

Allgemeine Hinweise

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn **schriftlich** an mit dem Anmeldeformular aus der Heftmitte (bitte heraustrennen)

bei der **VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde**.

Weitere Formulare finden Sie im Internet unter www.felde.de, oder bei der VHS.

Die Programmhefte werden zudem wieder an mehreren Stellen ausgelegt.

Bitte beachten Sie: **Wir versenden keine Anmeldebestätigungen!**

Ihre Anmeldung berechtigt automatisch zur Teilnahme. Sollte eine Teilnahme nicht möglich sein, da ein Kurs bereits voll ist oder ausfällt, erhalten Sie selbstverständlich eine Absage. Geben Sie deshalb bei der Anmeldung unbedingt eine Telefonnummer oder Email-Adresse an, unter der Sie zu erreichen sind.

Abmeldung

Falls Sie von einer Anmeldung vor Beginn eines Kurses zurücktreten wollen oder müssen, bitten wir spätestens eine Woche vor Kursbeginn um Nachricht an die VHS-Leitung. Bei nicht fristgerechter Abmeldung oder Abwesenheit ohne Abmeldung wird die volle Kursgebühr erhoben.

Durchführung der Kurse

Die Zahl der Anmeldungen entscheidet darüber, ob ein Kurs durchgeführt wird. In der Regel findet er ab 8 Teilnehmenden statt.

Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen über die Teilnahme. Daher bitte unbedingt rechtzeitig anmelden!

Das Frühjahrs-/Sommersemester beginnt am 01.02.18 und endet am 06.07.18.

Während der Schulferienferien (Osterferien 29.03.- 13.04.18) ist die VHS geschlossen.

Gebühren

Zahlen Sie Ihre VHS-Kursgebühren bequem per Lastschrift. Füllen Sie hierzu bitte das SEPA-Mandatsformular im Anmeldeformular aus. Denken Sie daran, im Formular neben den Daten für den Kontoinhaber auch den Namen des Kursteilnehmers mit anzugeben. Andernfalls ist eine Zuordnung der Verbuchung nicht möglich.

Ausgefallene Unterrichtsstunden werden nachgeholt. Bei notwendigem Abbruch eines Kurses seitens der VHS Felde erfolgt eine anteilige Erstattung. Eine Rückzahlung der Gebühren bei vorzeitigem Abbruch durch einen Teilnehmenden ist ausgeschlossen.

Bei Kursen in extra angemieteten Räumen und bei Kursen mit begrenzter bzw. bei geringerer Teilnehmerzahl ist die Kursgebühr entsprechend erhöht.

Haftung

Bitte achten Sie auf Ihre Bekleidung, Autoschlüssel u. ä. Die VHS übernimmt keine Haftung für abhanden gekommene Gegenstände. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Bürozeiten:

Sie erreichen uns persönlich Di 10 – 12 und Do 17 – 18 Uhr sowie nach Vereinbarung. Außerhalb der Bürozeiten können Sie auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Während der Schulferien ist das Büro nicht besetzt.

Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns!

Ihr VHS-Team Andrea Multerer und Doris Lötzsch



1.1 Cornwall & Südengland

Impressionen aus dem Pilcher-Land

Unverdorben, oft menschenleer und mancherorts urwüchsig präsentiert sich Englands wilder Westen. Er weckt Sehnsüchte nach atemberaubenden Landschaften, spektakulären Küsten mit dramatischen Klippen, dazwischen malerische Fischerorte und verschlafene Dörfer voll rustikalem Charme, dort, wo England noch „very British“ ist.

Fantastische Wandermöglichkeiten bietet der über 1.000 km lange Küstenwanderweg entlang der gesamten Südwestküste.

Wildromantische Gärten im Südwesten sind berühmt für ihren oftmals subtropischen Charakter. Das feuchtwarme wintermilde Klima, bedingt durch den Golfstrom, sorgt für eine reichhaltige Vegetation, die uns oftmals an mediterrane Regionen erinnert. Eine neue Dimension der englischen Gartenkunst erlebt der Besucher im futuristischen Eden Projekt, mit den beiden größten Gewächshäusern der Welt.

Als Ergänzung zur einzigartigen Natur wirken die kleinen Orte und Städte wie Rye, St. Ives (bekannt auch durch Rosamunde Pilcher Romane), Wells und Salisbury mit ihren imposanten Kathedralen sowie an der Küste die exklusiven Seebäder Brighton und Eastborne. Nebelverhangene Hochmoore wie Exmoore und Dartmoore Nationalpark laden zu Wanderungen durch eine baumlose Landschaft ein. Eine Reise in die mythische Vergangenheit des Westens bildet das rätselhafte Monument von Stonehenge, Kultplatz und Massenspektakel zugleich. Bernd Naumann vermittelt in seiner grandiosen Dia Show in Digitaltechnik jenes Gefühl Cornwalls so, als befände man sich „mitten drin“.

Fr. 23.02.18

19.00 – ca. 21.30 Uhr

Gemeindezentrum,

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 6,00 € bar

Bernd Naumann



“Felder in der Welt”

– Reiseberichte, Bilder oder selbst geschnittene Filme

Unter diesem Titel möchten wir Ihnen die Möglichkeit bieten und Sie animieren, eigene Bilder, Filme oder Vorträge Ihrer Erlebnisse zu präsentieren. Es muss nicht professionell sein!

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen!

1.2 Barcelona und Venedig Städte in Europa

Kunst, Kultur, Architektur und mehr – ein Abend mit zwei faszinierenden Städten

Diesmal berichtet Niels Clausen von zwei Städten in Europa. Städtetouren erfreuen sich zunehmender Beliebtheit, ermöglichen sie es doch, für ein paar Tage auszuspannen und gleichzeitig die Vielfalt der Kulturen und Baustile zu erkunden.

Eindrücke einer Kurzreise nach Venedig in Bild und Film sind Inhalt des ersten Teils der Veranstaltung. Venedig war bis ins Mittelalter eine der wichtigsten und größten Handelsstätten Europas. Bis heute verzaubert die Stadt Touristen aus aller Welt mit ihren Wasserstraßen, Brücken, Palazzi oder Kirchen. Über 30 Millionen Menschen besuchen die Stadt jährlich, dreimal mehr als Rom. Besucht man die Stadt außerhalb der Zeit des Karnevals und den Sommermonaten, so können viele Sehenswürdigkeiten erkundet werden ohne überlaufen zu sein. Auch die Inseln in der Lagune sind einen Besuch wert.

Barcelona, um das es im zweiten Teil gehen wird, hat sich, besonders als Austragungsort für die Olympischen Spiele 1992 herausgeputzt und sich seinen besonderen Charme für die Touristen erhalten. Eine Stadt, die sich vom öden Industriestandort innerhalb kürzester Zeit zu einem touristischen Highlight entwickelt hat. Gleichzeitig ist sie aus dem Schatten der spanischen Hauptstadt Madrid herausgetreten und hat sich zum Zentrum katalanischer Kultur entwickelt.

In mehreren kleinen Spaziergängen (Film- und Fotosequenzen) werden bekannte Bauwerke, aber auch weniger Bekanntes sowie die Schönheiten der Umgebung gezeigt.

Fr. 23.03.18

19.00 – ca. 21.30 Uhr

Gemeindezentrum,
Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 4,00 € bar

Niels Clausen



1.3 Ökonomie leicht gemacht Der schleichende Taschendiebstahl – Über Inflation, Deflation und die Rolle der Zentralbanken

Wenn Geld seinen Wert verliert und damit anhaltend das allgemeine Preisniveau steigt, sprechen wir von Inflation. Häufig denken wir dabei zuerst an die große Hyperinflation von 1923 mit ihren verheerenden wirtschaftlichen und sozialen Auswirkungen. Doch eine geringe Inflation ist durchaus ein Zeichen für eine gesunde Wirtschaft, in der die Zentralbanken die Möglichkeit haben steuernd in die Wirtschaft einzugreifen. Wie und warum sie dies tut und weshalb sinkende Preise (Deflation) am Ende doch nicht so positiv für die Wirtschaft sind, wie der Verbraucher auf den ersten Blick denken könnte, soll dieser Vortrag auf verständliche Weise und mit aktuellem Bezug erklären. Außerdem wird ein Eindruck darüber vermittelt, wie die Inflationsrate statistisch ermittelt wird und warum die von uns gefühlte Inflation ("Alles wird teurer!") so häufig von der tatsächlichen Teuerungsrate abweicht.

Fr. 16.03.18
19.00 – 20.30 Uhr
Gemeindezentrum,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 6,00 € bar
Dr. Andreas Techen

1.4 Greifvogelxkursion zum Westenseer Tüteberg

Vom Tüteberg haben wir einen wunderbaren Weitblick auf den Westensee und die umliegenden Wälder. Von hier lassen sich mit Fernglas und Fernrohr viele verschiedene Greifvogelarten ausgezeichnet beobachten, darunter Turmfalke, Rotmilan, Seeadler, Mäuse- und Wespenbussard. Nach einer etwa 30-minütigen Wanderung von der Jugendherberge Westensee bleiben wir auf dem höchsten Punkt des Tütebergs lange Zeit stehen und suchen gemeinsam den Himmel nach Greifvögeln ab. Wir lernen, die Greifvögel nach ihren Gefiedermerkmalen, aber auch den Flugbildern und charakteristischen Verhaltensweisen zu bestimmen. Nebenbei wird viel Wissenswertes über diese beeindruckenden Vögel erzählt.

