

Anmeldeadresse

Soweit bei den Kursangeboten im Programmteil der Außenstelle Dissen keine andere Anmeldeadresse vermerkt ist, richten Sie Ihre schriftliche Anmeldung bitte an das:

Bitte benutzen Sie die eingehafteten Anmeldevordrucke. Aus organisatorischen Gründen können nur schriftliche Anmeldungen berücksichtigt werden. Aus Kostengründen erfolgen keine Anmeldebestätigungen.

Bürgerbüro Dissen a.T.W.
Stievenstraße 1
49201 Dissen a.T.W.

Mitarbeiter:

■ **Michael Hirsch**
Tel.: (0 54 21) 303-115
Fax: (0 54 21) 303-363
E-Mail: hirsch@dissen.de

Mitarbeiterin:

■ **Petra Schäfer**
Tel.: (0 54 21) 303-118
Fax: (0 54 21) 303-363
E-Mail: schaefer@dissen.de

BAYERISCHE SCHLÖSSERTOUR MIT DER VHS IN DISSSEN

In der Zeit vom 14. 8. 2012 bis 19. 8. 2012 wird die VHS in Dissen eine Studienreise mit dem Bus zu den bayerischen Königsschlössern anbieten. Ziele sind unter anderem das Allgäu mit den Schlössern Neuschwanstein und Hohenschwangau sowie die Schlösser Linderhof, Herrenchiemsee, Nymphenburg und die Münchener Residenz. Untergebracht sind Sie in guten Hotels in Füssen und München.

Ausführliche Informationen und Anmeldeunterlagen erhalten Sie bei der VHS in Dissen, Michael Hirsch, Stievenstr. 1, 49201 Dissen a.T.W., Tel. 0 54 21/3 03-115 oder unter hirsch@dissen.de.



JUNGE VHS

R09 0202

Malen bei Gaby

Für Jugendliche

Kreativität und Phantasie sind ganz besondere Schätze unserer Kinder, die gefunden und gefördert werden sollen. Ich möchte Dich dazu einladen sie (mit Dir) zu finden! Wir werden mit Aquarell- und Acrylfarben und Pastellkreide arbeiten. Auch das Zeichnen soll erlernt werden. Mit verschiedenen Maltechniken und -kombinationen werden wir ein kleines Kunstwerk erstellen. So entwickeln wir Dein ganz eigenes Bild – Du kannst stolz auf Dich sein. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bringt vorhandenes Material mit. Um Fehlkäufe zu vermeiden, sollten Neuanschaffungen erst nach Absprache mit der Dozentin erfolgen. Zurzeit stehen noch Acrylfarben kostenlos zur Verfügung. Leinwände können preiswert bei der Dozentin erworben werden.

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Mo., 16. April 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Mo., 18:30–20:00 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0203

Malen bei Gaby

Für Kinder ab 6 Jahren

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Mi., 18. April 2012, 15:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Mi., 15:30–17:00 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0204

Malen bei Gaby

Für Kinder ab 9 Jahren

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Mi., 18. April 2012, 17:00 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Mi., 17:00–18:30 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0205

Malen bei Gaby

Für Jugendliche

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Mi., 18. April 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Mi., 18:30–20:00 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0206

Malen bei Gaby

Für Kinder ab 6 Jahren

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Do., 19. April 2012, 15:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Do., 15:30–17:00 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0207

Malen bei Gaby

Für Kinder ab 9 Jahren

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Do., 19. April 2012, 17:00 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Do., 17:00–18:30 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0208

Malen bei Gaby

Für Jugendliche

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Do., 19. April 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Do., 18:30–20:00 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung



POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT

R09 0101

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Vieles kann zu einer Betreuungsbedürftigkeit führen. Wie kann für einen solchen Fall vorgesorgt werden, damit eine nahestehende Person die rechtliche Vertretung übernimmt und nicht ein Fremder? Sie lernen rechtliche Möglichkeiten der eigenverantwortlichen Regelung kennen (Generalvollmacht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Gesundheitsvollmacht), sowie die grundlegenden Inhalte der rechtlichen Betreuung, die eintritt, wenn Personen keine verbindliche Regelung für sich getroffen haben.

Leitung: Dietmar Moritz
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Termin: Mo., 23. April 2012, 19:00–21:15 Uhr
Entgelt: € 6; keine Ermäßigung

R09 0102

Abschied mit Scheinen?

- Kündigung und Abfindung -

Ein Rechtsanwalt und Fachanwalt für Arbeitsrecht informiert schwerpunktmäßig über die Beendigung des Arbeitsverhältnisses durch Kündigung, Befristung und Auflösungsvertrag. Er gibt einen Überblick und Hilfestellungen für Arbeitnehmer und Arbeitgeber, um die vielfältigen Fragen beantworten zu können, die in diesem Rechtsgebiet auftreten. Ferner gibt er rechtliche Tipps zu folgenden Themen: Urlaub, Krankheit, Teilzeitarbeit, Abfindungen und Arbeitslosengeld.

Leitung: Rainer Muth
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 8. Mai 2012, 19:30 Uhr
Dauer: 2 Termine, je Di., 19:30–21:00 Uhr, 4 UE
Entgelt: € 10; keine Ermäßigung

R09 0103

Plattdeutsch für Anfänger

Grundkurs

Anhand von Beispielen aus dem Alltagsleben und der Handwerkskultur im Osnabrücker Land wird in diesem Kurs eine Einführung in den Gebrauch der plattdeutschen Sprache gegeben. Die Vermittlung von Grundwörtern und Ausspracheübungen bilden wesentliche Inhalte des Grundkurses. Außerdem wird die plattdeutsche Sprache in Schrift vermittelt.

Leitung: Elisabeth Benne
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 23. Feb. 2012, 20:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Do., 20:00–21:30 Uhr, 20 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0104

Plattdeutsch für Anfänger III

Vorgestellte Beispiele aus dem Alltagsleben, dem Brauchtum und der Handwerkskultur im Osnabrücker Land helfen den Teilnehmenden Plattdeutsch sprechen zu lernen; im Grundkurs erworbene oder bereits vorhandene Kenntnisse werden aufgefrischt. Die Vermittlung von Grundwörtern und Redensarten sowie gezielte Ausspracheübungen im Kurs erleichtern die Anwendung der plattdeutschen Sprache. Zudem werden einfache Grundlagen für die Verwendung der plattdeutschen Sprache in Schriftform eingeübt.

Leitung: Elisabeth Benne
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 23. Feb. 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Do., 18:30–20:00 Uhr, 20 UE
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung

R09 0105

Schimmelpilz in der Wohnung – erkennen und vermeiden

Schimmelpilz in der Wohnung. Das ärgert nicht nur die Bewohner, sondern auch den Hausbesitzer. Schimmelpilze können nicht nur zu Schäden am Mauerwerk führen, sie können sich auch negativ auf das Raumklima auswirken und die Gesundheit der Bewohner beeinträchtigen. Warum das so ist und wie man sich dagegen schützen kann, wird im Vortrag thematisiert, der auch auf die rechtlichen Aspekte für Mieter und Vermieter in diesem Zusammenhang eingeht. Mit Tipps zur Vorsorge und Vermeidung.

