl-Ernst 25, 27, 351  
Kuhn, Ralf 275 f., 297 ff., 309, 312 f.  
Kunz, Jasmin 272 f.  
Kunzler, Renate 340

**L**

La Greca, Rea 153  
Laffitau, Jean M. 130  
Lajko, Eva 180, 200  
Lambrecht, Astrid 26  
Lange, Helmut 276 f.  
Langenberger, Michael 412  
Lanzer, Karin 330, 333

Latif, Mojib Prof. Dr. 58  
Lauer, Marco 128, 330, 333, 416 f., 445 f.  
Lawall, Svenja 169  
lebensfreude gesundheitsmanagement 330  
Lehberger, Carolin Dr. 41  
Lehberger, Stephan 448, 464  
Lehnert, Charly 342  
Lenzen, Manuela Dr. 83, 86  
Leonhard, Tamara 444  
Leonardy, Bernhard 30  
Leonardy, Heribert Dr. 92  
Lewis, Christopher 228, 230, 232  
Leyes, Anita 461 f.  
Lichtenberger, Eva 26  
Liedtke, Pascal 195  
Liesler-Kneip, Christel 448 f.  
Linet, Fabienne 382  
Linn, Adrian 321  
Linster, Léa 16 f., 108, 209  
Lishchuk, Oksana 257  
Litzenburger, Ellen 386  
Lohmann, Holger 340, 350, 448  
Loll, Uwe 273  
Longerich, Peter Prof. Dr. 44  
Lorig, Astrid 341 f., 406  
Loser, Petra 337  
Löw, Christian 213  
Luckas, Beate 297 ff.  
Ludwig, Stephanie 91  
Lupp, Peter Michael 50 f., 53, 90 f., 137, 340 f.,  
343, 362 ff., 409

**M**

Maas, Ingrid-Carolin 419  
Mai, Jürgen 32  
Maier, Bernhard Prof. Dr. 139  
Maisak, Petra Dr. 112 f.  
Malburg, Thomas 90  
Malter-Gnanou, Melanie 54  
Mandaba, Michael 318, 323  
Margolina, Marianna 198  
Marmit, Annette 450, 460  
Marra, Mario 283, 293, 296  
Marske, Roland 34, 37  
Martin, Andrea 84  
Martín, Javier 242 ff.  
Marx, Elisabeth 336  
Maslennikov, Viktoria 163 f.  
Mathieu, Bernd 170 f.  
Mathieu, Margareta 98  
Maue, Gabi 462  
Mbaho, Nelly 208  
Meiser, Astrid 235 ff., 435  
Meister-Paredes, Raquel 245  
Menzel, Arne 101, 145  
Merloni, Patrizio Dr. 434

Mertes-Jacob, Markus 370  
Merz, Sabine 98 f., 173, 380  
Mesarosch, Ferdinand 416  
Mettel, Michaela 119, 125  
Meurs, Sven 13, 50 f., 154, 362  
Meyer, Jürgen 28  
Meyer, Peter 417  
Meyer, Torsten 104 f., 289 ff., 414, 436, 467  
Miard-Delacroix, Héléne Prof. Dr. 43  
Michaltzik, Werner 33, 35, 370, 412 f., 431, 446 ff.  
Mohamad, Othman 351  
Möhler, Eva Prof. Dr. 66  
Mohra, Stefanie 91  
Mollenkopf, Heidrun 88  
Molter, Nicole 359  
Monzel, Ulrich 63  
Morawietz, Norbert 27  
Mörge, Christine 74, 451  
Morina, Christina Prof. Dr. 36  
Mühlbauer, Ute 172  
Mühlhahn, Klaus Prof. Dr. 36  
Müller, Annette 180, 204  
Müller, David 181  
Müller, Edgar Werner 44 f., 47, 368 ff., 382  
Müller, Jörg 412  
Müller, Julian 43  
Müller, Uwe 398  
Müller-Benecke, Mechthild 319  
Munz, Johannes 283

**N**

Nägler, Thomas 54  
Narimani, Morteza 256  
Nast, Thilo 209  
Neises, Patricia 453  
Nessler, Patrick 76 ff.  
Neu, Till Prof. Dr. 134  
Neukirch, Sabrina 160  
Neumeister, Mirjam Dr. 140  
Nicolay, Chantal 239, 344 f., 405 f.  
Niegel, Ingrid 92, 380  
Nikunen, Kirsi Kaarina 269  
Nilius, Gudrun 319  
Noack, Wolfgang 32 f.