Bitte mitbringen: warme und wetterfeste Kleidung, evtl. Sitzkissen/ Klapphocker, Notizblock, Fernglas, Kamera und Vogelbuch (falls vorhanden).

Sa. 16.06.18
09.00 – 13.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Jugendherberge
Westensee
Gebühr: 9,50 €
Natascha Gaedecke



1.5 Maiwanderung um den Kleinen Schierensee

Hundert Farben Grün, Hundert Formen Grün

Maigrün in allen Variationen ergänzt durch das Weiß und Gelb von Frühlingsblumen wird erlebbar auf einer etwa 6 km langen Rundwanderung durch den Wald um den Kleinen Schierensee mit einem Abstecher zu den Muschelbänken über die Halbinsel Börner am Westensee.

Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk, ggf. Fernglas

Di. 01.05.18
14.00 – 17.00 Uhr
Seeweg 21,
Parkplatz Badestelle
24259 Wrohe
Gebühr: 7,50 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach

1.6 Wildkräuterspaziergang in Felde

Was blüht denn da rum ums Storchennest?

Die neu aufgestellte Nisthilfe am Dorfrand von Felde wurde im vergangenen Frühjahr sofort von einem Storchpaar angenommen und zwei Junge erfolgreich aufgezogen. Auf der darunter befindlichen Weide grasst eine Rinderherde und schafft gute Bedingungen nicht nur für Störche. Am Rand der „Wilden Weide“ lassen uns die Galloways noch genug „Wilde Pflanzen“ für Küche und Hausapotheke stehen. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Notizblock, Fernglas

Do. 10.05.18
14.00 – 16.15 Uhr
Mühlenweg 20,
24242 Felde
Gebühr: 5,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach

1.7 Vom Zauber der Bäume

Ein meditativer Frühlingsspaziergang in den grünen Maienwald

Auf weichen Waldwegen wollen wir unter Baumgewölben wandeln, Waldatmosphäre atmen, Baumgedichte rezitieren, Baumhaut spüren, in die Baumkronen fliegen, den Waldgeräuschen und in unser Inneres lauschen.

Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Fernglas

So. 20.05.18
14.00 – 16.15 Uhr
Seeweg 21,
Parkplatz Badestelle
24259 Wrohe
Gebühr: 5,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach



1.8 Wintergäste am Westensee

Der Westensee hat für viele Wasservogelarten in den Wintermonaten eine große Bedeutung als Nahrungs- und Rückzugsgebiet. Oft sammeln sich hier hunderte von Wasservögeln, darunter viele Haubentaucher, Gänsesäger, Höcker- und Singschwäne sowie viele verschiedene Entenarten. Auf einer Wanderung von Wrohe bis zur Hohenhuder Bucht haben wir an vielen Stellen die Gelegenheit, mit Fernglas und Fernrohr die Wasservögel zu bestimmen und zu beobachten. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, Notizblock, Fernglas und Vogelbuch (falls vorhanden).

So. 18.02.18
10.00 - 13.00 Uhr
Treffpunkt: Wrohe,
an der Badestelle
Gebühr: 9,50 €
Natascha Gaedecke

1.9 Vogelstimmenwanderung am Kleinen Schierensee

Bei dieser Exkursionen bekommen Sie die Gelegenheit, Vögel und ihre Gesänge kennen zu lernen. Wir erkunden den Wald um den Kleinen Schierensee mit trommelnden Spechten und den zahlreichen Singvögeln im Wald. Auch einige Zugvögel sind jetzt bereits zurück gekehrt. Auf der Hohenhuder Bucht oder dem Schierensee entdecken wir mit etwas Glück Eisvogel und Seeadler. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, Notizblock, Fernglas und Vogelbuch (falls vorhanden).

Sa. 14.04.18
08.00 - 11.00 Uhr
Treffpunkt: Wrohe,
an der Badestelle
Gebühr: 9,50 €
Natascha Gaedecke

1.10 Vogelstimmenwanderung zur Landbrücke Westensee/Ahrensee

Der Mai ist der schönste Monat zum Erkunden der Vogelwelt am Westensee. Entlang des Wanderweges an der Eider und den Schilfgebieten von Westensee und Ahrensee können wir viele Vogelarten hören und sehen. Mehrere Arten Rohrsänger, Schwirle und Grasmücken erwarten uns hier, mit etwas Glück auch Blaukehlchen, Bekassinen und Bartmeisen. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, Notizblock, Fernglas und Vogelbuch (falls vorhanden).

Sa. 26.05.18
08.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt: am
Bahnhof Felde
Gebühr: 9,50 €
Natascha Gaedecke



2.1 MO&ST FAVORITE SONGS

Ein Konzert
mit MayaMo (Gesang) & Stephan Scheja (Klavier)

Zum Semesterschwerpunkt „Kunst und Kultur“ präsentiert die VHS Felde ein Konzertereignis der besonderen Art.

MO&ST FAVORITE SONGS lautet das musikalische Duo-Debut der Sängerin Mayamo aus Felde und des Pianisten Stephan Scheja aus Westensee.

Beide sind mit ihren jeweiligen Bands und Projekten im norddeutschen Raum als Musiker gefragt und viel unterwegs. Nun freuen sich die Sängerin, bekannt durch viele Tonträger, große Auftritte, Medienpräsenz und Sänger-Coaching, und der Pianist, der in der Gegend auch als Klavier- und Gitarrenlehrer aktiv ist, auf ihr neues Projekt.

Als hätte es schon eine Weile in der schönen Westenseer Luft gelegen, sie nahmen die Anfrage der VHS zum Anlass, ein gemeinsames Programm zu erarbeiten und in die Tat umzusetzen. Was wohl dabei entsteht, wenn die Rock – Pop – Soul – Songwriter – Sängerin und ein Allround – Pianist mit Neigung zum begleitenden, improvisierenden und jazzigen Spiel auf die Bühne gehen... na das kann ja heiter werden: Für die interessierte Zuhörerschaft braut sich da ein besonders interessanter Abend zusammen... und auch die Musiker blicken in gespannter Vorfreude auf das Konzert:

Lassen wir uns überraschen!!!

Soviel sei schon verraten: Erklingen werden sorgfältig ausgewählte weniger und mehr bekannte Songs, die, eigenhändig neu arrangiert und interpretiert, ein weites musikalisch-kulturelles Spektrum entfalten werden.

Fr. 01.06.18
20.00 Uhr
Gemeindezentrum,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 7,00 €
MayaMo &
Stephan Scheja



2.2 Kunst - und Kreativ - Workshop

**Mal wieder kreativ sein oder werden, sich inspirieren lassen, Neues ausprobieren!!!
Seien Sie dabei und tauchen Sie ein in eine Atmosphäre kreativen Miteinanders!!!**

Sa. 21.04.18
11.00 – 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93,
Gebühr: 21,00 €
ggf. zzgl
Materialkosten

An diesem Tag bieten wir ein ganz besonderes Programm an.

Wir haben verschiedene Aktionsangebote parallel in der Zeit von 11-17 im Programm.

Sie können dabei zwischen allen Angeboten wechseln und verschiedene Bereiche ausprobieren oder auch nur ein oder zwei Themen für sich auswählen und sich den Tag über ganz auf Ihr Projekt konzentrieren.

Es warten auf Sie:

- Malerei mit Kay Prinz
- Fotocollagen mit Wolfgang Meyer-Hesemann
- Holzbearbeitung/Schnitzen mit Hans-Joachim Jungjohann
- Nähwerkstatt mit Katja Jeschke
- Musikworkshop mit Stephan Scheja

Freuen Sie sich darauf, eigene Arbeiten mit nach Hause nehmen zu können und einen Tag voller Inspirationen zu genießen.

Sie können auch mit der ganzen Familie dabei sein. Beachten Sie dabei bitte die Altersempfehlungen für die einzelnen Bereiche.

Falls Sie einen oder mehrere Schwerpunkte wählen möchten, schreiben Sie es bitte schon auf der Anmeldung dazu, da es uns die Planung erleichtert. Den genauen Ablaufplan und die Inhalte werden wir je nach Anzahl der Anmeldungen anpassen und dazu auf der Internetseite www.felde.de / vhs informieren. Hier finden Sie ab Ende Februar viele weitere Informationen zu dem Workshop.



2.3 Atelierbesuch Jörg Plickat

Wir möchten Ihnen mit diesem Besuch in einem Künstleratelier Kunst und Kunstschaffen in der Region näher bringen.

Werfen Sie einen Blick auf das interessante Werk des international renommierten Bildhauers Jörg Plickat und besuchen Sie ihn in seinem Atelier.

Der Künstler wird vor Ort sein, über seine Arbeiten sprechen und gern auch Fragen beantworten.

Jörg Plickat wurde 1954 in Hamburg geboren und absolvierte 1980 sein Studium in Kiel mit dem Diplom in Bildhauerei.