Leitung: Ralf Holtrup
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Termin: Mi., 15. Feb. 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 6; keine Ermäßigung



KULTUR
GESTALTEN

R09 0201

Goldschmiedekurs

Die Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, den Beruf des Goldschmiedes kennenzulernen und unter Anleitung ein Schmuckstück (z.B. Brosche, Anhänger, Ohrschmuck oder Ring) für sich herzustellen.

Mitzubringen: Kittel, falls vorhanden: Feilen, Schmirgelpapier und kleiner Hammer. Sonstige Materialien werden von der Kursleiterin mitgebracht.

Leitung: Karin Renz
Ort: Dissen, Realschule, Werkraum, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 15. Feb. 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Mi., 18:30–21:30 Uhr, 24 UE
Entgelt: € 54 zzgl. Materialkosten

IHRE MEINUNG IST UNS WICHTIG

Jeder Bildungsträger lebt von Veränderungen, sei es in der kundenorientierten Angebotsvielfalt oder in der individuellen Gestaltung eines jeden Kurses. Die Attraktivität des Bildungsangebotes im Osnabrücker Land wächst mit Ihren Ideen und Anregungen.

Nutzen Sie Ihre Mitgestaltungsmöglichkeiten. Teilen Sie uns Ihre Wünsche mit. **E-Mail an vhs@LKOS.de.**

R09 0209

Aquarellmalerei

In diesem Kurs sollen vorhandene Kenntnisse in der Aquarellmalerei vertieft, aber auch Grundlagen individuell vermittelt werden. Egal, ob in zarten oder kräftigen Farben gemalt wird, spontane Farbverläufe oder gezielt Farbe und Form eingesetzt werden – in der Aquarellmalerei hat alles einen ganz besonderen Reiz. Auf Vorskizze, Farbmischübungen, Bildaufbau und Bildkomposition wird individuell eingegangen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen: Aquarellfarben und -papier, Pinsel, Bleistift, Stofflappchen, kleines Naturschwämmchen, Wasserbehälter

Leitung: Brigitte Knehans
Ort: Dissen, Realschule, Raum 24, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 15. Feb. 2012, 19:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Mi., 19:00–21:15 Uhr, 18 UE
Entgelt: € 45

R09 0210

Aquarellmalerei

Leitung: Brigitte Knehans
Ort: Dissen, Realschule, Raum 24, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 2. Mai 2012, 19:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Mi., 19:00–21:15 Uhr, 18 UE
Entgelt: € 45

R09 0211

Acrylmalerei am Wochenende

An diesem Wochenende werden wir uns intensiv mit der Acrylmalerei beschäftigen. Alles was Spaß macht ist erlaubt! Materialien wie Stoff, Wellpappe, Papier u.a. können im Bild verwendet werden. Mit Pinsel, Spachtel oder auch Fingern können Sie eine besondere Oberfläche schaffen. Es kann abstrakt oder gegenständlich gearbeitet werden. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Mitzubringen: Arbeitskleidung, Acrylfarben, eher größere Tuben bzw. Flaschen, z.B. von Boesner (schwarz, weiß, rot, blau, grün, gelb müssen sein); dicke, stabile Pappe oder Keilrahmen mind. 40x60 cm; flache Borstenpinsel unterschiedlicher Stärke, runde Pappsteller als Paletten, größere Wassergläser, Stofflappen, Wachstischdecke als Unterlage, Arbeitskleidung. Wer hat, kann auch gerne seine Staffelei mitbringen. Bitte denken Sie an Proviant für die Mittagspause.

Leitung: Brigitte Knehans
Ort: Dissen, Lernstandort Noller Schlucht, Rechenbergstraße 100

Beginn: Fr., 11. Mai 2012, 19:00 Uhr
Dauer: Fr., 19:00–21:15 Uhr, Sa., 10:00–17:00 Uhr, So., 10:00–15:00 Uhr
Entgelt: € 42 zzgl. Materialkosten

R09 0212

Acrylmalerei am Wochenende

Leitung: Brigitte Knehans
Ort: Dissen, Lernstandort Noller Schlucht, Rechenbergstraße 100

Beginn: Fr., 6. Juli 2012, 19:00 Uhr
Dauer: Fr., 19:00–21:15 Uhr, Sa., 10:00–17:00 Uhr, So., 10:00–15:00 Uhr
Entgelt: € 42 zzgl. Materialkosten

R09 0213

Die Mischung macht's

Farben selbst herstellen
- Wochenendseminar -

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die wie die „alten Meister“ mit selbst hergestellten Farben experimentieren und malen möchten. Der Vorteil ist, dass man großen Einfluss auf Farbdichte und Konsistenz hat und zwischen diversen Malmitteln (Grundmasse, die aus Farbpigmenten eine vermalbare Paste macht) wählen kann. Unterschiedliche Rezepte (Kasein- u. Ei-

tempera, Roggenmehlekleister usw.) werden vorgestellt u. erprobt. Ziel ist es, dass jeder ein Bild mit dem „Mittel seiner Wahl“ fertigstellt.

Mitzubringen: Holzplatte (z.B. Multiplex 30x50 cm), Leinwand (30x50 cm oder größer), alte Wachstuchdecke als Unterlage, Arbeitskleidung, Borstenpinsel untersch. Größe, Tesakrepp, Stofflappen, leere Marmeladengläser mit Deckel, Pappsteller, Proviant für die Mittagspause.

Leitung: Brigitte Knehans
Ort: Dissen, Lernstandort Noller Schlucht, Rechenbergstraße 100

Beginn: Fr., 15. Juni 2012, 19:00 Uhr
Dauer: Fr., 19:00–21:15 Uhr, Sa., 10:00–17:00 Uhr, So., 10:00–16:00 Uhr
Entgelt: € 45 zzgl. Materialkosten (ca. 12 €)



R09 0214

Offene Kunstwerkstatt am Vormittag

Der Kurs gibt Ihnen die Gelegenheit, in Zusammenarbeit mit anderen Kursteilnehmer/innen Ihren eigenen Stil kennenzulernen oder weiterzuentwickeln und andere Materialien sowie Techniken in der Malerei zu erlernen. Zum Arbeiten können neben Acryl- und Aquarellfarben auch Kreide oder Stifte zum Einsatz kommen. Darüber hinaus ist uns jedes Kunsterlebnis (Holz, Speckstein oder auch Filzarbeiten nach Absprache mit den Kursteilnehmern) willkommen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen: vorhandenes Material. Um Fehlkäufe zu vermeiden, sollten Neuanschaffungen erst nach Absprache mit der Dozentin erfolgen. Zurzeit stehen noch Acrylfarben kostenlos zur Verfügung. Leinwände können preiswert bei der Dozentin erworben werden.