**O**

Oehrlein, Evelyn 380  
Omlor, Beatrix 94 ff.  
Oppermann-Poupon, Josette 96  
Ossig, Ulrike Dr. 88  
Osthoff, Simone 244 f.

**P**

Pabst, Stefanie 425  
Pagnier, Arnaud 19, 154  
Palacios, Maria 243

Parduhn, Roswitha 160 f.  
Parlow, Tim 376  
Patanisi, Paolo 436  
Paul, Jenny 77  
Paulus, Ella 210  
Peil, Simone 259  
Pernice, Bobbye 232  
Pesch, Luzia 31  
Peters, Jörg 218  
Petersen, Stephanie Sabine 352  
Petit, Bernard 20  
Pfeil, Bernd 216, 408  
Philipp, Markus 18, 23, 25, 29 f.  
Pidoll-Champomier, Astrid 232  
Pilcher, Caroline 397  
Pörtner, Catherine 394  
Ptok, Ernest 353  
Pusceddu, Ilaria 249, 454

**Q**

Quinten, Larissa 383

**R**

Ra, Jino Dr. 172  
Rach, Daniela 407  
Ramelli, Sebastian 43, 364 f.  
Rammer, Ingo 214  
Ratius, Lukas 157 f.  
Rau, Katherine 231  
Rauch-Bernd, Elisabeth Dr. 105, 234 f., 237  
Rauer, Constantin Dr. 139  
Rebeck, Dagmar 379  
Rechid, Moustafa 255  
Redicker, Hildegard 255  
Redmann, Dirk 392, 431  
Reeck, Olaf 424  
Reichert, Oliver 199  
Reichert, Wendelin 375  
Reimann, Klaus 390  
Reis, Dittmar 428  
Reit- u. Voltgierverein St. Annual 191  
Restaurant Handelshof 219  
Ribic, Esther 88 f., 366  
Richner, Werner 157  
Ridder, Monique 272  
Rings-Kleer, Marita 372  
Rodenbusch, Klaus-Peter 394 f.  
Roessler, Thomas 17, 135 f., 145 f., 150, 152 ff.  
Rohr, Armin 139, 142, 147  
Roland, Jürgen 150 f., 271, 292, 307  
Rolshausen, Katharina 217  
Rolshausen, Martin 217  
Romano, Giovanni 203 ff., 407 f., 438 f., 464 f.  
Rommel-Jost, Manuela 458 f.  
Rossi, Maria Edvige 96 f., 226, 247  
Rouget, Gerhard 19 f., 111, 213 ff., 219 f., 236

DOZENTINNEN- UND DOZENTENREGISTER

Rousseau, Ralf 184  
Rubeck, Patrick 440  
Rüdenauer, Esther Dr. 214 f.  
Rupp, Birgit 424  
Rupprecht, Harald 195  
Ruschel, Josef 374, 383