Er gewann im letzten Jahr den Großen Preis der Nordart, sowie zahlreiche weitere nationale und internationale Preise für Skulptur und Architektur, z.B. 2015 MacQuarie Preis für Skulptur, den höchsten Skulpturenpreis Australiens oder 2012 den Kunstpreis der Norddeutschen Wirtschaft mit einer Einzelausstellung im Schloss Gottorf.

Er nahm an über 300 Ausstellungen weltweit teil. Mehr als 90 Skulpturen schuf er für den öffentlichen Raum in 10 Ländern und 4 Kontinenten.

Seit 2011 lehrt er als Gastdozent und Gastprofessor in Beijing und Hangzhou in China oder an Universitäten in Madrid.

Seine bildhauerischen Arbeiten reichen unter anderem von abstrahierten Skulpturen aus unbehandeltem, rostroten Stahl, über kleine bis monumentale Steinskulpturen hin zu Bronzearbeiten, wie ‚tastmall‘ am Kieler Hauptbahnhof.

Wie kommt der Künstler zu seiner Formensprache und zur Verwendung dieser Materialien? Wie werden die Materialien bearbeitet und tonnenschwere Objekte bewegt? Es wird sicher spannend mehr darüber zu erfahren.

Sa. 03.02.18

14.30 – ca. 15.30 Uhr

Ort: Kieler Str. 3

Bredenbek

Gebühr: 2,00 €

Andrea Multerer

Jörg Plickat



a) Instrumentalunterricht

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters
für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Musikunterricht findet das ganze Jahr durchgehend statt, außer in den Schulferien. Ihre genauen Anfangstermine werden mit der VHS und den Kursleitungen abgestimmt. Sie melden sich zunächst für 10x Unterricht an und können gern im Anschluss verlängern. Die Preise richten sich nach der Dauer pro Unterrichtstag (30, 45 oder 60 Minuten) und der Teilnehmerzahl. Bitte geben Sie Ihre Zeitwünsche und bei Anmeldung zum Gruppenunterricht auch eventuelle Wunschpartner bei der Anmeldung mit an. Die Zeiteinteilung erfolgt dann durch die Kursleiter. Musikalische Vorkenntnisse sind für keines der Instrumente nötig. Alle Instrumentalkurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Für weitere Informationen, bei Fragen oder wenn Sie kein Instrument besitzen, wenden Sie sich gern an die Kursleiter.

Gebühren für Instrumentalunterricht (in €):

	30 Minuten	45 Minuten	60 Minuten
TN	10x	10x	10x
1	130	190	250
2	67	98	130
3	47	67	87
4	36	52	67
5	---	43	55
6	---	36	47

2.4 Klavier

(Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche und Erwachsene)

Einzel- oder Paarunterricht (max.2 TN), mit oder ohne Noten/Vorkenntnisse

Alle können das Instrument erlernen, Erfahrungen sammeln und Grundkenntnisse erwerben. Menschen mit Vorerfahrungen können diese auffrischen, ggf. einen neuen Zugang zum Instrument sowie neue Spielmöglichkeiten mit und ohne Noten entdecken. Der Unterricht geht vom Können und Interesse der Teilnehmer aus (z.B. Liedbegleitung, Blues, Jazz, Rock, Pop oder Klassik).

Beginn nach
Rücksprache
Mo.16.00 – 17.30 Uhr
Di.16.00 – 17.30 Uhr
Weitere Zeiten mögl.
10 x
VHS, Dorfstr. 93
oder Brux
Gebühr: s. Tabelle
Stephan Scheja



2.5 Gitarre

(Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche und Erwachsene)

Einzel- oder Kleingruppenunterricht (max. 6 TN)

Alle können das Instrument erlernen sowie erste

Fähigkeiten in Melodiespiel und Liedbegleitung

erwerben. Notenkenntnisse nicht nötig.

Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse auffrischen

und weitere Spielmöglichkeiten mit und ohne Noten

entdecken. Interessen und Liedwünsche werden

berücksichtigt.

Bitte wenden Sie sich zur genauen Terminabstimmung

an den Dozenten.

Beginn nach

Rücksprache

Mo. 16.00 – 17.30 Uhr

Di. 16.00 – 17.30 Uhr

Weitere Zeiten mögl.

10 x

VHS, Dorfstr. 93

oder Brux

Gebühr: s. Tabelle

Stephan Scheja

b) Kunst und kreatives Gestalten

2.6 Kunstwerkstatt am Vormittag

Zeichnen und Malen im Atelier am Westensee

(max. 8 Teilnehmer; der Kurs ist zur Zeit voll besetzt.

Bei Interesse an einem Platz auf der Warteliste bitte

mit dem Kursleiter in Verbindung setzen)

Verschiedene Stilrichtungen und Techniken, s. u.

folgende Malkurse

Di. 13.02.18

10.00 – 12.30 Uhr

15 x

Atelier am Westensee

Wiesenweg 22, Felde

Gebühr: 150,00 €

Kay Prinz

2.7 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Dienstag

Für Einsteiger und Fortgeschrittene bietet dieser Kurs

die Möglichkeit, verschiedene Zeichen- und

Maltechniken (außer Ölmalerei) zu erlernen oder zu

erweitern. Alle Stilrichtungen, alle Mischtechniken sind

möglich. In jeder Wasser vermalbaren Technik (z.B.

Acryl, Gouache, Dispersion, etc.) kann gearbeitet

werden.

Materialempfehlungen:

www.kay-prinz.de/Kurse/Materialliste

Di. 13.02.18

19.00 – 21.00 Uhr

15 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 90,00 €

Kay Prinz

2.8 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch

Für Einsteiger und Fortgeschrittene, Text s. o.

Kunstwerkstatt am Dienstag

Mi. 14.02.18

19.00 – 21.00 Uhr

15 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 90,00 €

Kay Prinz



2.9 Nähwerkstatt

für alle, die Lust haben, mal wieder kreativ zu werden!

(...auch für absolute Anfänger!...)

Jeder kann zum Einstieg seine kleine oder auch größere „Baustelle“ von zu Hause mitbringen. Wir werden uns gegenseitig inspirieren und vor allem Spaß am Ausprobieren und kreativ sein haben! Wir können zusammen neue Projekte entdecken, wie z.B. originelle Taschen aus alten Jeans, flotte Wickelröcke aus Stoffresten oder vielleicht hast du auch Lust mal deine eigene Fensterdekoration zu nähen, z.B. ein Raffrollo? Auch bunte Kuschelkissen oder Faschingskostüme für Kinder können hier entstehen. Wir werden unseren Ideen freien Lauf lassen und feststellen, wie unkompliziert und schnell individuelle Werke entstehen können.

Bitte mitbringen: einsatzbereite Nähmaschine (falls vorhanden), Verlängerung, Schere, Stecknadeln, Stoffreste (gerne viele verschiedene), Knöpfe, Borten, Bänder usw.

Mo. 26.02.18
19.00 – 21.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 84,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke

2.10 Nähwerkstatt am Vormittag

....der frühe Vogel näht am Morgen....

Die Nähwerkstatt jetzt auch am Vormittag für alle, die Lust haben, mal wieder kreativ zu werden!

(... auch für absolute Anfänger!...)

Text s.o. Nähwerkstatt

Bitte mitbringen: einsatzbereite Nähmaschine (falls vorhanden), Verlängerung, Schere, Stecknadeln, Stoffreste (gerne viele verschiedene), Knöpfe, Borten, Bänder usw.

Mo. 26.02.18
09.30 – 11.30 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 42,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke



a) Entspannung, Yoga, Tai Chi

3.1 Zeit der Stille –

Stressbewältigung im Alltag durch Meditation

Zur Ruhe kommen – gelassener werden – Stress besser wegstecken – ein Anhalten des eigenen Hamsterrades – im Augenblick leben – achtsam durch den Tag schreiten – den Blick nach innen wenden – sich selbst erkennen – den Sinn des Lebens suchen - Das sind einige Wünsche von Menschen, die sich auf den Meditationsweg begeben.

Von Meditation können sowohl Gesunde als auch Kranke profitieren. Immer mehr wissenschaftliche Untersuchungen weisen auf positive Wirkungen von Meditation und Achtsamkeitstraining selbst bei Schwerkranken, Schmerz-, Burnout - Patienten oder Depressionen hin.

Hier gibt es für Sie eine Gelegenheit, bewusst anzuhalten, ganz im Hier und Jetzt zu sein!

Der Übungsweg lehnt sich an die Methodik der Zen-Meditation an. Wir sitzen gemeinsam in Stille und schaffen Platz für Achtsamkeit im alltäglichen Leben.

Je nach Belieben und körperlicher Verfassung sitzen Sie auf einem Kissen, Bänkchen oder auf einem Stuhl. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Stoppersocken o. Gymnastikschuhe, Decke oder Matte als Unterlage, eventuell Meditationskissen oder –bänkchen.

Mo. 26.02.18
19.00 – 20.30 Uhr
15 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 69,00 €
O. Engelhard

3.2 Schnuppersonntag Meditation

Schnuppern Sie doch einmal bei uns herein!