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 10. Jan. 2012, 9:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 9:00–12:00 Uhr, 40 UE
Entgelt: € 100 zzgl. Materialkosten; keine Ermäßigung

R09 0215

Offene Kunstwerkstatt am Abend

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 10. Jan. 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 18:30–21:30 Uhr, 40 UE
Entgelt: € 100 zzgl. Materialkosten

R09 0216

Offene Kunstwerkstatt am Vormittag

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 17. April 2012, 9:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 9:00–12:00 Uhr, 40 UE
Entgelt: € 100 zzgl. Materialkosten

R09 0217

Offene Kunstwerkstatt am Abend

Leitung: Gaby Placke,
Wolfgang Placke

Ort: Dissen,
Kunstwerkstatt Placke,
Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 17. April 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 18:30–21:30 Uhr, 40 UE
Entgelt: € 100 zzgl. Materialkosten

R09 0218

Nanas aus Pappmachee

- Wochenendseminar -

Viele kennen sie... die Nanas der französischen Künstlerin Niki de Saint Phalle. Die farbenfrohen Figuren lassen sich leicht aus Draht und Pappmachee herstellen und bunt anmalen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Am Ende des Kurses kann jede/r seine/ihre fertige Figur mit nach Hause nehmen. Am 29. Juni 2012 findet ein Informationsabend zur genauen Absprache des Kursverlaufes und zur Materialbesprechung statt. Weitere Kurstermine: 6. 7., 7. 7. und 14. 7. 2012

Leitung: Gaby Placke,
Wolfgang Placke

Ort: Dissen,
Kunstwerkstatt Placke,
Frankfurter Str. 226

Beginn: Fr., 29. Juni 2012, 18:30–20:00 Uhr:
Informationsabend
Dauer: Fr., 6. Juli, 18:30–22:15 Uhr,
Sa., 7. Juli, 9:30–17:00 Uhr und
Sa., 14. Juli 2012, 9:30–17:00 Uhr
Entgelt: € 62,50 Materialkosten

R09 0219

Hühner und Hasen aus Pappmaché

für junge und jung gebliebene Teilnehmer/innen

- Wochenendseminar -

Am 2. 3. 2012 findet um 18:30 Uhr ein Informationsabend zur genauen Absprache des Kursverlaufes und zur genauen Materialbesprechung statt. Weitere Termin: 9. 3., 10. 3. und 17. 3. 2012.

Leitung: Gaby Placke,
Wolfgang Placke

Ort: Dissen,
Kunstwerkstatt Placke,
Frankfurter Str. 226

Beginn: Fr., 2. März 2012, 18:30–20:00 Uhr:
Informationsabend
Dauer: Fr., 9. März, 18:30–21:30 Uhr,
Sa., 10. März 9:00–12:00 Uhr und
Sa., 17. März 2012, 9:00–17:30 Uhr
Entgelt: € 50 zzgl. Materialkosten

R09 0220

(Digitale) Fotografie für Einsteiger/innen

Dieser Kurs wendet sich an Fotointeressierte mit einer Bridge- oder Spiegelreflexkamera. Der Kurs vermittelt theoretische und praktische Grundkenntnisse der Fotografie, z.B. Belichtungszeiten, Blende, ISO und allgemeine Kameraeinstellungen, sowie Bildbesprechungen und einen kurzen Einstieg in die Bildbearbeitung. Ein Kurs für alle, die Spaß an der Fotografie haben und mehr über die kreativen Möglichkeiten ihrer Kamera jenseits der Motivprogramme lernen möchten. Die Abschlussbesprechung am Mittwoch findet in der Realschule, Raum 18 statt. Weitere Termine: 17. 3. und 21. 3. 2012

Leitung: Dirk Laermann
Ort: Dissen, Heimatstube Dissen,
Versammlungsraum, Rosinenstr. 18

Beginn: Fr., 16. März 2012, 19:00 Uhr
Dauer: Fr., 19:00–21:15 Uhr, Sa., 9:00–17:30 Uhr und
Mi., 19:00–21:15 Uhr 16 UE
Entgelt: € 40 zzgl. Materialkosten (€ 2)

R09 0221

Wachslaternen – eine tolle Beleuchtung, die Stimmung schafft

Serviettentechnik der „anderen Art“ auf Wachs

Zaubern Sie mit Ihrer Wachslaterne ein ganz besonderes Raumambiente. Ein Teelicht verleiht dem Motiv Lebendigkeit. In diesem Kurs werden Wachslaternen mit Serviettentechnik verziert. Das Aufbringen des Motivs erfolgt durch das Verschmelzen mit dem Wachs. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Die Technik ist für jedermann schnell erlernbar, fördert die Kreativität und vermittelt eine neuartige Form der Serviettentechnik. Lassen Sie sich entführen in eine ganz besondere „Welt aus Wachs“.

Eigene Servietten können gerne mitgebracht werden.

Leitung: Carmen Sofke
Ort: Dissen, Realschule, Werkraum,
Lerchenstraße 8

Termin: Di., 6. März 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 9 zzgl. Materialkosten; keine Ermäßigung

R09 0222

Wachslaternen – eine tolle Beleuchtung, die Stimmung schafft

Serviettentechnik der „anderen Art“ auf Wachs

Leitung: Carmen Sofke
Ort: Dissen, Realschule, Werkraum,
Lerchenstraße 8

Termin: Mi., 11. Juli 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 9 zzgl. Materialkosten; keine Ermäßigung

R09 0223

Typberatung

Eine Designerin berät Sie zu Frisur, Make-up, Figur und Farbe. Fotos von geeigneten Frisuren und Farbproben können die Teilnehmerinnen mitnehmen.

Leitung: Silvia Zschockelt
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26,
Lerchenstraße 8

Termin: Di., 14. Feb. 2012, 19:00–21:15 Uhr
Entgelt: € 9; keine Ermäßigung



Hinweis zur Bezuschussung von Gesundheitskursen durch die Krankenkassen

Ein Teil der Gesundheitskurse wird von den Krankenkassen als Primärprävention gem. § 20 SGB V anerkannt. Auskünfte zur Erstattung von Kursentgelten holen Sie bitte individuell bei Ihrer Krankenkasse ein.

R09 0301

„Richtig“ sehen am Bildschirmarbeitsplatz

Ist der „Sehstress“ am Computer zu vermeiden?

Unsere Augen sind von Natur aus nicht für lang andauernde Sehaufgaben in der Nähe ausgelegt. Dennoch verbringen wir viele Stunden vor dem PC. Das hat Folgen: von Kopfschmerzen über Verspannungen bis zu unscharfen Bildern und nachlassender Leistungsdauer. Was kann man tun? Im Kurs erfahren Sie, was Sehen überhaupt ist und mit welchen einfachen Übungen man die Augen bei der Bildschirmarbeit entlasten kann.

