

Allgemeine Nutzungshinweise

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit dem Anmeldeformular aus der Heftmitte (bitte heraustrennen) **schriftlich** an 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 belegt ist oder ausfällt, erhalten Sie selbstverständlich eine Absage. Geben Sie deshalb bei der Anmeldung bitte 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 Herbst-/Wintersemester beginnt am 19.08.19 und endet am 31.01.20.

An Feiertagen und während der Schulferien (Herbstferien 04.-20.10.19,

Weihnachtsferien 23.12.19-06.01.20) ist die VHS geschlossen. Bitte beachten Sie jedoch ggf. Ausnahmen.

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, Wertgegenstände. Die VHS übernimmt keine Haftung für Eigentumsverluste, Unfälle oder Sachschäden. 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, wir rufen Sie zurück. Während der Schulferien ist das Büro nicht besetzt.

Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns!

Sie erreichen uns auch unter vhs-felde@gmx.de oder 04340-4008010



1.1 Besuch im Schleswig-Holsteinischen Landtag

Wir besuchen gemeinsam den Landtag und haben Gelegenheit, eine Plenardebatte zu verfolgen. Zuvor erhalten wir eine Einführung in die Arbeitsweise des Parlamentes. Nach Möglichkeit steht eine Abgeordnete oder ein Abgeordneter für ein Nachgespräch zur Verfügung.

In Zusammenarbeit mit der vhs Melsdorf und der Förde vhs.

Bitte beachten:

Für den Zutritt in das Landeshaus benötigen Sie einen amtlichen Lichtbildnachweis.

Mi. 22.01.20

15.30 – 17.45 Uhr

Treffpunkt:

Haupteingang des SH-Landtages,
Düsternbrooker Weg
70, 24105 Kiel
gebührenfrei

Andrea Multerer

1.2 First Line

**40 minütiger Dokumentarfilm
mit anschließendem Austausch und Diskussion
mit Filmemacher Jonas Nahnsen
und Protagonist Tarek Saad:**

Als Geflüchteter aus Syrien kam Tarek 2014 mit Anfang zwanzig nach Deutschland.

Das Ankommen in einem fremden Land konfrontiert ihn mit zahlreichen neuen Erfahrungen.

Der Neuanfang bringt ihn zur Politik. Er engagiert sich und setzt sich aktiv mit seinen neuen Möglichkeiten in einem demokratischen Parteiensystem auseinander.

Er will mitdiskutieren, Demokratie ausleben.

Durch seine Erfahrungen von Krieg und Flucht bringt er eine andere Perspektive in die schleswig-holsteinische Politik, die er aktiv versucht mitzugestalten. Dabei wird ihm der eine oder andere Stein in den Weg gelegt und er muss für seine Werte und Ideen eintreten.

Im Anschluss an den Film können Fragen gestellt werden und es ist eine Diskussionsrunde geplant.

Der Eintritt ist frei, um Spende wird gebeten.

Do. 21.11.19

19.00 – ca. 21.00 Uhr

Gemeindezentrum
Felde

Raiffeisenstr. 2

Gebühr:

gebührenfrei

Tarek Saad und
Jonas Nahnsen



1.3 Digitale Selbstverteidigung Diktatur der Daten - Informationsabend

Im realen Leben ist Privatsphäre eine Selbstverständlichkeit. Im Internet ist es genau umgekehrt. Von jedem Nutzer werden möglichst viele Daten gesammelt und verwertet. Auch kostenlose Apps und Malware wollen Ihre Daten. Wofür? Sie wollen möglichst viel über Sie wissen: z.B. Ihre Interessen, welche Seiten Sie wann besucht haben und was Sie dort gemacht haben. Ihre gesammelten Profile speichern sie, so lange sie wollen, verkaufen und nutzen sie, um möglichst viel Profit aus Ihnen und Ihren Daten zu erzielen. Die Verbreitung und persönliche Nutzung von Geräten, die mit dem Internet verbunden sind, nimmt immer weiter zu. Alle diese Geräte erfassen, speichern und übermitteln unsere Daten. Diese Informationsveranstaltung möchte für das Thema weiter sensibilisieren, indem sie das alltägliche Geschäft mit unseren Daten und die Methoden von Datensammlern, Datenhändlern und Kriminellen umreißt sowie einige Möglichkeiten zum Schutz unserer persönlichen Daten darstellt.