Neben dem Informationsgewinn haben Sie hier die Möglichkeit, Meditation sowohl im Sitzen als auch im Gehen auszuprobieren. Nach dem Sonntag gibt es für Sie die Gelegenheit, in den Montagskurs einzusteigen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Stoppersocken o. Gymnastikschuhe, Decke oder Matte als Unterlage, eventuell Meditationskissen oder –bänkchen sowie etwas Ess- und Trinkbares zur eigenen Stärkung in der Pause.

Ein Meditationskissen kann gestellt werden.

So. 25.02.18
10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 10,00 €
O. Engelhard



3.3 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung (PMR) ist ein leicht zu erlernendes, anerkanntes und wirksames Entspannungsverfahren. Im Verlauf der 8 Kursabende lernen Sie, eigene Verspannungen zu erkennen und diese durch gezieltes Anspannen und Entspannen bestimmter Muskelgruppen aufzulösen. Durch das angeleitete Entspannen im Kurs sowie das selbstständige Üben zu Hause vertiefen Sie die Übungen nachhaltig. Die Übungen werden von Körperreisen und Atemübungen angenehm begleitet, so dass jeder einzelne Abend bereits erholsam für Sie sein wird. Verspannungen und andere typische stressbedingte Beschwerden und Schmerzen können mit dieser Methode positiv beeinflusst werden. Auch die Grundlagen der Stressentstehung und das Erkennen eigener Stresssymptome werden erlernt. Die Übungen finden im Liegen und im Sitzen statt. Inklusive ausführlichem Skript für das Üben zu Hause. Bitte mitbringen: warme bequeme Kleidung, Socken, Gymnastikmatte, Kissen oder Nackenrolle und eine warme Decke

Di. 27.02.18
16.30 – 17.30 Uhr
8 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Dr. Christine Friedrich

3.4 Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist ein gesundheitsorientiertes Übungssystem. Man nennt es auch "Meditation in Bewegung". Übersetzt bedeutet Tai Chi „der stabile Balken, der ein Dach zusammenhält“. Chuan bedeutet "die leere Faust" und weist ursprünglich auf eine Kampfkunst hin. Es ist eine alte Bewegungskunst aus dem chinesischen Kulturkreis, die auf körperlicher und psychischer Ebene wirkt. Wer Tai Chi übt, trainiert Fitness, Kraft, Koordination und Beweglichkeit. Sehr schnell entsteht innere Balance und Stabilität, man wird ruhiger und gelassener und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Wir trainieren die sogenannte 108er-Form im Yang-Stil nach Meister Sun Shou Jyou. Die Aufmerksamkeit ist auf die Weichheit und Geschmeidigkeit der Bewegungen, auf das "Qi" gerichtet. Durch die ruhigen ausgewogenen Bewegungen entstehen Ruhe und Stille im

Mo. 19.02.18
18.45 – 20.15 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 58,00 €
Karlo Vollbrecht



Bewusstsein des Übens. Körper und Geist werden dennoch aktiviert. Regelmäßig geübt wirkt Tai Chi positiv auf das vegetative Nervensystem und damit Stress abbauend.
Bitte mitbringen: Hallenschuhe (dicke Socken), lockere, bequeme Kleidung

3.5 Schnupperkurs Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist ein altes chinesisches Bewegungssystem, dessen Geschichte sich bis in die Tang Dynastie (618 - 907 n. Chr.) zurückverfolgen lässt. Grundlagen des Tai Chi Chuan sind die klassischen Schriften und Texte alter Meister, in denen die sog. Prinzipien für die Bewegungen niedergelegt sind. Die bekannteste Übung des Tai Chi Chuan ist die "Form", ein längerer Bewegungsablauf, der langsam, entspannt und fließend ausgeführt wird. Tai Chi Chuan, ursprünglich als effektives Selbstverteidigungssystem ausgelegt, ist heute nicht nur eine ganzheitliche Gesundheitsübung bzw. Heilgymnastik im Sinne von Entspannungs- und Atemübung, sondern öffnet darüber hinaus auch neue Wege der Körpererfahrung und kann helfen, Verhaltensänderungen im Sinne von Stressabbau zu initiieren. Die langsamen und fließenden Bewegungen des Tai Chi Chuan stärken den Körper und helfen, unsere Mitte wiederzufinden. Die äußere Harmonie setzt sich im Inneren fort. Der Mensch spürt das Fließen seiner Energie.
Der Schnupperkurs vermittelt grundlegende Prinzipien des Tai Chi Chuan. Gelernt wird in kleinen Schritten. Ziel des Unterrichts ist es, Freude an der Bewegung zu vermitteln.
Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken oder Sportschuhe mit dünner Sohle

Mi. 14.02.18
18.30 – 20.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 5,00 €
Karlo Vollbrecht



Yoga

Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir verschiedene Yogastile bei verschiedenen Lehrkräften an:

Es gibt einen sprachlich begleiteten sehr ruhigen, meditativen Stil (Yoga I und Yoga II), sowie ruhiges, energetisierendes Kundalini-Yoga. Hatha-Yoga ist ein eher gymnastisches, sportlicher ausgerichtetes Yoga, zu dem jedoch auch Atemübungen und meditative Entspannungsphasen gehören.

3.6 Yoga I

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Yoga fördert ein inneres Gleichgewicht zwischen Geist, Körper und Seele als Basis der Gesundheit. Wache Beobachtung und Achtsamkeit führen in wohlthuende Stille und wecken das Wesentliche in uns: Innere Ruhe und Lebensfreude. Atem und Körperbewegungen erfolgen langsam und aufmerksam unter ständiger Selbstbeobachtung. Eine Aktivierung der Spannkraft aus der inneren Tiefe bei gleichmäßiger, vollständiger Atmung bewirkt das Erleben von Entspannung und Gelassenheit. In erlebter Stille lösen sich Selbstentfremdung, Verkrampfungen, Fehlhaltungen und übermäßige geistige Aktivität zugunsten einer ganzheitlichen Lebensweise auf.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung (z.B. Jogginganzug), Wollsocken, Wolldecken bzw. Matte und Wolldecke

Im Falle einer Schwangerschaft setzen Sie sich bitte vor der Anmeldung mit der Kursleiterin in Verbindung!

Do. 22.02.18
17.30 – 19.30 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 79,00 €
Sibylle Jasper-
Tönnies

3.7 Yoga II

Text s.o.

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Do. 22.02.18
19.45 – 22.00 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 79,00 €
Sibylle Jasper-
Tönnies



Hatha-Yoga

Für Anfänger/innen, Neueinsteiger/innen und Fortgeschrittene
Es werden Yogastellungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayamas) und
Meditations- sowie Entspannungstechniken vermittelt, die Körper, Geist und
Seele harmonisieren. Schwerpunkt ist die Kräftigung der gesamten
Muskulatur, die Erhaltung der Beweglichkeit des Körpers sowie die
Regeneration des Energiehaushaltes. Auch die Körperwahrnehmung und
Konzentrationsfähigkeit wird geschult, was zusammen mit gezielter
Entspannung zu gesteigertem Wohlbefinden führen kann.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, Socken, Yogamatte o. a.
Unterlage, Decke, Yogakissen (soweit vorhanden)

3.8 Hatha-Yoga am Vormittag

Für einen erfrischenden Start in den Tag und in die
Woche!

Mo. 19.02.18

10.45 – 12.15 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 58,00 €

Leena Krage

3.9 Hatha-Yoga

Zur Zeit ist der Kurs voll belegt.

Mo. 05.02.18

17.15 – 18.45 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 58,00 €

Meune Lehmann

3.10 Hatha-Yoga

Mo. 05.02.18

19.00 – 20.30 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 58,00 €

Meune Lehmann



Kursbeschreibungen siehe oben

3.11 Hatha-Yoga am Vormittag

Di. 20.02.18
10.00 - 11.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 58,00 €
Birgit Jung

3.12 Hatha-Yoga am Vormittag

Mi. 07.03.18
09.30 - 11.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 58,00 €
Petra Müller

3.13 Hatha-Yoga

Mi. 07.02.18
19.15 – 20.45 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 49,00 €
Birgit Jung

3.14 Hatha-Yoga

Mi. 02.05.18
19.15 – 20.45 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 49,00 €
Birgit Jung

3.15 Kundalini-Yoga

Fr. 09.03.18
18.00 – 19.30 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 32,00 €
Anke Stoltenberg