Bei Vorliegen einer Augenerkrankung bitte vorab das Einverständnis Ihres Augenarztes einholen!

Leitung: Christiane Schneider
Ort: Dissen, Realschule, Raum 19,
Lerchenstraße 8

Termin: Do., 8. März 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 7,50; keine Ermäßigung

R09 0302

Lesen ist doof ...?!

Visualtraining – sieht Ihr Kind wirklich richtig?

Lern-Lese-Schwierigkeiten, mangelnde Konzentration, extrem kurzer Arbeitsabstand, evtl. auch auffälliges Sozialverhalten, das alles können Anzeichen visueller Wahrnehmungsstörungen sein. Ein falsch erlerntes Sehverhalten wird trotz seiner schwerwiegenden Folgen oft nicht erkannt. Wie kann ich feststellen, ob mein Kind „richtig“ sieht und wie kann ich helfen? Was ist Funktionaloptometrie bzw. Visualtraining und wie funktioniert es?

Leitung: Christiane Schneider
Ort: Dissen, Realschule, Raum 19,
Lerchenstraße 8

Termin: Do., 15. März 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 7,50; keine Ermäßigung



R09 0303

Die Übersäuerung des Menschen

Ein oft unterschätztes Problem

- Vortrag -

Im gesunden Organismus sollen Säuren und Basen in einem ausgewogenen Verhältnis stehen. Fehlernährung, Stress und seelisches Ungleichgewicht führen dazu, dass wir fast alle übersäuern. Die Übersäuerung kann von der Einschränkung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit bis hin zu ersten Erkrankungen führen, wie z. B. Rückenschmerzen, Rheuma, Arthrose, Durchblutungsstörungen, Migräne u.a. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, vorhandene Säuren abzubauen und die Neubildung zu vermeiden.

Leitung: Martina Arlt
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18,
Lerchenstraße 8

Termin: Mi., 14. März 2012, 19:00–22:00 Uhr
Entgelt: € 10; keine Ermäßigung

R09 0304

Fußreflexzonenmassage

Zur Anregung der Selbstheilungskräfte

Am Fuß sind jedem Organ und jedem Körperabschnitt bestimmte Zonen zugeordnet. Daher kann eine Massage der Füße den Organismus positiv beeinflussen. Im Kurs werden in gemütlicher Atmosphäre die Verbindungen der Reflexzonen zum Körper aufgezeigt.

Mitzubringen: bequeme, warme Kleidung, eine Decke, dicke Socken, ein kleines Kissen, ein Badetuch als Unterlage für die Knie und Buntstifte

Leitung: Martina Arlt
Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b
Termin: Sa., 17. März 2012, 9:00–14:15 Uhr
Entgelt: € 18 zzgl. Materialkosten; keine Ermäßigung

R09 0305

Wickel, Auflagen und Kompressen

Vorstellung alter Hausmittel (z.B. Wadenwickel, Zwiebelsocke) und Anwendungen aus der Erfahrungsheilkunde, die Linderung verschaffen bei Erkältungskrankheiten, Verdauungsproblemen und Befindlichkeitsstörungen. Verwendung finden ausschließlich Hilfsmittel aus Haushalt und Garten, wie z.B. Salz, Heilkräuter oder Schmalz. Neben dem verantwortungsvollen Umgang mit Wickeln, Auflagen und Kompressen werden verschiedene Techniken und Richtlinien zur Anwendung heißer und kalter Wickel vermittelt.

Leitung: Britta Mannertz
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Termin: Mo., 12. März 2012, 19:30–21:45 Uhr
Entgelt: € 7,50; keine Ermäßigung

R09 0306

Hatha-Yoga

Üben in gelassener Achtsamkeit

Die Kombination aus Körperhaltung und Bewegung bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, den Körper zu kräftigen und Verspannungen zu lösen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte oder eine Decke

Leitung: Veronica Petersdorf
Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b
Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 17:30 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Mo., 17:30–19:00 Uhr, 20 UE
Entgelt: € 50; keine Ermäßigung

R09 0307

Hatha-Yoga

Üben in gelassener Achtsamkeit

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte oder eine Decke

Leitung: Veronica Petersdorf
Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b
Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 19:15 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Mo., 19:15–20:45 Uhr, 20 UE
Entgelt: € 50; keine Ermäßigung

R09 0308

Tai Chi und Qi Gong –

Die Heilkraft der Bewegung

Tai Chi und Qi Gong sind durch ihre fließenden und sanften Bewegungen ein guter Weg, die Gesundheit zu fördern und körperlich und geistig zu entspannen. Die langsamen Bewegungen machen die Gelenke frei und flexibel, stabilisieren die Wirbelsäule und wirken kräftigend und ausgleichend auf die Muskulatur. Schulung des Körperbewusstseins, Atemübungen, Entspannung und Heilgymnastik sind wesentliche Aspekte. Im Mai findet der Kurs nicht statt!

Mitzubringen: bequeme Kleidung und eine Decke

Leitung: Dieter Lodde
Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b
Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mo., 18:00–19:30 Uhr, 24 UE
Entgelt: € 66; keine Ermäßigung



R09 0309

Wirbelsäulengymnastik

Zur Vorbeugung von Rücken- und Bandscheibenbeschwerden werden spezielle gymnastische Übungen durchgeführt und Verhaltensweisen für das tägliche Leben bei Rückenbeschwerden vermittelt. Diese Verhaltensgrundregeln sind wichtig, um zu einer Entlastung der Wirbelsäule zu gelangen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung und eine Decke

Leitung: Angelika Hornung
Ort: Dissen, Neue Dreifachsporthalle, Bergstraße 8

Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 19:15 Uhr
Dauer: 14 Termine, je Mo., 19:15–20:15 Uhr, 19 UE
Entgelt: € 48; keine Ermäßigung

R09 0310

Aquafitness

Die Übungen der Wassergymnastik zielen auf die Kräftigung der Arm- und Rückenmuskulatur, Dehnung in Hüft- und Kniegelenken, Kräftigung der Bein- und Bauchmuskulatur. Der Kurs ist geeignet für jedes Alter; bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen bitte vor Anmeldung den Rat Ihres Arztes einholen! Der Hallenbadeintritt ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Leitung: Iris Kinzig
Ort: Dissen, Hallenbad, Multifunktionsbecken, Bergstr. 6

Beginn: Fr., 3. Feb. 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Fr., 18:00–18:45 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 57; keine Ermäßigung

R09 0311

Aquafitness

Der Hallenbadeintritt ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Leitung: Iris Kinzig
Ort: Dissen, Hallenbad, Multifunktionsbecken, Bergstr. 6

Beginn: Fr., 3. Feb. 2012, 18:45 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Fr., 18:45–19:30 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 57; keine Ermäßigung

R09 0312

Wassergymnastik 55+ für Sie und Ihn

Der Kurs beinhaltet ein gelenkschonendes Training im Wasser, das konditionelle und koordinative Übungen mit und ohne Geräte/n zur Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Kräftigung der Muskulatur vorsieht. Bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen holen Sie bitte vor Anmeldung den Rat Ihres Arztes ein.