**S**  
Sachsse, Rolf Prof. Dr. 152  
Sandmayer, Sibille 124, 127  
Sanzo, Robin-Jessica 62 f., 171, 204  
Sauder, Andreas 170, 422  
Sauer, Gabriele 19, 29  
Sauer, Ursula 385  
Saunus-Breyer, Annette 336  
Scazzari, Melanie 270, 280, 316  
Schadt, Markus Dr. 433  
Schäfer, Elke 399  
Schäfer, Klaus-Peter 90, 329, 375, 452  
Schambil, Harald 386  
Scheid, Tobias 77  
Scherer, Josef 438  
Scherer, Thomas 337  
Scherpelz, Malte 72 f., 322  
Scheuermann, Thorsten 293 f.  
Schiefer, Gernot Prof. Dr. 113 f.  
Schiffermüller, Hermann 282  
Schiller, Jochen Prof. Dr. 44  
Schlegel, Lisa 174  
Schmadel, Horst 386 f.  
Schmidt, Christoph M. Prof. Dr. Dr. 57  
Schmidt, Ekkehart 27  
Schmidt, Lidia 256  
Schmidt, Nicole 177  
Schmidt, Rainer 65 f.  
Schmidt, Stefanie 435  
Schmidt-Lenhard, Uschi 89, 131 f.  
Schmiedel, Barbara 454 f.  
Schmuck, Katharina StR 120 ff.  
Schnabel, Barbara 164, 455  
Schneeweiß, Reinhard 74, 76 f.  
Schneider, Bernd 393  
Schneider, Gerhard 155 f., 306 f.  
Schneider, Isabelle 417 f.  
Schneider, Kevin 130  
Schneider, Richard C. 44  
Schneider, Stefan 16  
Scholt, Yogi 25, 27  
Schon, Pamela 181  
Schönenberger, Armin 215 f.  
Schöpflin, Ernst Bartlin 26, 29 f.  
Schork, David 168 f., 186  
Schreiber, Patricia 188, 191  
Schreiner, Frank 197 f.  
Schuck, Karin 265  
Schuler, Dietmar Dr. 416

Schumacher, Margit 189, 406 f.  
Schumann, Lilly 117  
Schuster, Andrea 318  
Schütt, Nicolas 454  
Schütz, Petra 190  
Schwarz, Waltraud 437  
Schwarzkopf, Konrad PD Dr. 97 f., 172  
Schwarzwald, Bernhard 121  
Schwindling, Axel Dr. 417  
Sciascia, Domenico 215  
Seguí, Natalia 244 f.  
Seiler, Doris 93  
Serrière, Thomas 318, 321  
Seul, Martina 348, 407  
Sicurani, Catherine 239 f.  
Slotta, Delf 22, 24 f., 134, 329, 432  
Sold, Dirk 440  
Sommer, Natalia 187 f.  
Speicher, Ewald 82, 103  
Speicher, Mechthild 109, 116 f.  
Speicher, Tobias 373  
Spoo, Manfred 341  
Springer, Christine 189  
Spüntrup, Carolin Prof. Dr. 97, 171  
Steffen, Silke 228 f.  
Stein, Harald 122 ff.  
Stein, Meike 79, 131, 140  
Stephan, Roland 331  
Stoffer, Albert 394  
Stolzenberger-Kawada, Mayumi 254  
Stoye, Karina 181  
Strobel, Lothar 429, 439  
Strohschneider, Peter Prof. Dr. 45  
Strozzi, Riccardo 97, 226 f.  
Sude, Katrin 151  
Summkeller, Roland 374  
Sutor, Heike 204 f., 397  
Suttka, Bernd 213  
Sydow, René 41

**T**  
Tanzschule Bootz-Ohlmann 97, 170, 199 f.  
Ternes, Markus Ch. 281  
The GAP Project 121  
The Leiningerland Band 121  
Theis, Christiane 99 f.  
Thiel, Carsten-Tobias 332  
Thiel-Dirksen, Claudia Dr. 317 f., 320  
Thiele, Noline 237  
Toader, Harald 267  
Tomczyk, Thomas 376  
Tonnelier, Rose-Marie 238  
Tritz, Gisela 177  
Tschudy-Lonsdorfer, Claudia 359, 436 f.  
Tumminelli, Lilla 205 f., 420

**V**  
Ventura-Weber, Amanda 230, 417  
Verhoeven, Claudia 61, 64, 175 f., 311 f.,  
366 ff., 372, 450 f., 458 f.  
Volkmann, Henry 54, 70  
von Osterhausen, Ingrid 320, 323