Fr. 29.11.19
19.00 – 21.00 Uhr
Gemeindezentrum
Felde,
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 6,00 € bar
Dr. Björn Tylkowski

1.4 Kiel – Wladiwostok – Kiel Mit dem Auto von der Ostsee zum Pazifik oder In 80 Tagen um die halbe Welt

Wladiwostok, Endpunkt der Transsibirischen Eisenbahn, ist Russlands Tor zum Pazifik. Dieses ferne Ziel lockte die Weltenbummler Heiko Klotz und Nadja Svetlova schon lange. Also bauten sie sich ein Allrad-Auto reisetauglich um und begaben sich auf eine lange, abenteuerliche Reise, die sie quer durch Russland bis zum ersehnten fernen Ziel Wladiwostok brachte. Unterwegs besuchten die beiden viele wunderbare russische Städte und den magischen Baikalsee. Auf dem Rückweg unternahmen sie einen Abstecher in die Mongolei. Die Fahrt quer durch dieses großartige Land mit seiner überwältigenden Landschaft, den vielen buddhistischen Klöstern, mit Jurten, Jaks und Kamelen war einer der Höhepunkte der Reise. Schließlich ging es noch via Gobi ins Altai-Gebirge. Nach 26000 zurückgelegten Kilometern kehrten zwei glückliche Reisende nach Kiel zurück.

Fr. 08.11.19
19.00 – ca. 21.00 Uhr
Grundschule Felde
Dorfstr. 93
Gebühr: 6,00 € bar
Heiko Klotz



1.5 Raumgestaltung

Was braucht eigentlich ein Raum, um gemütlich und einladend zu wirken? Dieser Frage nähere ich mich mit Ihnen als erfahrene Einrichtungsexpertin mit unterschiedlichen Mitteln. Wissen zum Thema Farb/Wandgestaltung, allgemeiner Raumaufteilung und einrichten mit Licht wird vermittelt. Jeder Teilnehmer bringt sein ganz persönliches „Einrichtungsproblem“ mit und es werden erste Lösungsideen entwickelt.

Bitte mitbringen:

Ein persönliches „Einrichtungsproblem“

Sa. 28.09.19

11.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 10,00 €

Christine Maus

1.6 Kinderzimmer einrichten

Kinder wachsen und entwickeln sich ständig, deshalb ändert kein Raum die Bedürfnisse so schnell wie ein Kinderzimmer! Als Einrichtungsexpertin und Mutter gebe ich wertvolle Anregungen für den Alltag im Kinderzimmer in Bezug auf Ergonomie, altersgerechte Gestaltung und Organisation. Babys, Krabbelkinder, Schulkinder und Jugendliche – für jedes Alter wird etwas dabei sein!

Di. 12.11.19

19.00 – 21.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 10,00 €

Christine Maus

1.7 Schlaf – so individuell wie wir

Ein Kurs zum Schlafen

An diesem Abend erfahren Sie viel Wissenswertes über den Schlaf und über gesundes Schlafen.

Langweilig wird es dabei aber bestimmt nicht!

Es wird um folgende Themen gehen: Schlafphasen, Schlafrituale, Was fördert guten Schlaf?, Ergonomie

(der Körperhaltung des Menschen angepasstes liegen), verschiedene Kissen, Decken und

Matratzenmodelle, Welcher Schlaftyp bin ich?, Was passt zu mir und meinem Schlafverhalten?

Die Referentin berät seit 16 Jahren zum Thema Schlafen, und auch im Rahmen der „Aktion gesunder Rücken“. Sie wird auf kurzweilige Weise Tipps und Hinweise geben, wie Sie erholsamen Schlaf finden und weiß, dass es manchmal auch Kleinigkeiten sein können, die für einen guten Schlaf sorgen.