Der Hallenbadeintritt ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Leitung: Juliane Brinkmeyer
Ort: Dissen, Hallenbad, Multifunktionsbecken, Bergstr. 6

Beginn: Do., 9. Feb. 2012, 17:15 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Do., 17:15–18:00 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 57; keine Ermäßigung

R09 0313

Wassergymnastik 55+ für Sie und Ihn

Der Hallenbadeintritt ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Leitung: Juliane Brinkmeyer
Ort: Dissen, Hallenbad, Multifunktionsbecken, Bergstr. 6

Beginn: Do., 9. Feb. 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Do., 18:00–18:45 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 57; keine Ermäßigung

R09 0314

Männer kochen gut!

Internationale Gerichte und Rezepte aus der deutschen Küche unter Verwendung verschiedener Beilagen, Vor- und Nachspeisen sowie Salate. Weitere Termine: 29. Februar; 18. April und 6. Juni 2012.

Mitzubringen: evtl. Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Kostproben

Leitung: Elke Mathlage
Ort: Dissen, Realschule, Küche, Lerchenstraße 8
Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 4 Termine, je 18:30–21:30 Uhr, 16 UE
Entgelt: € 36 zzgl. Lebensmittelumlage

R09 0315

Alles Hack, oder was?

Ein Grundprodukt mit 1000 verschiedenen Rezepten

Beim Auftischen von Hackfleisch jeder Art gibt es garantiert am Tisch nur lachende Gesichter. Freuen Sie sich auf vergessene Gerichte, zeitgemäß im neuen Gewand, wie z.B. „Königsberger Klopse“ oder eine „Moussaka“, die uns den letzten Urlaub in Griechenland nicht vergessen lässt. Sie dürfen gespannt sein! Laktose- und Glutenintoleranz können berücksichtigt werden. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Mitzubringen: evtl. Schürze, Messer, Behälter für Kostproben, Geschirrtuch

Leitung: Ulla Abraham
Ort: Dissen, Realschule, Küche, Lerchenstraße 8
Termin: Di., 7. Feb. 2012, 18:30–21:30 Uhr
Entgelt: € 10 zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

R09 0316

Jetzt werden die „Taschen“ voll gepackt!

Leckerer Kochen ist keine Hexerei

An diesem Abend füllen wir Schnitzel, Koteletts, Blätterteig, Nudelteig herzhafte oder süß. Wir verarbeiten saisongemäß den Inhalt eines guten, gesunden Einkaufskorbs. Sie lernen auf unterhaltsame Art und Weise die Grundlagen der gutbürgerlichen deutschen Küche mit frischen Zutaten kennen. Vielleicht finden Sie in diesem Kurs auch Mutters vergessene Leckereien wieder! Laktose- und Glutenintoleranz können berücksichtigt werden. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Mitzubringen: evtl. Schürze, Messer, Behälter für Kostproben, Geschirrtuch

Leitung: Ulla Abraham
Ort: Dissen, Realschule, Küche, Lerchenstraße 8
Termin: Di., 20. März 2012, 18:30–21:30 Uhr
Entgelt: € 10 zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

R09 0317

Bei uns ist alles gut gewickelt!

Kochen mit Spaß!

An diesem Abend wickeln, würzen, brutzeln und braten wir von der Kohlroulade über die Lammrolle bis zur Sauerkrautroulade alles, was gut und lecker ist. Sie lernen die Grundlagen der gutbürgerlichen Küche kennen. Auf unterhaltsame Art und Weise bekommen Sie Tipps und Tricks, um schon bald raffinierte und leckere Gerichte selbst zuzubereiten. Laktose- und Glutenintoleranz können berücksichtigt werden. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Mitzubringen: evtl. Schürze, Messer, Behälter für Kostproben, Geschirrtuch

Leitung: Ulla Abraham
Ort: Dissen, Realschule, Küche, Lerchenstraße 8
Termin: Di., 8. Mai 2012, 18:30–21:30 Uhr
Entgelt: € 10 zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung



Die Volkshochschule Osnabrücker Land sucht **Dozenten/innen für Gesundheitskurse**. Information unter **Tel. 0541/501-7777**.

R09 0318

Der Beginn einer kochenden Leidenschaft

Kochkurs für Anfänger/innen mit Gelinggarantie

Möchten Sie endlich kochen lernen? Dann sollten Sie sich folgendes Erlebnis nicht entgehen lassen! An diesem Abend kocht jede 3er-Gruppe ein 3-Gänge-Menü. Sie lernen die Basics der gutbürgerlichen Küche kennen. Sie erhalten auf unterhaltsame Art und Weise Tipps und Tricks, um schon bald raffinierte und leckere Gerichte selbst zuzubereiten. Laktose- und Glutenintoleranz können berücksichtigt werden. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Mitzubringen: eine Schürze, ein Küchenhandtuch und Behälter für Kostproben

Leitung: Ulla Abraham

Ort: Dissen, Realschule, Küche, Lerchenstraße 8

Termin: Di., 12. Juni 2012, 18:30–21:30 Uhr

Entgelt: € 10 zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung



R09 0701

Deutsch als Fremdsprache – Aufbaukurs Stufe 2

Integrationskurs am Vormittag

Für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen. Der Kurs bereitet vor auf die Zertifikatsprüfung Deutsch. Das Zertifikat Deutsch bescheinigt die Kommunikationsfähigkeit in Alltagssituationen. Ziel: Kompetenzniveau der Stufe B1 des europäischen Referenzrahmens.

Leitung: Andjelka Krstic

Ort: Dissen, Hauptschule, Jahnstr. 5

Beginn: Mo., 30. Jan. 2012, 8:15 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Mo.–Fr., 8:15–12:20 Uhr, 100 UE

Entgelt: € 235

R09 0702

Deutsch als Fremdsprache – Aufbaukurs Stufe 3

Integrationskurs am Vormittag

Für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen. Der Kurs bereitet vor auf die Zertifikatsprüfung Deutsch. Das Zertifikat Deutsch bescheinigt die Kommunikationsfähigkeit in Alltagssituationen. Ziel: Kompetenzniveau der Stufe B1 des europäischen Referenzrahmens.

Leitung: Andjelka Krstic

Ort: Dissen, Hauptschule, Jahnstr. 5

Beginn: Mo., 27. Feb. 2012, 8:15 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Mo.–Fr., 8:15–12:20 Uhr, 100 UE

Entgelt: € 235

R09 0703

Deutsch – ganz einfach A1

A1 – Grundkurs 4

Deutsch für Aussiedler/innen und Zuwanderer/innen. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits an 3 Deutschkursen bei der VHS teilgenommen bzw. entsprechende Sprachkenntnisse haben. Unterrichtstage sind mittwochs und freitags.