**W**  
Wagner, Gerhard 228  
Wagner, Randolph 425 f.  
Wagner, Willi 287 f.  
Walla, Friederike 63  
Walstra, Kerst 111  
Walter, Markus 33  
Warken, Claudia 392  
Warkentin, Karl H. 158, 306  
Weber, Fred 17, 134 f., 325  
Weber, Marco 434  
Weber, Rolf 373, 377, 452  
Wehlen, Bernhard Dr. 18, 101 ff., 138 f., 415  
Weiland, Brigitte 455 f.  
Weidauer, Stephan 22, 35, 252 f., 255  
Weimar-Ehl, Theresia 433 f.  
Weinessiggrut Doktorenhof 219  
Weins, Christel Dr. 57, 168 f.  
Wenk, Gabi 55, 368  
Werle, Franz-Josef Pfarrer 446  
Wermke, Kathleen Prof. Dr. 62  
Werner, Anne-Marie Dr. 240  
Wielinski, Bartosz 43  
Wiemers, Patrick 292 f., 308  
Wiesen, Judith 342  
Wikelski, Martin Prof. Dr. 58  
Wilhelm, Susanne 61, 330  
Willaschek, Marcus Prof. Dr. 84  
Willems, Wolfgang 76, 78  
Witt, Gregor 50  
Wogrin, Steffen 34  
Wolf, Maria 424  
Woll, Tobias 297, 300

**Z**  
Zägel, Gerhard 288 f., 309 f., 320, 440 f.  
Zenner, Katja 390  
Zentraler Kommunaler Entsorgungsbetrieb  
(ZKE) 68 f.  
Zick, Herbert 31  
Ziegenbalg, Bob 93, 124  
Zimmer, Hans-Peter 376  
Zimmer, Heinz 31  
Zimmermann, Monika 336  
Zimmermann, Zippo 305  
Zinsmeister, Frank 307  
Zinsmeister, Deana 108  
Zoske, Robert M. Dr. 41

## 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. In Ausnahmefällen ist eine Anmeldung auch telefonisch möglich.

Die Anmeldung erfolgt grundsätzlich online über die Homepage der vhs. Sie kann auch persönlich beim Zentralen Service, schriftlich per Post oder Fax erfolgen. Anmeldungen zu kostenlosen Veranstaltungen können per Email mit Angabe der Kursnummer 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.

Bei allen Koch- und Degustationskursen ist zu beachten, dass die Lebensmittelkosten, Umlagen für Weine, etc ... am

Kursabend von dem/der Kursleiter/in gesondert erhoben werden. Ein Fernbleiben ohne Abmeldung, verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr zzgl. der Lebensmittelkosten. Die Abmeldung zum Kurs ist bis zwei Tage vor Kursbeginn möglich.

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. Für die Rückerstattung ist die Übermittlung der Bankverbindung aus datenschutzrechtlichen Gründen zwingend notwendig.

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,

## ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 werden bei Online-Anmeldung über die Homepage der vhs mittels Online-Zahlung geleistet.

Mit der Online Anmeldung/Bezahlung per Bankeinzug erteilen Sie die zur SEPA-Basislastschrift erforderliche Ermächtigung und Anweisung. Das SEPA-Lastschriftmandat ist unbefristet gültig und jederzeit widerrufbar. Ihre Anmeldebestätigung erhalten Sie per Email. Kosten einer gescheiterten Abbuchung gehen zu Lasten des Kursteilnehmers.

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

In Ausnahmefällen kann die Bezahlung der Kursgebühr per Überweisung getätigt werden. Überweisungen **müssen** innerhalb einer Woche nach Anmeldung erfolgen.

Bei *ermäßigungsfähigen Kursen* (gesonderte Kennzeichnung der Kursgebühren) erhalten SchülerInnen, StudentenInnen – nicht Fernstudium, Seniorenstudium und berufsbegleitende Studiengänge, Auszubildende, Empfänger von Leistungen des SGB II, SGB XII, AsylbLG, Inhaber der Ehren-

amtskarte und Freiwilligendienstleistende 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 schriftlich bekannt zu geben.

### 7. Bescheinigung

Anmelde- und/oder Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch ausgestellt und beim Zentralen Service persönlich abgeholt, per Email als PDF zugesandt 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  
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 dazugehörendem Gelände der vhs ist die Hausordnung zu beachten. Wir bitten, die Räume sauber zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu nutzen.