Di. 03.09.19

18.00 – 20.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 2

Gebühr: 8,00 €

Kirsten Berit Rohwer



1.8 Abendtour ins Reich der Fledermäuse

In der Abenddämmerung, wenn die Fledermäuse nach Sonnenuntergang ihre Schlafquartiere verlassen und auf Insektenjagd gehen, machen wir einen schönen Abendspazierung am Felder See und Umgebung, um sie zu beobachten. Zur Zeit finden sie sich in der Balzzeit, bevor sie dann schon bald ihre Winterquartiere aufsuchen. Fledermausexpertin Dorothea Barre vom BUND (Ortsgruppe Westensee) wird uns spannende Einblicke in das Leben der heimlichen Jäger der Nacht geben. Mit Detektoren, die die Ultraschallrufe der Fledermäuse für uns hörbar machen, spüren wir einige Arten auf. Bitte mitbringen: unbedingt warme, wetterfeste Kleidung, Taschenlampen und ggf. Detektoren.

Fr. 06.09.19
19.30 – ca. 21.30 Uhr
Treffpunkt:
Am Felder See
Gebühr: 7,00 €
Kinder ermäßigt
Dorothea Barre

1.9 Wildfrüchtespaziergang im Kronshagener Domänental

Der Geschmack des Herbstes

Wussten Sie, dass man Hagebutten, Weißdorn- und Brombeeren roh essen darf, Vogelbeeren und Schlehen in kleinen Mengen auch, Holunderbeeren aber gar nicht? Erfahren Sie alles was Sie zur Ernte und Verarbeitung von Wildfrüchten wissen möchten auf einem herbstlichen Spaziergang zu vitaminreichen Beeren, fetten Nüssen und mineralhaltigen Samen. Zum Abschluss erwarten Sie Kostproben an meinem Wildfrüchte-Marmeladen-Buffer. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Notizblock, Sammelkorbchen

Sa. 14.09.19
14.00 – 16.00 Uhr
Wanderer-Parkplatz
Domänental
Claus Sinjen Straße
24119 Kronshagen
Gebühr: 7,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach

1.10 Herbstspaziergang in der Forstbaumschule

Bäume kennen und lieben lernen

Ob einheimisch oder fremdländlich: Beeindruckend große und prächtige Exemplare vielfältiger Baumarten schmücken den Park. Einige stammen noch aus der Zeit der königlich-dänischen Forstlehranstalt. In der Vegetationsphase der Fruchtreife und der beginnenden Herbstfärbung zeigen die Bäume nicht nur eine ihrer schönsten Seiten, sie lassen sich auch gut bestimmen. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Notizblock

Sa. 21.09.19
14.00 – 16.00 Uhr
Restaurant
Forstbaumschule
Düvelsbeker Weg 46
24105 Kiel
Gebühr: 7,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach



1.11 Naturkundliche Herbstwanderung um Gut Emkendorf

Wo Gräfin Julia von Reventlow mit der Kutsche fuhr.

Eine 5 km lange Rundtour führt uns an malerischen Seen und Teichen und den sanft gewellten Wiesen und Feldern der Geest entlang und am schauerlichen Galgenberg vorbei. Bunte Knicks und eindrucksvolle Baumgestalten säumen unseren Weg, der am Gutspark mit dem Herrenhaus endet. Die herbstlichen Pflanzen, die eiszeitlich geprägte Landschaft sowie Regionalgeschichtliches zum Gut Emkendorf sind unsere Themen für unterwegs.

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

So. 29.09.19
14.00 – 17.00 Uhr
Parkplatz vor der
Badestelle Dörpsee
schräg gegenüber
vom Herrenhaus
L255,
24802 Emkendorf
Gebühr: 10,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach

1.12 Naturkundliche Herbstwanderung Kieler Berg bei Groß Vollstedt

Im Rausch der Farben

Der höchste Berg im Naturpark Westensee ist der Kieler Berg mit 94 Metern. Lässt sich wegen der dichten Bewaldung seines Gipfels von dort auch kein Panoramablick genießen, kann das Auge doch während der rund 5 km langen Rundwanderung weit über die eiszeitliche geformte Geestlandschaft und bronzezeitliche Hügelgräber schweifen. Im Wald tauchen wir in das rotbraungelbe Laub von Buchen, Eichen und Lärchen ein, in den Knicks schwelgen wir in den warmen Farben der bunten Sträucher.