Lehrbuch: Themen aktuell, Band 1, ab Lektion 10

Leitung: Elke Winz

Ort: Dissen, Realschule, Raum 17, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 18:00 Uhr

Dauer: 32 Termine, je Mi. und Fr., 18:00–19:30 Uhr, 64 UE

Entgelt: € 108,80

R09 0704

Deutsch – ganz einfach

A1 – Grundkurs 2

Ein Kurs für Interessenten, die bereits am 1. Grundkurs der VHS teilgenommen haben oder über Anfangskenntnisse der deutschen Sprache verfügen. Die Vermittlung des Lernstoffes erfolgt auf einfache Art und Weise und mit regelmäßigen Wiederholungen, sodass jeder Teilnehmer dem Unterricht leicht folgen kann. Unterrichtstage: mittwochs und freitags.

Lehrbuch: „Themen aktuell“, Band 1, ab Lektion 3

Leitung: Elke Winz

Ort: Dissen, Realschule, Raum 17, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 20:00 Uhr

Dauer: 32 Termine, je Mi. und Fr., 20:00–21:30 Uhr, 64 UE

Entgelt: € 108,80

R09 0705

Deutsch – ganz einfach B1

B1 – Aufbaukurs

Wortschatz und Grammatik werden vertieft und erweitert, Hörverständnis, Aussprache und Intonation geschult und das freie Sprechen wird gefördert. Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

Lehrbuch: Themen aktuell, Band 3

Leitung: Elke Winz

Ort: Dissen, Realschule, Raum 17, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 2. Feb. 2012, 18:00 Uhr

Dauer: 32 Termine, je Do. und Mo., 18:00–19:30 Uhr, 64 UE

Entgelt: € 108,80

R09 0706

Deutsch – ganz einfach A1

A1 – Grundkurs 3

Deutsch für Aussiedler/innen und Zuwanderer/innen. Ein Kurs für Interessenten, die bereits am 2. Grundkurs bei der VHS teilgenommen haben oder über Anfangskenntnisse der deutschen Sprache verfügen. Der Kurs findet montags und donnerstags statt.

Lehrbuch: Themen aktuell, Band 1, ab Lektion 7

Leitung: Elke Winz

Ort: Dissen, Realschule, Raum 17, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 2. Feb. 2012, 20:00 Uhr

Dauer: 32 Termine, je Do. und Mo., 20:00–21:30 Uhr, 64 UE

Entgelt: € 108,80

21

In 21 Städten, Gemeinden und Samtgemeinden des Landkreises Osnabrück ist die VHS Ihr Bildungspartner vor Ort. Stöbern Sie ruhig mal in den Angeboten der weiteren VHS-Außenstellen. Bestimmt ist auch etwas für Sie dabei!

R09 0707

Alphabetisierungs-Kurs Deutsch – Grundstufe 1

Lesen und Schreiben lernen für ausländische Erwachsene

In Zusammenarbeit mit der KiTa Kunterbunt. Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich.

Lehrbuch: Schritte plus 1

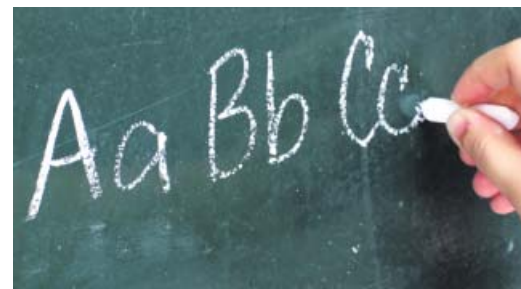
Leitung: Matthias Koepsell

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6<b

Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 14:00 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Mi. und Mo., 14:00–16:15 Uhr, 60 UE

Entgelt: € 30; keine Ermäßigung



R09 0708

Alphabetisierungs-Kurs Deutsch – Grundstufe 2

Lesen und Schreiben lernen für ausländische Erwachsene

Für diesen Kurs sind geringe Vorkenntnisse erforderlich.

Lehrbuch: Schritte plus 2

Leitung: Matthias Koepsell

Ort: Dissen, Nordring 2

Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 9:00 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Mi. und Mo., 9:00–11:15 Uhr, 60 UE

Entgelt: € 30; keine Ermäßigung

R09 0709

Alpha-Kurs Deutsch – Grundstufe 3

Für diesen Kurs sind geringe Vorkenntnisse erforderlich. Eine Alphabetisierung in der Muttersprache sollte erfolgt sein, Grundkenntnisse des lateinischen Alphabets sollten vorhanden sein.

Lehrbuch: Schritte plus 3

Leitung: Matthias Koepsell

Ort: Dissen, Nordring 2

Beginn: Do., 2. Feb. 2012, 9:00 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Do. und Di., 9:00–11:15 Uhr, 60 UE

Entgelt: € 30; keine Ermäßigung

Information und Beratung zu allen Fremdsprachenkursen

Haben Sie im vergangenen Semester keinen Sprachkurs besucht und möchten nun an einem Vormittags- oder Abendkurs oder einem unserer zahlreichen Intensivkurse und Kompaktwochenenden teilnehmen? Kommen Sie zur Sprachkursberatung. Wir beraten Sie gern. Die Kursleiter/innen oder der zuständige Fachbereichsleiter helfen Ihnen anhand eines Gesprächs oder/und eines Einstufungstestes, einen Ihrem Kenntnisstand entsprechenden Sprachkurs auszuwählen. Auch wenn Sie keine Vorkenntnisse besitzen oder einen Sprachkurs des vorherigen Semesters fortführen möchten, können Sie die Sprachkursberatung nutzen, um sich über Lehrmaterialien, Ablauf und Ziele der Sprachkurse zu informieren.

Wann: Fr., 27. Januar, 17:30–19:30 Uhr

Wo: Dissen, Realschule, Lerchenstr. 8

Weitere Termine nach Vereinbarung in der Geschäftsstelle in Osnabrück, vgl. auch S. 14.

R09 0413

Englisch A2

Abendkurs auf dem Niveau A2

Sie lernen kurze und einfache Sätze und Durchsagen im alltäglichen Gebrauch zu verstehen. Ferner werden Sie in der Lage sein, über Ihre berufliche Situation oder über Ihr Hobby zu berichten.

Leitung: Gabriele Bredol

Ort: Dissen, Realschule, Raum 24, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 16. Feb. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Do., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0414

Refresher Course

Abendkurs auf dem Niveau A2

Sie haben Englisch gelernt, aber vieles vergessen und trauen sich nicht zu sprechen? Wenn Sie Ihre Kenntnisse auffrischen wollen, sind Sie hier richtig. Lesen, Sprechen und Hören wie auch die entsprechende Grammatik werden Ihnen anhand von interessanten Texten vermittelt und durch Übungen untermauert.

Lehrbuch: Going for Gold A2, ISBN 978-3-8109-2049-2

Leitung: Jutta Weigel

Ort: Dissen, Realschule, Raum 25, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 16. Feb. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Do., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0415

Conversation Course (in the morning)

Vormittagskurs auf dem Niveau B1

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Englischkenntnissen. Schwerpunkte sind Kurzgeschichten und Konversation. Bei Bedarf werden auch Fragen der Grammatik behandelt.