### 11. Schlussbestimmung

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

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Regionalverband Saarbrücken, Altes Rathaus, Am Schlossplatz 1, 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. Cambridgelder 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 bzw. erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags 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**

## Verbindliche Anmeldung mit Zahlungsverpflichtung

bei der vhs Regionalverband Saarbrücken  
Altes Rathaus | Schlossplatz 1  
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. Die Abmeldung zu Koch- bzw. Degustationskursen ist bis zwei Tage vor Kursbeginn möglich.

- per Barzahlung/EC-Zahlung**  
möglich innerhalb einer Woche nach Anmeldung im Zentralen Service der vhs
- per Überweisung**  
innerhalb einer Woche nach Anmeldung
- per Lastschrift**  
Bitte das Lastschriftmandat auf der Rückseite unterschreiben und per Post/per Fax/per Mail 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: SAKSDE55XXX**

### 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:  
\_\_\_\_\_
- StudentIn Uni oder Fachhochschule (kein Senioren- oder Fernstudium und keine berufs begleitenden Studiengänge)
- Bürgergeld
- Ehrenamtskarte
- Arbeitslosengeld I (nur bei Sprachkursen, Kursen der beruflichen Weiterbildung, Kreativkursen)
- Grundsicherung
- SozialCard
- Bundesfreiwilligendienst/FSJ/FÖJ

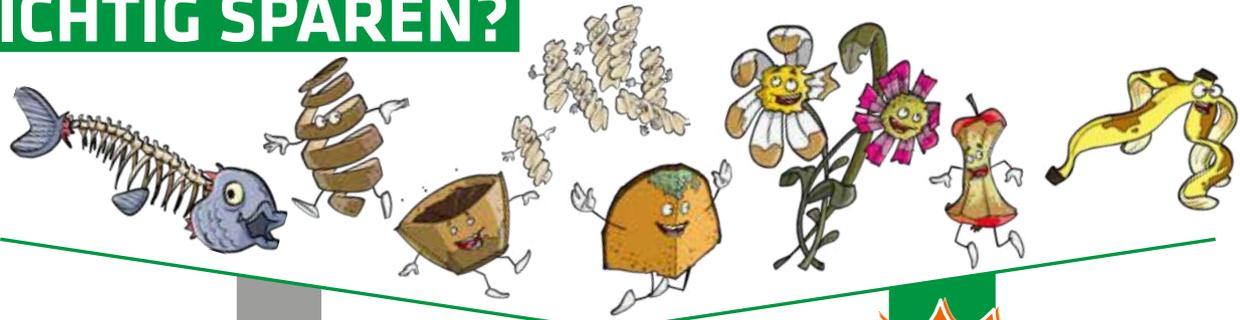
*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung der vhs Regionalverband Saarbrücken an und bin mit der elektronischen Erfassung und Speicherung meiner personenbezogenen Daten für Anmeldung und Gebührenerhebung einverstanden.*

Datum und Unterschrift





# MIT KAFFEESATZ & KARTOFFELSCHALEN RICHTIG SPAREN?



**33**  
Cent/kg



**19**  
Cent/kg



## DIE BIOTONNE

**eine rundum gute Sache für Ihren Geldbeutel und unser Klima!**

Wer Küchen- und Gartenabfälle über die Biotonne entsorgt, schützt die Umwelt und fördert die Gewinnung erneuerbarer Energie in Form von Biogas. Hauseigentümerinnen und -eigentümer sowie Hausverwaltungen mit Zugang zu den ZKE-Internetdiensten können die neue Biotonne direkt online bestellen.



Infos und Bestellung:  
0681/905-2000  
[www.zke-sb.de/biotonne](http://www.zke-sb.de/biotonne)

**ZKE**  
IHR ENTSORGER



# Über Kredite sprechen? Besser mit uns.

**Der Sparkassen-  
Privatkredit  
mit Top-Beratung.**

[sk-sb.de/privatkredit](https://sk-sb.de/privatkredit)



**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Saarbrücken