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

So. 03.11.19
13.00 - 16.00 Uhr
Zweiter Wanderer-
Parkplatz zwischen
Emkendorfer
Kreuz(L255/L48) und
Groß Vollstedt
(Luftballon)
24802 Groß Vollstedt
Gebühr: 10,00 €
Kinder ermäßigt
Gudrun Aschenbach

1.13 Eulen und Käuze

An dieser Abendexkursion durch den Wald am Schierensee gehen wir auf die Suche nach dem Vogel des Jahres 2017 – dem Waldkauz. Auch weitere Eulen und Käuze treffen wir mit etwas Glück an. Die Vögel rufen in der Dämmerung und mit viel Glück bekommen wir im Schein der Taschenlampe sogar ein Käuzchen zu sehen. Nebenbei erfahren Sie vieles über diese geheimnisvollen Vögel der Nacht. Bei schlechten Wetterbedingungen wird die Exkursion kurzfristig abgesagt. Bitte mitbringen: warme, wetterfeste Kleidung, Taschenlampe, Fernglas und ggf. Vogelbuch.

Fr. 29.11.19
16.30 – 19.30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Badestelle Wrohe
Gebühr: 10,00 €
Natascha Gaedecke



1.14 Greifvogelekursion 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 nach 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. 14.09.19
10.00 – 13.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz
Jugendherberge
Westensee
Gebühr: 10,00 €
Natascha Gaedecke

WickerWattWanderWunder

Die Eiderbühne zu Gast mit Ihrem Jubiläumsstück

Die Betreiber der Jugendherberge auf Wick sind ja einiges gewohnt und nichts scheint sie aus ihrem Alltagstrott mit all seinen Ritualen und Routinen zu bringen! Doch als die Öko-AG des Lukas-Podolski-Gymnasiums ihre Füße auf die Hallig setzen ist es doch etwas anders als mit allen anderen Gäste bisher und die Gruppe bringt so einiges durcheinander. Die VHS Felde, VHS Melsdorf und die Eiderbühne Flintbek e.V. präsentieren zum dreißigsten Vereinsjubiläum der hochdeutschen Theaterbühne aus Flintbek das „WickerWattWanderWunder“.

Karten zum Preis von 8,-€ sind über die Homepage der Eiderbühne (www.eiderbuehne-flintbek.de) oder telefonisch beim Leiter der Bühne André Weidtkamp (0162-3315118) vorzubestellen oder auch an der Abendkasse erhältlich.

Ein vergnüglicher Abend voller Theater, Humor und Gesang – oder doch nur Geräuschen zur Musik? Finden Sie es heraus.

Sa. 09.11.2019
20.00 Uhr
Einlaß: ab 19.00 Uhr
Gebühr: 8,00 bar
Ort: Bürgerhaus
Melsdorf
Karkkamp 4



Lange Nacht der Volkshochschulen Freitag, 20.09.19, 19.00 Uhr in der vhs Felde

**An diesem Abend erwarten Sie viele verschiedene
Angebote zum Zuschauen oder Mitmachen:
Vorführung der vhs-Kindertanzgruppe
Ausstellung der vhs-Malkurse
Konzert mit dem Musiker Stephan Scheja
und natürlich auch Snacks und Getränke**

**Der Eintritt ist frei
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

2.1 Mit Liedern durch 100 Jahre – von 1919 bis 2019

Ein Lieder-Abend

**mit Stephan Scheja (Gesang, Klavier, Gitarre,
Auswahl, Arrangements)**

Diese Konzertidee entstand anlässlich der Jubiläumsfeier zum hundertsten Geburtstag der Volkshochschulen.

„Wie wäre es, die letzten 100 Jahre mithilfe sorgfältig ausgewählter Lieder noch einmal lebendig werden zu lassen?“ Dieser Frage, dieser reiz- und anspruchsvollen Aufgabe konnte Stephan Scheja, der Instrumental-Lehrer und Pianist aus Brux/Westensee, nicht widerstehen. Er entwickelte einen Liederabend, den er am 20.09.2019 in der VHS Felde erstmalig präsentieren wird.