Leitung: Carmen Schleiermacher

Ort: Dissen, Neue Dreifachsporthalle, Clubraum, Bergstraße 8

Beginn: Mi., 1. Feb. 2012, 9:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 9:30–11:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0416

Conversation Course (in the morning)

Vormittagskurs auf dem Niveau B1

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Englischkenntnissen. Schwerpunkte sind Kurzgeschichten und Konversation. Bei Bedarf werden auch Fragen der Grammatik behandelt.

Leitung: Rosemarie Leonhardt

Ort: Dissen, Neue Dreifachsporthalle, Clubraum, Bergstraße 8

Beginn: Do., 9. Feb. 2012, 8:45 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Do., 8:45–10:15 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0401

Französisch I

Abendkurs für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, erste Grundlagen der französischen Sprache zu erlernen. Im Mittelpunkt des Kurses steht die sprachliche Bewältigung einfacher alltäglicher Situationen.

Lehrbuch: On y va! A1, Hueber, ISBN 978-3-19-003325-6, ab Lektion 1

Leitung: Dennis Fender

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 17:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mo., 17:30–19:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0402

Französisch Auffrischkurs

Abendkurs auf dem Niveau A2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits über gute Vorkenntnisse der französischen Sprache verfügen. Die vorhandenen Kenntnisse werden mithilfe unterschiedlicher Medien aufgefrischt, gefestigt und erweitert.

Das Arbeitsmaterial wird in Form von Kopien gestellt und ist im Entgelt enthalten.

Leitung: Dennis Fender

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 19:15 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mo., 19:15–20:45 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 72

R09 0403

Italienisch I

Abendkurs auf dem Niveau A1

Dieser Kurs führt Sie in die italienische Sprache ein. Sie lernen, kurze Unterhaltungen zu führen und können sich so in Alltagssituationen verständigen.

Lehrbuch: Con piacere A1, Klett, ISBN 978-3-12-525180-9, ab Lektion 1

Leitung: Marcella Todaro

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 15. Feb. 2012, 18:00 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 18:00–19:30 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64



R09 0404

Italienisch VI

Abendkurs auf dem Niveau A1

Questo corso si rivolge tuttavia agli studenti principianti. Sua finalità è approfondire gradualmente la conoscenza della lingua italiana. Gli esercizi di grammatica verranno annunciati di lezione in lezione.

Lehrbuch: Con piacere A2, Klett, ISBN 978-3-12-525183-0

Leitung: Marcella Todaro

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 15. Feb. 2012, 19:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 19:30–21:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0405

Italienisch XII

Abendkurs auf dem Niveau A2

Ein Kurs für Teilnehmer/innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen der italienischen Sprache. Impariamo le grammatica, facciamo molto conversazione in un atmosfera piacevole e divertente.

Lehrbuch: Allegro A2, Klett, ISBN 978-3-12-525582-1, ab Lektion 10

Leitung: Gianfranco Bono

Ort: Dissen, Realschule, Raum 25, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 7. Feb. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Di., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0409

Spanisch I

Abendkurs für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs führt Sie in die spanische Sprache ein. Sie lernen kurze Unterhaltungen zu führen und sich in Alltagssituationen verständigen zu können.

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett, ISBN 978-3-12-514980-9, ab Lektion 1

Leitung: Carlos Chavarria Martinez

Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 9. Feb. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Do., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0410

Spanisch II

Abendkurs auf dem Niveau A1

In diesem Kurs können Sie Ihre Grundkenntnisse erweitern. Sie lernen kurze Unterhaltungen zu führen und sich in Alltagssituationen verständigen zu können.

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett, ISBN 978-3-12-514980-9, ab Lektion 5

Leitung: Carlos Chavarria Martinez

Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 22. Feb. 2012, 20:00 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 20:00–21:30 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0411

Spanisch IV

Abendkurs auf dem Niveau A1

Curso de español para aprender a describir en diferentes tiempos gramaticales. – Para entender mejor el idioma – Para hablar cometiendo menos errores

Lehrbuch: Caminos neu A1, Klett, ISBN 978-3-12-514954-0, ab Lektion 10

Leitung: Carlos Chavarria Martinez

Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 22. Feb. 2012, 18:30 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64

R09 0407

Niederländisch II

Abendkurs auf dem Niveau A1

Hier lernen Sie nicht zahllose Phrasen auswendig, sondern arbeiten selbstständig mit der Sprache Niederländisch. Durch Erlernen der Aussprache, simpler Grammatikregeln sowie Aufbau eines Vokabelschatzes werden Sie an das aktive Sprechen und Lesen herangeführt. Hauptaugenmerk wird auf freies Sprechen im Kursraum gerichtet. Neben der Sprache kommen landeskundliche und kulturelle Aspekte der Niederlande zur Sprache.

Lehrbuch: Taal vitaal, Hueber, ISBN 978-3-19-005252-3, ab Lektion 3

Leitung: Stephen Parsick

Ort: Dissen, Realschule, Raum 19, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 8. Feb. 2012, 20:15 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 20:15–21:45 Uhr, 24 UE

Entgelt: € 64



**KEINE NACHRICHT
= GUTE NACHRICHT**

Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung nicht von uns benachrichtigt werden, ist Ihr Kursplatz gesichert. Bitte notieren Sie sich Ihre Kurse im Terminkalender.

R09 0408

Niederländisch IV

Abendkurs auf dem Niveau A1/A2

Hier lernen Sie nicht zahllose Phrasen auswendig, sondern arbeiten selbstständig mit der Sprache Niederländisch. Durch Erlernen der Aussprache, simpler Grammatikregeln sowie Aufbau eines Vokabelschatzes werden Sie an das aktive Sprechen und Lesen herangeführt. Hauptaugenmerk wird auf freies Sprechen im Kursraum gerichtet. Neben der Sprache kommen landskundliche und kulturelle Aspekte der Niederlande zur Sprache.

Lehrbuch: Taal vital, Hueber, ISBN 978-3-19-005252-3, ab Lektion 10

Leitung: Stephen Parsick
Ort: Dissen, Realschule, Raum 19, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 8. Feb. 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mi., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE
Entgelt: € 64

R09 0406

Neugriechisch Konversationskurs

Abendkurs auf dem Niveau B1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen. Sie erweitern Ihre Sprachkenntnisse und lernen auch die griechische Geschichte und Kultur kennen.

Leitung: Georgios Isaakidis
Ort: Dissen, Realschule, Raum 25, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 15. Feb. 2012, 19:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mi., 19:00–20:30 Uhr, 24 UE
Entgelt: € 64



R09 0412

Türkisch I

Abendkurs für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs erwerben Sie die Kenntnisse, die Sie benötigen, um sich in typischen Alltagssituationen zurechtzufinden. Sie lernen, sich selbst vorzustellen und Auskünfte über die eigene Person zu geben, aber auch, wie man Informationen erfragt. Außerdem erhalten Sie interessante Informationen zu Land und Leuten mit spannenden Einblicken in die Besonderheiten der türkischen Kultur.