Anmeldeformular VHS Felde Frühjahr 2018

Bitte das Seitenblatt aus dem Programmheft herauslösen

oder von der Internetseite www.felde.de / VHS / Kursanmeldung heruntergeladen
ausdrucken, ausfüllen und senden an: VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
1.1	Cornwall & Südengland	6,00 €	
1.2	Barcelona und Venedig	4,00 €	
1.3	Ökonomie leicht gemacht	6,00 €	
1.4	Greifvoegelexkursion	9,50 €	
1.5	Maiwanderung um den Kleinen Schierensee	7,50 €	
1.6	Wildkräuterspaziergang in Felde	5,00 €	
1.7	Vom Zauber der Bäume	5,00 €	
1.8	Wintergäste am Westensee	9,50 €	
1.9	Vogelstimmenwanderung am Kleinen Schierensee	9,50 €	
1.10	Vogelstimmenwanderung Westensee/ Ahrensee	9,50 €	
2.1	MO&ST FAVORITE SONGS	7,00 €	
2.2	Kunst- und Kreativ-Workshop	21,00 €	
	Bereich/e:		
2.3	Atelierbesuch Jörg Plickat	2,00 €	
2.4	Klavier	siehe Tabelle	
2.5	Gitarre	siehe Tabelle	
2.6	Kunstwerkstatt am Vormittag	150,00 €	
2.7	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Dienstag	90,00 €	
2.8	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch	90,00 €	
2.9	Nähwerkstatt	84,00 €	
2.10	Nähwerkstatt am Vormittag	42,00 €	
3.1	Zeit der Stille	69,00 €	
3.2	Schnuppersonntag Meditation	10,00 €	
3.3	Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	28,00 €	
3.4	Tai Chi Chuan	58,00 €	
3.5	Schnupperkurs Tai Chi Chuan	5,00 €	
3.6	Yoga I	79,00 €	
3.7	Yoga II	79,00 €	
3.8	Hatha-Yoga am Vormittag	58,00 €	
3.9	Hatha-Yoga	58,00 €	
3.10	Hatha-Yoga	58,00 €	
3.11	Hatha-Yoga am Vormittag	58,00 €	
3.12	Hatha-Yoga am Vormittag	58,00 €	
3.13	Hatha-Yoga	49,00 €	
3.14	Hatha-Yoga	49,00 €	
3.15	Kundalini-Yoga	32,00 €	
3.16	Yoga auf dem Stuhl	32,00 €	
3.17	Pilates - Anfänger	35,00 €	
3.18	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.19	Pilates - light Anfänger	35,00 €	

Anmeldeformular VHS Felde Frühjahr 2018
Bitte das Seitenblatt aus dem Programmheft herauslösen
oder von der Internetseite www.felde.de / VHS / Kursanmeldung herunterladen
ausdrucken, ausfüllen und senden an: VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde

Es können mehrere Kurse ausgewählt werden!

Die **verbindliche** Anmeldung der **angekreuzten Kurse** gilt für folgende Person (nur **eine Person pro Formular!**):

Name Vorname

Straße, / Nr PLZ / Ort

Um Ihnen zeitnah unsere aktuellen Hinweise und Änderungen mitteilen zu können, geben Sie uns bitte Ihre:

Vorwahl / Tel. Nr Handy

E-Mail Adresse

Mit der Übermittlung von Newslettern und anderen Informationen der VHS Felde an meine Email-Adresse, erkläre ich mich einverstanden. Diese Einwilligung kann jederzeit textlich gegenüber der VHS Felde widerrufen werden.

Unterschrift Kursteilnehmer (in)
bzw. Erziehungsberechtigte(r)

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 1 Woche vor Kursbeginn schriftlich zu erklären.

Zahlen Sie Ihre VHS Kursgebühren bequem per Lastschrift.
Seit dem 1. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard. Bitte erteilen Sie uns hierzu das sogenannte SEPA-Lastschriftmandat, eine vom Kontoinhaber unterschriebene Ermächtigung zum Einzug der Kursgebühren im SEPA-Lastschriftverfahren. Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns - bis auf Widerruf - Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen. Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse, die nicht bar bezahlt werden (Umlagen für Verbrauchsmittel u.ä. werden meist im Kurs bar bezahlt!).

Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat automatisch!
Füllen Sie das nebenstehende Formular aus und senden Sie uns das Original mit der Kursanmeldung zu.

Datenschutzrechtlicher Hinweis:

Die personenbezogenen Daten werden zur Kursabwicklung elektronisch gespeichert und werden nach 3 Jahren gelöscht, sofern keine weitere Kursbuchung stattgefunden hat.

<input type="checkbox"/>	SEPA Mandat liegt bereits vor
Bitte nur ankreuzen, wenn Mandat schon erteilt wurde. Kein weiteres Mandat erforderlich.	

Anmeldeformular VHS Felde Frühjahr 2018
Kurslisten zum Ankreuzen für die verbindliche Anmeldung
Bitte Kurse durch Ankreuzen buchen!

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
3.20	Pilates - Anfänger II	35,00 €	
3.21	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.22	Pilates - Anfänger Ü65	35,00 €	
3.23	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.24	Pilates - Anfänger II	35,00 €	
3.25	Pilates Beckenboden	42,00 €	
3.26	Rückhalt	42,00 €	
3.27	Rückenschule	28,00 €	
3.28	Gymnastik am Vormittag	28,00 €	
3.29	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.30	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.40	Afrikanische Küche	9,00 €	
3.41	Indische Küche	9,00 €	
3.42	Partysuppen	9,00 €	
3.43	Mexikanische Küche	9,00 €	
3.44	Spargel - Königin der Gemüse	9,00 €	
3.45	Japanische Küche	9,00 €	
3.46	Tapas und andere Internationale Kleinigkeiten	9,00 €	
3.47	Schnelle Sommerküche	9,00 €	
4.1	Englisch für Anfänger	37,00 €	
4.2	English in everyday situations	63,00 €	
4.3	Französisch für Anfänger und Wiedereinsteiger	34,00 €	
4.4	Französisch	34,00 €	
4.5	Französisch für Fortgeschrittene	72,00 €	
4.6	Spanisch für Anfänger	58,00 €	
4.7	Spanisch mit Vorkenntnissen	58,00 €	
4.8	Spanisch für Fortgeschrittene	62,00 €	
4.9	Schwedisch für Anfänger	29,00 €	
4.10	Schwedisch für Fortgeschrittene	29,00 €	
4.11	Dänisch Anfängerkurs	58,00 €	
4.12	Plattdütsch für alle	29,00 €	
5.1	Grundlagen am PC für Anfänger	45,00 €	
5.2	Grundlagen am PC für Fortgeschrittene	45,00 €	
5.3	Excel-Workshop	35,00 €	
5.4	Excel Wochenend-Workshop	37,00 €	
0.1	Einmal Tierpfleger sein	42,00 €	
0.2	Die Stoffwerkstatt	10,00 €	
0.3	Die Stoffwerkstatt	10,00 €	
0.4	Dance up	52,00 €	
0.5	Dance up	52,00 €	
0.6	Papa, koch mit mir	7,00 €	
0.7	Schnuppersprachkurs Plattdeutsch	6,50 €	



3.16 Yoga auf dem Stuhl

Als Späteinsteiger/in oder mit Einschränkungen im körperlichen Bereich sind Sie herzlich willkommen Yoga auf dem Stuhl kennenzulernen.

Mit ganzheitlichem Yoga, bestehend aus, Ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten angepassten Körperübungen, Meditationen und Entspannung können Sie

- mehr Zufriedenheit und Lebensqualität erreichen
- Balance und Koordinierungsfähigkeit steigern
- Aufrichtung und Beweglichkeit der Wirbelsäule verbessern
- unwillkommene Alterserscheinungen reduzieren uvm.

Egal in welchem Alter, jeder ist willkommen.

Yoga ist für alle da.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, dünne Matte, Getränk

Fr. 09.03.18
16.00 – 17.30 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 32,00 €
Anke Stoltenberg

Pilates

Pilates, teilweise auch Power-Pilates genannt, ist ein speziell aufgebautes Trainingsprogramm nach den 18 klassischen Grundübungen von Joseph Pilates (Fortgeschrittene 26 Übungen). In den Übungen findet besonders das muskuläre Gleichgewicht eine tragende Rolle, um Dysbalancen zu beheben. Innerhalb der Übungen wird immer auf das Gleichgewicht von Kräftigung und Dehnung geachtet und auch die Atmung fließt mit ein. Dieses Training führt zu Kraft, Koordination und Flexibilität im Alltag und zur Verbesserung der physischen Ressourcen wie Körperbewußtsein, Konzentration und Entspannungsfähigkeit. Pilates kann von jeder Altersgruppe ausgeführt werden. Kurse im Jahr fortlaufend, ggf. können sich feste Gruppen entwickeln.

Alle Kurse auch für Männer!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, 1 kl. Handtuch, Gymnastikmatte o. ä.

3.17 Pilates - Anfänger

Mo. 19.02.18
17.00 – 18.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann



3.18 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei Pilateskursen
Zur Zeit ist der Kurs voll belegt.

Mo. 19.02.18
18.00 – 19.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.19 Pilates - light Anfänger

Der Kurs ist geeignet für alle, die noch nie oder schon lange keinen Sport gemacht haben oder sich vielleicht besonders unfit fühlen. Versuchen Sie es einfach mal. Ein idealer Einstiegskurs, in dem die 18 Pilates-Grundübungen ganz langsam erarbeitet werden.

Di. 20.02.18
18.00 – 19.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.20 Pilates - Anfänger II

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens einem Kurs

Di. 20.02.18
19.00 – 20.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.21 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens vier aufeinanderfolgenden Kursen

Mi. 21.02.18
08.30 – 09.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.22 Pilates - Anfänger Ü 65

Dieser Pilateskurs richtet sich speziell an Personen ab 65 Jahren.
Individuelle gesundheitliche Probleme oder Einschränkungen werden besonders berücksichtigt und sind daher kein Problem bei der Kursteilnahme.