Im Laufe des Abends werden bekannte und weniger bekannte Liedtexte deutschsprachiger Autoren im zeitgeschichtlichen Zusammenhang interpretiert. Möglicherweise ergibt sich für die Zuhörerinnen und Zuhörer die eine oder andere Gelegenheit, ein wenig mitzusingen, wenn sie mögen.

Eintritt frei, um Spende wird gebeten.

Mit dem Erlös werden besondere Projekte/Angebote der VHS Felde unterstützt.

Um Anmeldung bis 06.09.19 wird gebeten.

Fr. 20.09.19
ab ca. 21.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Eintritt frei



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. Sie melden sich zunächst für 10x Unterricht an. Wenn dann gleich oder später eine Unterrichtszeit frei sein oder frei werden sollte, stimmen Sie einen genauen Anfangstermin mit dem Kursleiter ab. Im Anschluss an einen Kurs (10 Termine) kann er jeweils verlängert werden. 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

2.2 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.18.00 – 19.30 Uhr
Di.16.00 – 17.30 Uhr
Weitere Zeiten mögl.
10 x
VHS, Dorfstr. 93
oder Brux
Gebühr: s. Tabelle
Stephan Scheja



2.3 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. 18.00 – 19.30 Uhr
Di. 16.00 – 17.30 Uhr
Weitere Zeiten mögl.
10 x
VHS, Dorfstr. 93
oder Brux
Gebühr: s. Tabelle
Stephan Scheja

2.4 Trommel-Workshop

Für Kinder ab ca. 12 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

Bei diesem Workshop tauchen wir in die Welt der westafrikanischen Rhythmen ein.

Wir spielen auf originalen Djembes aus Guinea, so heißen die Trommeln mit der enormen Klangvielfalt.

Unter professioneller Anleitung lernen wir verschiedene Anschläge kennen und spielen unterschiedliche Rhythmen im groovigen Miteinander.

Trommeln werden gestellt,
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sa. 26.10.19
15.00 – 17.30 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 16,00 €
Tina Idiado

b) Kunst und kreatives Gestalten

2.5 Kunstwerkstatt am Vormittag

Zeichnen und Malen im Atelier am Westensee

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

Bei Interesse an einem Platz auf der Warteliste setzen Sie sich bitte mit dem Kursleiter in Verbindung.)

Verschiedene Stilrichtungen und Techniken,
Kursbeschreibung s. u.

Di. 10.09.19
10.00 – 12.30 Uhr
12 x
Atelier am Westensee
Wiesenweg 22, Felde
Gebühr: 150,00 €
Kay Prinz



2.6 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch

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

Mi. 11.09.19
19.00 – 21.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 90,00 €
Kay Prinz

2.7 Hand-Lettering

Sie erhalten eine Einführung in die Kunst der schönen Buchstaben. Beim Handlettering wird die Schrift mehr gezeichnet als geschrieben. Es gibt eine Vielfalt von verschiedenen Schriftarten und Verzierungen, mit denen Sie ganz leicht selbst Kreationen, z.B. Grußkarten, erstellen können.

Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Benötigtes Material ist vor Ort vorhanden.

Sa. 30.11.19
10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 11,00 €
zzgl. Material: 4,00 €
Heike Ruffershöfer

2.8 Die Stoffwerkstatt...

...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, Last-minute-Geschenke wie Portemonnaies oder Utensilos... oder wie „lese“ ich eigentlich ein Schnittmuster? Wie ändere oder rette ich ein Lieblingsstück... oder vielleicht hast du auch Lust mal deine eigene Fensterdekoration zu nähen, z.B. ein Raffrollo etc.??!

Wir werden unseren Ideen freien Lauf lassen und feststellen, wie unkompliziert und schnell individuelle Werke entstehen können...

Bitte mitbringen: funktionstüchtige Nähmaschine (falls vorhanden), Verlängerung, Schere, Stecknadeln usw.