Lehrbuch: Kolay gelsin! A1+A2, Klett, ISBN 978-3-12-528860-7, ab Lektion 1

Leitung: Ferruh Aksu
Ort: Dissen, Realschule, Raum 25, Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 18:30 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mo., 18:30–20:00 Uhr, 24 UE
Entgelt: € 64



Hinweis

Im Bereich EDV kooperieren die VHS-Außenstellen Bad Laer und Dissen mit einem gemeinsamen Angebot. Auf den Seiten der Außenstelle **Bad Laer** finden Sie die Angebote

- R03 0501** Computerschreiben in 6 Stunden
- R03 0502** Präsentieren mit POWERPOINT 2007
- R03 0503** PICASA – Digitale Bilder ordnen und korrigieren

R09 0501

PC im Haus – was nun?

Einführung in WINDOWS 7 und WORD 2010 für Seniorinnen und Senioren

Anhand praktischer Übungen können Sie sich allmählich die Computerwelt erschließen. Nach dem Kennenlernen der Benutzeroberfläche von WINDOWS werden verschiedene Programme ausprobiert: Sie können Bilder malen, Dateien speichern und öffnen oder den PC organisieren. Außerdem erhalten Sie eine Einführung in das Textverarbeitungsprogramm WORD, um Briefe oder Einladungen zu schreiben und unternehmen erste Schritte im Internet.

Leitung: Peter Siber
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 9. Feb. 2012, 19:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Do., 19:00–21:15 Uhr, 18 UE
Entgelt: € 68

R09 0502

Aufbaukurs PC im Haus – was nun?

für Seniorinnen und Senioren

Dieser Kurs ist geeignet für Seniorinnen und Senioren, die bereits Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC haben bzw. den Einführungskurs für Senioren besucht haben.

Leitung: Peter Siber
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 19. April 2012, 19:00 Uhr
Dauer: 4 Termine, je Do., 19:00–21:15 Uhr, 12 UE
Entgelt: € 45

R09 0503

Der Umgang mit dem PC

WINDOWS 7, WORD 2010 und das Internet

Ein Kurs für Anfängerinnen und Anfänger, die mit der Bedienung eines Computers vertraut werden wollen: Elemente und Aufbau eines PC; Arbeiten mit Maus und Tastatur; Anwendungen des Betriebssystems WINDOWS (Programme starten und beenden, Fenstertechniken); Einführung in WORD (Texteingabe und -korrektur; Speichern und Öffnen, Zeichenformatierung); Arbeiten mit Dateien (Ordner erstellen; Dateien verschieben, kopieren und löschen); Erste Schritte im Internet.

Leitung: Anita Sutthoff
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 6. Feb. 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Mo., 18:00–20:30 Uhr, 18 UE
Entgelt: € 68

R09 0504

PC-Kenntnisse für den Büroalltag

WINDOWS – WORD – EXCEL 2010

Der Umgang mit dem Computer wird in fast allen Berufen vorausgesetzt. Von allen, die damit arbeiten, wird erwartet, dass sie ihn professionell und effektiv einsetzen. Dieser Kurs bietet Ihnen eine effiziente Einführung in die Grundlagen der PC-Anwendungen Microsoft WORD und EXCEL. Inhalte: Grundlagen im Umgang mit Dateien; Erstellen, Gestalten und Speichern von Briefen und Protokollen; Grafikelemente; Erstellen von EXCEL-Tabellen; Berechnungen erstellen; Datenaustausch zwischen den Programmen.

Leitung: Nicole Hähnel
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 18. April 2012, 18:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Mi., 18:00–20:30 Uhr, 18 UE
Entgelt: € 68

R09 0505

EXCEL 2010 – Der effektive Einstieg

Dieser Kurs dient Neulingen dazu, sich ein erstes Bild über die Tabellenkalkulation EXCEL zu machen und grundlegende Kenntnisse zu erhalten. Sie lernen, Daten in Tabellen effektiv zu erfassen und diese für den Ausdruck zu formatieren. Einfache Formeln und Funktionen bilden den Abschluss des Seminars. Inhalte: Der Excel-Bildschirm; Arbeitsmappen und -blätter; Daten eingeben und bearbeiten; Bewegen in der Tabelle; Zeilen, Spalten einfügen und löschen; Einfache Formeln und Funktionen; Drucken.

Voraussetzung: WINDOWS-Kenntnisse

Leitung: Anita Sutthoff
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 7. Feb. 2012, 17:00 Uhr
Dauer: 2 Termine, je Di., 17:00–21:05 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 38

R09 0506

EXCEL 2010 – Formeln, Funktionen und Diagramme

Sie möchten Berechnungen mit EXCEL anstellen und kalkulieren? Sie suchen Lösungen für Fahrtkostenabrechnungen, Verbrauchsdaten, Rechnungen etc.? Sie möchten aus Daten einen Mittelwert ermitteln? In diesem Kurs dreht sich alles um Berechnungen mit EXCEL: Formeln und Funktionen erstellen; Berechnungen mit relativen und absoluten Zellbezügen; Funktionen wie z.B. Summe, Mittelwert, Maximum, Minimum, Anzahl; Erstellen von Tabellen für Fahrtkostenabrechnungen etc.; Diagramme erstellen und bearbeiten.

Voraussetzung: EXCEL-Grundkenntnisse

Leitung: Anita Sutthoff
Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 21. Feb. 2012, 17:00 Uhr
Dauer: 2 Termine, je Di., 17:00–21:05 Uhr, 10 UE
Entgelt: € 38

R09 0507

Internet – Einsteigerkurs

Das Internet mit seiner Vielzahl von vernetzten Computern ist mittlerweile die größte Bibliothek und Informationsquelle der Welt. In diesem Kurs erfahren Sie, was das Internet eigentlich ist und wie man Zugang zum Netz bekommt. Inhalte: INTERNET EXPLORER bzw. MOZILLA FIREFOX kennenlernen; Internetseiten aufrufen; Startseite; Favoriten und Lesezeichen; Sicherheitseinstellungen; Wettervorhersage, Telefonauskünfte, Hotels finden ...

Ort: Dissen, Realschule, neuer Computerraum (Raum 126), Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 6. März 2012, 16:00 Uhr
Dauer: 3 Termine, je Di., 16:00–18:15 Uhr, 9 UE
Entgelt: € 39

HABEN SIE ANREGUNGEN FÜR UNSERE NEUE PROGRAMMPLANUNG?

Ihre Vorschläge und Anregungen sind willkommen und gern verwirklichen wir sie im Rahmen unserer Möglichkeiten.
E-Mail an vhs@LKOS.de.