Mi. 21.02.18
09.35 – 10.35 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann



3.23 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei aufeinanderfolgenden Kursen

Mi. 21.02.18
17.00 – 18.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.24 Pilates – Anfänger II

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens einem Kurs

Mi. 21.02.18
18.00 – 19.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.25 Pilates – Beckenboden

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, das Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching miteinander verbindet. Die Zentrierung (Powerhouse) erfolgt mithilfe der tiefen Bauch- und Rückenmuskulatur und den Muskeln des Beckenbodens. Wir kombinieren die klassischen Pilatesübungen, die langsam und konzentriert ausgeführt werden, mit Kraft- und Wahrnehmungsübungen für den Beckenboden. Abwechslungsreich und effektiv!
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, lockere Sportkleidung und ein Handtuch

Do. 08.03.18
16.30 – 17.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 42,00 €
Susanne Becker

3.26 Rückhalt

Mit abwechslungsreichen Übungen trainieren wir die Muskeln, Faszien und knöcherne Strukturen. Wir stärken, dehnen und beanspruchen unseren Körper, der für vielseitiges Bewegen geschaffen ist, und so aus Verspannungen und Schmerzen heraus kommen kann. Den Körper wahrzunehmen und zu entspannen begleitet das Üben.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, lockere Sportkleidung und ein Handtuch

Do. 08.03.18
17.30 – 18.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 42,00 €
Susanne Becker



3.27 Rückenschule

am Abend - Ganzheitliche Rückenschule

Wirbelsäulenschulung in Theorie und Praxis,
Dehnungs- und Lockerungsübungen,
Entspannungstechniken für Erholung und ein
positives Körpergefühl.
Fortlaufender Kurs,
Abendkurs derzeit voll belegt

Di. 20.03.18
20.15 – 21.15 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Inke Reinecker

3.28 Gymnastik am Vormittag

Fit am Vormittag
Funktionsgymnastik, Rückenschule,
Fitness- und Mobilisationstraining
sowie jede Menge Spaß

Mi. 28.03.18
09.00 – 10.00 Uhr
10 x
Sporthalle Westensee
Gebühr: 28,00 €
Inke Reinecker

3.29 Gymnastik am Vormittag

(Fortlaufender Kurs: Neuanmeldungen und Einstieg
nach Rücksprache möglich), etwas ruhigere
Gymnastik

Mi. 28.02.18
08.30 – 09.30 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 27,00 €
Ulrike Meneikis

3.30 Gymnastik am Vormittag

weitere Gruppe, Text siehe oben

Mi. 28.02.18
09.40 – 10.40 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 27,00 €
Ulrike Meneikis



Bitte geben Sie bei der Anmeldung zu den Kochkursen an, ob Sie Unverträglichkeiten oder Allergien haben oder ob Sie Vegetarier sind, so kann dies bei der Rezeptauswahl berücksichtigt werden. Bitte denken Sie an den Kochabenden an die Lebensmittelumlage.

3.40 Afrikanische Küche

Eine verrückte und spannende Reise durch einen Kontinent voller Gegensätze. Erleben Sie ausgefallene und besondere Rezepte, von denen Sie bisher wahrscheinlich noch nicht gehört haben. Wir steuern Küchen aus Ägypten, Marokko, Sansibar, Südafrika und Zimbabwe, von den Kap Verden, aus Sambia und Kenia, sowie aus Mali und Ghana an. Haben Sie Mut? Ich habe ihn auch!!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk und Restebehälter

Di. 23.01.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.41 Indische Küche

Eigentlich verbietet es sich von „der Indischen Küche“ zu sprechen! Mehr als eine Milliarde Menschen und so viele unterschiedliche klimatische Regionen bringen unterschiedlichste kulinarische Folgen mit sich. So haben wir die sehr scharfen würzigen Speisen des Südens im Gegensatz zu den mildereren des Nordens – Reisgerichte und Curries; aber auch Kartoffeln – vegetarisch, vegan, carnid aber immer mit einem Feuerwerk an Gewürzen. Der Abend ist nicht vegetarisch ausgelegt!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 27.02.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.42 Partysuppen

Irgendwann ist jedes Chili mal gegessen und jede Hack-Käse-Lauch-Suppe sauer geworden! So gerne man sie isst, mittlerweile hat man doch Lust mal auf was Neues. Daher kochen wir heute, neu, leckere und vor allen Dingen überraschende Suppen für die nächste Party oder das nächste Essen mit Freunden oder Familie.

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 27.03.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp



3.43 Mexikanische Küche

Früher nur in Kalifornien und Texas bekannt und geschätzt, sind Gerichte, die aus Mexiko stammen sollen inzwischen zu Klassikern in Europa geworden. Denken wir zum Beispiel Chili con carne, so sehen wir die Sombrosos förmlich vor unserem geistigen Auge. Doch was hierzulande als Mexikanische Küche serviert wird, liegt zwar im Trend, hat aber wenig mit der echten, traditionellen, mexikanischen Küche zu tun. Nichts desto trotz wird sich dieser Abend für Sie lohnen, denn er kombiniert TexMex- Gerichte mit authentischen, jedoch weniger bekannten Gerichten. Es wird aromatisch scharf und superlecker....
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trochentuch und Restebehälter

Di. 24.04.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.44 Spargel – Königin der Gemüse

Endlich ist sie wieder da! Die Königin hält Hofstaat in Felde! Leckere, neue und wirklich überraschende Rezepte rund um DAS Gemüse des Frühlings. Spargelrezepte wie sie mir meine Oma verraten hat und Spargelzubereitung wie sie wirklich schmeckt! Ein absoluter Genuss mit Kombinationen auf die man nicht unbedingt sofort kommt...
Bitte mitbringen: Spargelschäler, scharfes Messer, Getränk, Trochentuch und Restebehälter

Di. 22.05.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 12,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.45 Japanische Küche

Warum nicht mal was Neues ausprobieren? Im Frühlingsfest 2018 zum ersten Mal in meinem Angebot versuchen wir uns an den gesunden und verblüffend einfachen Rezepten aus Japan (und Korea). Wunderbare Suppen und Nudelgerichte und selbstverständlich auch Fisch, aber KEIN SUSHI! Aber Kim Chi ist sicher dabei...
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 26.06.18
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 12,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp



3.46 Tapas und andere internationale Kleinigkeiten

Unter südlicher Sonne schmecken kleine Häppchen und raffinierte Vorspeisen aus Italien, Spanien, Griechenland und der Türkei besonders gut. Ob süß oder salzig, deftig oder zart, warm oder kalt - unsere internationalen Kleinigkeiten sind alle schnell zubereitet und schmecken auch hierzulande köstlich. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Geschirrtuch, Getränk, Restebehälter

Fr. 27.04.18
18.00 – 21.00 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 8,00 €
Kochgeld/Kopien
Kerstin Buschmann

3.47 Schnelle Sommerküche

Bei schönem Sommerwetter möchte man möglichst wenig Zeit in der Küche verbringen. Schnelle Gemüse- Fisch- und Fleischgerichte kommen dann gerade richtig und für das Sonnenbad nach dem Essen bleibt so auch noch genug Zeit. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Geschirrtuch, Getränk, Restebehälter

Fr. 15.06.18
18.00 – 21.00 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl.: 9,00 €
Kochgeld/Kopien
Kerstin Buschmann

Erste Hilfe-Kurse

An der Volkshochschule finden auch Erste Hilfe-Kurse statt. Die aktuellen Termine finden Sie im Internet www.felde.de unter dem Angebot der vhs.



Zur leichteren Einordnung der Kurse gibt es Niveauangaben (von A1: Anfänger bis C2: etwa muttersprachlich)

4.1 Englisch für Anfänger

geht in die Verlängerung. Wer sich begrüßen und verabschieden und über seine Familie sprechen kann, der kann gern bei uns einsteigen. Und wer das noch nicht kann, aber bereit ist, die ersten drei Kapitel des Lehrbuches Great! A1 nachzulernen, der kann auch gern mitmachen. Wir gehen kleinschrittig voran, damit die neuen Sprachkenntnisse allen auch Freude machen können.

Lehrbuch: Great! A1

Mi. 14.02.18
17.50 – 19.20 Uhr
7 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum:1
Gebühr: 37,00 €
Beate Henke

4.2 English in everyday situations

Konversationskurs mit Vorkenntnissen ab A2

Unsere Dozentin freut sich auf Teilnehmer/innen, die Lust haben, ihre Englischkenntnisse aufzufrischen und anzuwenden. Im Mittelpunkt steht das gesprochene Englisch in Alltagssituationen. Ein bisschen Grammatik, Übungen zum Lese- und Hörverständnis und das Schreiben einfacher Texte sind ebenfalls dabei. Freude am Sprechen und keine Angst vor Fehlern sind am wichtigsten. Individuelle Anregungen und Wünsche werden gerne berücksichtigt.

Do. 01.03.18
18.00 – 19.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 63,00 €
Caitlyn Ross

Deutschkurse

Bei Fragen zu Deutschkursen wenden Sie sich an uns, wir informieren Sie gern über unser Angebot.