Mo. 09.09.19
19.00 – 21.00 Uhr
6 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 42,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke



2.9 Die Stoffwerkstatt... jetzt auch am Samstag **...für alle, die Lust haben, mal wieder kreativ zu werden!**

(...auch für absolute Anfänger und für Kids ab 8)

Jeder kann gern sein kleines oder auch größeres Projekt von zu Hause mitbringen und mit Spaß am Ausprobieren und am gemeinsamen Inspirieren fertigstellen. Wir werden unseren Ideen freien Raum lassen und feststellen wie unkompliziert und schnell individuelle Werke entstehen können.

Ich freu´ mich auf euch!

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

Sa. 26.10.19
10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 11,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke

2.10 Die Stoffwerkstatt... jetzt auch am Samstag

Siehe Text oben

Sa. 16.11.19
10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 11,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke

2.11 Die Stoffwerkstatt... jetzt auch am Samstag

Siehe Text oben

Sa. 30.11.19
10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 11,00 €
ggf. zzgl. Material
Katja Jeschke

Mal- und Zeichenkurs

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Kursbeschreibung s.u. Kursnummer 0.3 und 0.4

Comiczeichnen lernen

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene!
Kursbeschreibung s.u. Kursnummer 0.2



2.12 Die Nähmaschine und ich - für Fortgeschrittene

Die Scheu vor kniffligen Vorhaben verlieren. Sie erlernen in Schritten vom Schnittentwurf, über das Zuschneiden und der fachgerechneten Verarbeitung die Herstellung eines einmaligen Outfits. Inhalte des Kurses sind zum Beispiel: Schräg- oder Formstreifen, Reißverschluß oder Dehnungsfalte, Tasche ein- oder aufsetzen und echter oder falscher Saumabschluss. Bei Interesse kann der Kurs verlängert werden. Ggf. zzgl. Materialkosten von ca. 1,00 €.
Bitte mitbringen. Nähmaschine (falls vorhanden) und passendes Garn, Schere, Stoff, Lineal oder Maßband, Stecknadeln

Do. 14.11.19
19.00 – 20.30 Uhr
3 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 16,00 €
Inge Jess

2.13 Filz-Workshop

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Filz wird aus wärmender Schafwolle hergestellt. Gerade richtig für die kalte Jahreszeit. Wir können zum Beispiel wärmende Filzstulpen, Wichtel oder Feen herstellen. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!
Material wird gestellt. Materialkosten je nach Verbrauch 5,- bis 15,- €
Bitte mitbringen: wasserdichtes Tablett o.ä. als Arbeitsunterlage, 2 Handtücher

Sa. 23.11.19
10.30 – 13.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 4
Gebühr: 8,00 €
zzgl. Material
Maria Moll

2.14 Geschenkverpackungen

Tolle Geschenkverpackungen selber machen
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Nicht alle Geschenke sind einfach einzupacken. Mitunter möchte man auch nur eine nette Kleinigkeit verschenken. In diesem Kurs fertigen wir einfache, individuelle kleine Geschenkverpackungen.
Bitte mitbringen: Schere, Bleistift, Lineal, Papierkleber; Tonkarton kann mitgebracht oder bei uns erworben werden.

Mi. 27.11.19
17.30 – 20.30 Uhr
VHS Melsdorf,
Dorfplatz 1
Gebühr: 11,00 €
Regina Tyldal



2.15 Weihnachtliche Dekoration

Wir nähern uns der klassischen Weihnachtsdekoration mal vom professionellen Standort.

Gestaltungsregeln und Grundlagen werden besprochen. Wie kann ich Vorhandenes/ Altes in neuem Licht erscheinen lassen? Low Budget

Varianten für eine große Gästerunde, festliche Tafeln und Tannenbäume mal ganz anders schmücken? Wer Weihnachten liebt und gerne dekoriert, wird diesen Workshop mögen!