4.3 Französisch

für Anfänger und Wiedereinsteiger (A1)

Sie haben schon einen ersten kleinen Einblick in die schöne französische Sprache erhalten. Sie können sich begrüßen und vorstellen, ein bisschen über Vorlieben sprechen oder ein Getränk bestellen. Vielleicht haben sie vor vielen Jahren auch ein wenig Französisch in der Schule gelernt und möchten es wieder auffrischen. Dieser Kurs bietet einen entspannten (Wieder)einstieg in die Sprache und Einblicke in die französische Kultur. Auch ein gemeinsames Boulespiel kann gern dazu gehören. Bienvenue à tous!

Lehrbuch: Perspectives A1-Cornelsen

ISBN: 978-3-06-520159-9

Voraussichtlich ab Lektion 6

Mo. 05.03.18

18.00 – 19.00 Uhr

10 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 34,00 €

Charlotte Bousquet

4.4 Französisch

mit Vorkenntnissen (ab A2)

Sie haben schon Kenntnisse der französischen Sprache erworben und möchten diese auffrischen oder weiter ausbauen. Dann sind Sie in diesem Kurs richtig, bei dem es auch um Einblicke in die französische Kultur geht und zu dem auch gern ein Boulespiel gehören kann. Bienvenue à tous!

Lehrbuch wird im Kurs besprochen.

Mo. 05.03.18

19.00 – 20.00 Uhr

10 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 34,00 €

Charlotte Bousquet

4.5 Französisch für Fortgeschrittene

(B1 - C1)

Aimez-vous la France? Venez donc vous joindre à notre petit groupe sympathique pour discuter de thèmes actuels et de littérature. Entre autres nous améliorons notre compréhension orale et enrichissons notre vocabulaire tout en révisant quelques points grammaticaux. Soyez les bienvenus!

Lehrbuch: Edito B1 (Klett)

Mi. 21.02.18

10.00 – 11.30 Uhr

15 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 72,00 €

Evelyne Martin



4.6 Spanisch für Anfänger (A1)

In den ersten Lektionen haben wir uns u.a. damit vertraut gemacht, wie man sich begrüßt, sich vorstellt, Spanisch als Weltsprache kennen gelernt und wie man sich in einer fremden Stadt zurecht findet. Wir merken, dass die Aussprache leichter ist als gedacht und können uns in der einen oder anderen Situation ausdrücken.

Wer hat Lust, sich unserer kleinen Gruppe anzuschließen?

Wir werden die ersten Lektionen des Buches noch einmal wiederholen! Alle sind willkommen!
Con mucho gusto! Wir freuen uns.

Eventuelle Unsicherheiten bei Neuteilnehmern bzgl. des Niveaus können gern vorher besprochen werden.
Lehrbuch: El curso en vivo 1 (Langenscheid)

Do. 22.02.18
18.30 – 20.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 58,00 €
Maren Smolka

4.7 Spanisch für Teilnehmer mit fortgeschrittenen Kenntnissen (A1-A2)

So langsam macht es Spaß! Wir merken unsere fortschreitenden Kenntnisse und verstehen „la profesora“ immer besser. Das Ende des 1. Lehrwerkes ist in Sicht und mit Spannung erwarten wir die Fortsetzung. Jeder, der mit der Vergangenheitsform „Pretérito Indefinido“ ein wenig vertraut ist, está bienvenido!

Eventuelle Unsicherheiten bei Neuteilnehmern bzgl. des Niveaus können vorher besprochen werden.

Nos vemos en „El curso en vivo A2“? Hasta entonces!
Lehrbuch: El curso en vivo A2

Mi. 21.02.18
19.30 – 21.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 58,00 €
Maren Smolka

4.8 Spanisch für Fortgeschrittene

Haben Sie bereits Vorkenntnisse A2/B1 und möchten diese festigen, erweitern und in einer entspannten Atmosphäre weiterlernen? Dann sind Sie bei uns richtig.

Fortsetzung aus dem letzten Semester und für Quer-/Wiedereinsteiger/innen.

Continuamos! Aber natürlich auch wieder mit viel Spaß.

Lehrbuch: Con gusto, B1

Mo. 05.03.18
18.00 – 19.30 Uhr
13 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 62,00 €
Lourdes Camacho de Sowa



4.9 Schwedisch

für Anfänger

Sie haben Lust die schwedische Sprache zu lernen?

In diesem Schnupperkurs geht es um die ersten Grundlagen und um Hilfreiches für Ihren Urlaub in Schweden.

Lehrbuch wird im Kurs besprochen.

Mi. 14.03.18

18.00 – 19.30 Uhr

6 x

VHS Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 29,00 €

Bettina Solty

4.10 Schwedisch

mit Vorkenntnissen, ca. ab B1

Gillar du Sverige? Har du lust att prata svenska? Då är du välkommen att delta i vår lilla kurs! Vi diskuterar kring olika teman, arbetar med texter, repeterar grammatik, förbättrar uttalet... Och vi har kul! Alla är välkomna!

Lehrbuch wird im Kurs besprochen.

Di. 13.03.18

18.15 – 19.45 Uhr

6 x

VHS Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 29,00 €

N.N.

4.11 Dänisch Anfängerkurs

Haben Sie Lust in die dänische Sprache einzusteigen, um ein bisschen besser für den nächsten Urlaub

gerüstet zu sein? Dann beginnen Sie jetzt. Wir beschäftigen uns mit den Grundkenntnissen und natürlich mit der besonders schwierigen Aussprache.

Lehrbuch wird beim ersten Kurstermin besprochen.

Di. 13.02.18

19.45 – 21.15 Uhr

12 x

VHS Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 58,00 €

Inga Mahlke

4.12 Plattdötsch für alle!

So wie das Meer, der Deich, der Strand und vieles mehr, so gehört auch die plattdeutsche Sprache zu Schleswig-Holstein.

Mit viel Spaß und in geselliger Runde wollen wir die plattdeutsche Sprache erlernen bzw. wiedererlernen.

West du wat en Dwarslöper is? Ik ja! Also kiek vörbil!

Di. 06.03.18

19.00 – 20.30 Uhr

6 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum: 2

Gebühr: 29,00 €

Kerstin Röschmann

Wir suchen:

Wir suchen Verstärkung für die (ehrenamtliche) Unterstützung in den Deutschkursen. Haben Sie Interesse oder Fragen? Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden.



5.1 Grundlagen am PC für Anfänger auch für Senior(inn)en, ganz entspannt und ohne Überforderung

- Grundeinstellungen und Problemlösungen am PC
- Arbeiten mit dem Betriebssystem Windows 7
- Arbeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word
- Arbeiten mit Grafikprogrammen, Powerpoint und Excel
- Erstellen einer Email-Adresse und sicheres „Bewegen“ im Internet u.a.!

Wie umfassend die einzelnen Themen erarbeitet werden und ob ggf. weitere Themen hinzukommen, entscheiden die Kursteilnehmer/innen gemeinsam.

Achtung:

Vorbesprechung am 19.02.18 um 17.00 Uhr

Di. 27.02.18

17.00 – 18.30 Uhr

8 x

Grundschule Felde

Gebühr: 45,00 €

Jens Lersmacher

5.2 Grundlagen am PC für Fortgeschrittene

Fortsetzung aus dem letzten Semester oder Einsteiger mit Vorkenntnissen.

Arbeiten mit Wechseldatenträgern (USB-Stick, Digitalkamera, MP3-Player etc.), Bearbeiten von Photos (Einstieg über iPhotoPlus) und Weiterverwendung dieser Bilder, Vertiefen der Themenbereiche aus dem Anfängerkurs

Mo. 26.02.18

17.00 – 18.30 Uhr

8 x

Grundschule Felde

Gebühr: 45,00 €

Jens Lersmacher

Achtung:

Vorbesprechung am 19.02.18 um 17.00 Uhr



5.3 Excel Grundlagen für den täglichen Gebrauch

für Beruf, Schule, Hobby, Vereine und kleinere Gewerbebetriebe

Immer wieder nerven Fehlermeldungen in Excel, auch wenn es nur kleine, selbst erstellte Tabellen sind. Die Kursinhalte richten sich nach den Fragestellungen der Teilnehmer. Anhand eines mit den Teilnehmern vereinbarten Projektes sollen verschiedene Methoden und Lösungen in Excel erarbeitet werden. Dabei werden auch nützliche Tipps und Kniffe gezeigt, die das Arbeiten mit Excel erleichtern. Die eigene Anwendung steht im Vordergrund, weshalb auch jeder Teilnehmer seinen eigenen Laptop mitbringen sollte (damit fühlt man sich wie zuhause!).

Mögliche Inhalte: Aufbau von Berechnungen; Verknüpfen von verschiedenen Tabellen; Aufbau von Listen für spätere Auswertungen; grafische Darstellung von Ergebnissen;

Voraussetzung: grundlegende PC-Kenntnisse

Mi. 28.02.18
19.30 – 21.00 Uhr
5 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum:2
Gebühr: 35,00 €
Niels Clausen

5.4 Excel für den täglichen Gebrauch Wochenend-Workshop

Die Teilnehmer formulieren ein gemeinsames „Projekt“, welches mit den verschiedenen Funktionen von Excel gelöst werden soll. Bei der Erarbeitung der Lösung wird versucht, möglichst alle Fragestellungen der Teilnehmer mit einzubeziehen. Die praktische Anwendung und Umsetzung steht im Vordergrund. Dabei bietet die Kompaktheit des Kurses die Chance, sehr zielorientiert und stringent die Logik von Excel zu erfahren. Die Teilnehmer bestimmen die Lernzyklen und Pausen bieten Möglichkeiten zum „Luft holen“ und Gedankenaustausch (nicht nur zum Gelernten). Die Teilnehmer bestimmen letztendlich Ziel und Inhalt des Workshops. Um die Effizienz in der Gruppe zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl auf 6 beschränkt. Ein eigener Laptop und eigene Frage- und Problemstellungen, die bearbeitet werden sollen, sind mitzubringen. Egal, ob sie privat mit Excel arbeiten oder sich beruflich mit Excel auseinandersetzen müssen; lernen Sie in diesem Kurs die vielfältigen Möglichkeiten von Excel kompakt und praxisorientiert.

Sa. 10.03.18 und
So. 11.03.18
10.00 – 14.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum:2
Gebühr: 37,00 €
Niels Clausen

Junge vhs – Kinderkurse

0.1 Einmal Tierpfleger sein Tierparkerlebnistage

Für Kinder ab 5 Jahren

Einmal Tierpfleger sein und hinter die Kulissen im Tierpark schauen! Spannend, witzig und kindgerecht lernen die Kids die großen und kleinen Tiere der Arche Warder kennen. Der Kontakt mit den Tieren weckt die Wissbegierde und den Forscherdrang der Kinder – sie lernen etwas über das Verhalten der Tiere, ihren Körperbau, ihre Sinne, und erfahren, wie ihr eigenes Leben mit dem der Nutztiere verknüpft ist. Ob Pferde, Esel, Schweine oder Schafe, die Kids erfahren, dass manche Schafe nicht geschoren werden müssen, warum bei den Wurfgeschwistern der Ferkel eines immer besonders winzig ist und warum Kaltblutpferde so große Hufe haben. An 5 Samstagen trifft sich die Gruppe von 14-16 Uhr, um die Tiere des Tierparks kennenzulernen und mit anderen Kindern zusammen in der Natur unterwegs zu sein. Die Tierparkerlebnistage möchten Kindern eine sinnvolle Freizeitgestaltung ermöglichen und sie in den jahreszeitlichen Verlauf des Tierparks mit einbinden. Bitte mitbringen: einen kleinen Imbiss und ein Getränk! Eltern können Ihre Kinder für 9,- € pro Person und Termin gern begleiten.

Sa. 21.04.18,
14:00 - 16:00 Uhr
5 x, weitere Termine:
05.05./ 26.05./
09.06. und 23.06.18
Tierpark Arche
Warder,
Langwedeler Weg 11,
24646 Warder
Gebühr: 42,- €, inkl.
Materialkosten
Stefanie Klingel

0.2 Die Stoffwerkstatt

Für kreative Kids ab 8 Jahren, auch Jugendliche und Eltern sind herzlich willkommen...

Wir wollen gemeinsam entdecken, was man aus Stoff so alles zaubern kann!
Von kleinen Täschchen, Beani-Mützen, Loop-Schals, Utensilos über Kuschel(tier)kissen oder Schlampermäppchen bis hin zu kultigen Sportbeuteln können wir alles zusammen ausprobieren, gestalten und nähen. Dabei werden wir uns gegenseitig inspirieren und vor allem viel Spaß haben.
Bitte mitbringen: Schere, Stoffreste (gerne viele verschiedene), Stecknadeln, Knöpfe, Bänder, Borten...
Falls vorhanden auch gerne eine Nähmaschine mitbringen!

Sa. 24.02.18
10:00 - 13:00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 10,00 €
Katja Jeschke

Junge vhs – Kinderkurse

0.3 Die Stoffwerkstatt

Für kreative Kids ab 8 Jahren, auch Jugendliche und Eltern sind herzlich willkommen...

Text siehe oben.

Sa. 10.03.18
10:00 - 13:00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 10,00 €
Katja Jeschke

0.4 Dance up für Kinder

Für Kinder von 6 – 8 Jahren

In diesem Kurs lernst Du kleine Schritt- und Tanzkombinationen aus versch. Tanzstilen wie Videoclip-Dance, Afro, Jazz, Modern oder Charleston und Musicaldance kennen. Wir werden zu Popsongs, afrikanischen Rhythmen, klassischen Musikstücken sowie zu Swing- und Musical-Melodien tanzen. Weitere Schwerpunkte sind eine individuelle Körperschulung (Haltung und Beweglichkeit) sowie die Verbesserung des Tanzausdrucks und der individuellen Ausstrahlung. Also dann Dance up, ich freue mich auf Dich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk

Mi. 07.02.18
15.00 – 16.00 Uhr
17 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 5
Gebühr: 52,00 €
Corinna Lankuttis

0.5 Dance up für Kinder

Für Kinder von 9 – 12 Jahren

Text: siehe oben

Mi. 07.02.18
16.00 – 17.00 Uhr
17 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 5
Gebühr: 52,00 €
Corinna Lankuttis

0.6 Papa, koch mit mir

Kinder ab 8 Jahren

Jedes Team „Vater und Kind“ kocht ein einfaches Gericht nach Rezeptvorgabe. Anschließend essen wir gemeinsam.

Ungeübte sind willkommen!

Bitte mitbringen: Schneidemesser, Schürze, Geschirrtuch, Getränk, ggf. Restebehälter

Sa. 24.02.18
16.15 – 18.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 7,00 € p.P.
zzgl. 5,00 €
Umlage p.P.
Elke Käding

Junge vhs – Kinderkurse

0.7 Schnuppersprachkurs Plattdeutsch

So wie das Meer, der Deich, der Strand und vieles mehr, so gehört auch die plattdeutsche Sprache zu Schleswig-Holstein.

Wenn Du die plattdeutsche Sprache mal kennenlernen möchtest, dann komm vorbei. West du wat en Dwarslöper is? Ik ja! Also kiek vörbi!

Sa. 24.03.18
11.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 2
Gebühr: 6,50 €
Kerstin Röschmann

Kunst - und Kreativ - Workshop auch für die ganze Familie

**Mal wieder kreativ sein oder werden, sich inspirieren lassen, Neues ausprobieren!
Seien Sie dabei und tauchen Sie ein in eine Atmosphäre kreativen Miteinanders!**

Sa. 21.04.18
11.00 – 17.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93,
Gebühr: 21,00 €
ggf. zzgl
Materialkosten

Wir haben verschiedene Bereiche:

- Malerei mit Kay Prinz
- Fotocollagen mit Wolfgang Meyer-Hesemann
- Holzbearbeitung/Schnitzen mit Hans-Joachim Jungjohann
- Nähen, Stoff- und Handarbeiten mit Katja Jeschke
- Musikworkshop mit Stephan Scheja

Sie können alle Angebote ausprobieren!

Genießen Sie einen kreativen Tag und freuen Sie sich darauf, eigene Arbeiten und Inspirationen mit nach Hause zu nehmen.

Anmeldung auf dem Anmeldeformular unter 2.2

Mehr Informationen ab Ende Februar auf der Internetseite www.felde.de / vhs informieren.

Viele weitere Veranstaltungen, die für Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen geeignet sind, finden Sie auch in anderen Programmbereichen.

Zum Beispiel die Naturführungen, Kreativangebote, Musik und mehr.

Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an

**Kursanmeldungen bitte schriftlich an die VHS Felde
Dorfstr. 93, 24242 Felde
Informationen unter
Tel.: 04340-4008010**

Bei speziellen inhaltlichen Fragen können Sie sich auch an unsere Dozentinnen und Dozenten wenden.

Telefonliste VHS Dozentinnen und Dozenten:

Gudrun Aschenbach	04347/9545
Kerstin Buschmann	04305/1288
Lourdes Camacho de Sowa	0431/333495
Niels Clausen	0160/6987099
Christine Friedrich	04340/403122
Beate Henke	04340/403178
Sibylle Jasper-Tönnies	04871/4591
Birgit Jung	0431/98377094
Hans-Joachim Jungjohann	04356/679
Meune Lehmann	04392/5738
Jens Lersmacher	0157/72902341
Inga Mahlke	04340/1293
Evelyne Martin	04340/587
Petra Müller	04347/9998468
Kay Prinz	04340/1677
Inke Reinecker	04392/2998
Stephan Scheja	04305/991250
Maren Smolka	04340/8413
Anke Stoltenberg	0170/2119408
Karlo Vollbrecht	04331/949988
André Weidtkamp	0162/3315118

**Nutzen Sie das Anmeldeformular aus der
Programmheftmitte.
Sie finden das Anmeldeformular auch direkt in der VHS
oder auf der Internetseite
www.felde.de/VHS**

**Kursanmeldungen bitte schriftlich mit dem
Anmeldeformular an die
VHS Felde
Dorfstr. 93
24242 Felde**

**Sie erreichen uns
Dienstag von 10 – 12 Uhr und Donnerstag von 17 – 18 Uhr
sowie nach Vereinbarung persönlich im Büro der VHS
und telefonisch unter
04340 – 4008010
Gern können Sie auch eine Nachricht auf dem
Anrufbeantworter hinterlassen
oder Sie schreiben uns an
vhs-felde@gmx.de**

Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns!

**Ihr VHS Team
Andrea Multerer und Doris Löttsch**