Di. 26.11.19
19.00 – 21.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 10,00 €
Christine Maus

Lange Nacht der Volkshochschulen Freitag, 20.09.19, um 19.00 Uhr in der vhs Felde

**An diesem Abend erwartet Sie
ein buntes Programm zum Zuschauen und Mitmachen.
Vorführung der vhs-Kindertanzgruppe
Ausstellung der vhs-Malkurse
Konzert mit dem Musiker Stephan Scheja**

**und natürlich auch Snacks und Getränke
Der Eintritt ist frei!**

**Wir laden Sie herzlich ein und
freuen uns auf Sie!**



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. Es gibt Untersuchungen, die darauf hinweisen, dass Meditation und Achtsamkeitstraining eine positive Wirkung selbst bei Kranken, Schmerz-, Burnout - Patienten oder Depressionen haben kann. Hier im Kurs 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. 23.09.19
19.00 – 20.30 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 64,00 €
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. 22.09.19
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 selbständige Üben zu Hause vertiefen Sie die Übungen nachhaltig. Die Übungen werden durch Körperreisen, Atemübungen, Traumreisen und Autogenes Training ergänzt, so dass Sie einige Entspannungsverfahren kennenlernen können und jeder einzelne Abend 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, Gymnastikmatte (falls vorhanden), Kissen oder Nackenrolle und eine warme Decke.

Di. 24.09.19
16.30 – 17.30 Uhr
8 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
HP Christine Friedrich

3.4 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. Die bekannteste Übung des Tai Chi Chuan ist die "Form", ein längerer Bewegungsablauf, der langsam, entspannt und fließend ausgeführt wird. Tai Chi Chuan ist heute eine ganzheitliche Gesundheits- und Entspannungsübung, die hilft, Stress abzubauen. Die langsamen und fließenden Bewegungen stärken den Körper und helfen, unsere Mitte wiederzufinden.
Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken oder Sportschuhe mit dünner Sohle

Mo. 26.08.19
18.30 – 20.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 5,00 €
Karlo Vollbrecht



3.5 Tai Chi Chuan

für Anfänger, Wiederholer und Wiedereinsteiger

Tai Chi Chuan ist eine Methode, „mit leerer Faust gemäß Yin & Yang zu agieren“, ist im Ausdruck zentriert, aufrecht, leicht, sanft und fließend. Die Gelenke, wie „Perlen an einer Schnur“ verbunden, erlauben Bewegung ohne Anstrengung, getragen von der Körpermitte und belebt durch den Atem. Die traditionellen Formen des Tai Chi Chuan machen diese Bewegungskunst in seiner ganzen Tiefe erfahrbar.

Bitte mitbringen: Hallenschuhe (dicke Socken), lockere, bequeme Kleidung

Mo.02.09.19
18.30 – 19.15 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 30,00 €
Karlo Vollbrecht

3.6 Tai Chi Chuan

für Fortgeschrittene, Wiederholer und Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen

Text siehe oben

Mo. 02.09.19
19.15 – 20.45 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
58,00 €
Gebühr: 58,00 €
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). Hatha-Yoga ist ein eher gymnastisches, sportlicher ausgerichtetes Yoga, zu dem jedoch auch immer Atemübungen und meditative Entspannungsphasen gehören



3.7 Yoga I

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Yoga fördert ein inneres Gleichgewicht zwischen Geist, Körper und Seele als Basis der Gesundheit. Wachre Beobachtung und Achtsamkeit führen in wohltuende 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. 12.09.19
17.30 – 19.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 58,00 €
Sibylle Jasper-
Tönnies

3.8 Yoga II

Text s.o.

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Do. 12.09.19
19.45 – 22.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 58,00 €
Sibylle Jasper-
Tönnies

Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2019

**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**

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
1.1	Besuch im Schleswig-Holsteinischen Landtag	gebührenfrei	
1.2	First Line - Film und Diskussion	gebührenfrei	
1.3	Digitale Selbstverteidigung - Informationsabend	6,00 € bar	
1.4	Kiel- Wladiwostok- Kiel	6,00 € bar	
1.5	Raumgestaltung	10,00 €	
1.6	Kinderzimmer einrichten	10,00 €	
1.7	Schlaf - so individuell wie wir	8,00 €	
1.8	Abendtour ins Reich der Fledermäuse	7,00 €	
1.9	Wildfrüchtespaziergang im Domänental	7,00 €	
1.10	Herbstspaziergang in der Forstbaumschule	7,00 €	
1.11	Naturkundliche Wanderung um Gut Emkendorf	10,00 €	
1.12	Naturkundliche Herbstwanderung Kieler Berg	10,00 €	
1.13	Eulen und Käuze	10,00 €	
1.14	Greifvogelxkursion zum Westenseer Tüteberg	10,00 €	
2.1	Mit Liedern durch 100 Jahre	gebührenfrei	
2.2	Klavier	s. Tabelle	
2.3	Gitarre	s. Tabelle	
2.4	Trommel-Workshop	16,00 €	
2.5	Kunstwerkstatt am Vormittag	150,00 €	
2.6	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch	90,00 €	
2.7	Hand- Lettering	11,00 €	
2.8	Die Stoffwerkstatt	42,00 €	
2.9	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
2.10	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
2.11	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
2.12	Die Nähmaschine und ich	16,00 €	
2.13	Filz-Workshop	8,00 €	
2.14	Geschenverpackungen	11,00 €	
2.15	Weihnachtliche Dekoration	10,00 €	
3.1	Zeit der Stille	64,00 €	
3.2	Schnuppersonntag Meditation	10,00 €	
3.3	Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	28,00 €	
3.4	Schnupperkurs Tai Chi Chuan	5,00 €	
3.5	Tai Chi Chuan Anfänger	30,00 €	
3.6	Tai Chi Chuan	58,00 €	
3.7	Yoga I	58,00 €	
3.8	Yoga II	58,00 €	
3.9	Hatha-Yoga am Vormittag	77,00 €	
3.10	Hatha-Yoga am Vormittag	58,00 €	
3.11	Hatha-Yoga	77,00 €	

Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2019

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):**

(die mit * gekennzeichneten Felder benötigen wir für Ihre Kursanmeldung, die weiteren
Angaben sind freiwillig)

Name*: _____ Vorname*: _____

Straße/ Hausnr.*: _____

PLZ/ Ort*: _____

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und eventuelle Änderungen zu den gebuchten Kursen
mitteilen zu können, sowie für eventuelle Rückfragen, teilen Sie uns bitte eine Telefonnummer
und Mailadresse mit:

Vorwahl/ Tel. Nr: _____

Handynr: _____

E-Mail Adresse: _____

Datenschutzrechtlicher Hinweis:

Die zur Kursabwicklung nötigen personenbezogenen Daten werden elektronisch gespeichert.
Bitte beachten Sie die datenschutzrechtlichen Hinweise.

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.

SEPA Mandat liegt bereits vor
Bitte nur ankreuzen, wenn ein Mandat schon erteilt wurde.

Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2019
Kurslisten zum Ankreuzen für die verbindliche Anmeldung
Bitte Kurse durch Ankreuzen buchen!

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
3.12	Hatha-Yoga mit Meune	58,00 €	
3.13	Hatha-Yoga mit Meune	58,00 €	
3.14	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.15	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.16	Pilates - Ü 65	35,00 €	
3.17	Pilates – Anfänger	35,00 €	
3.18	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.19	Beckenbodengymnastik	42,00 €	
3.20	Rückengymnastik	42,00 €	
3.21	Rückenschule	28,00 €	
3.22	Gymnastik am Vormittag	28,00 €	
3.23	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.24	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.40	Rezepte aus dem Mittelalter	9,00 €	
3.41	Weihnachtsüberraschungsmenü	9,00 €	
3.42	Asiatische Suppenspezialitäten	9,00 €	
3.43	Leckere Geschenke aus der Küche	9,00 €	
3.44	Schnell und gesund	9,00 €	
4.1	Englisch A2 - Beginn	63,00 €	
4.2	Englisch in everyday situations	53,00 €	
4.3	Französisch für Wiedereinsteiger	34,00 €	
4.4	Französisch mit Vorkenntnissen	34,00 €	
4.5	Französisch für Fortgeschrittene	53,00 €	
4.6	Spanisch für Anfänger	58,00 €	
4.7	Spanisch für Anfänger 2. Semester	58,00 €	
4.8	Spanisch für Fortgeschrittene A2	78,00 €	
4.9	Spanisch für Fortgeschrittene A2/ B1	58,00 €	
4.10	Dänisch A1/ A2	68,00 €	
4.11	Schwedisch für Anfänger	24,00 €	
4.12	Schwedisch für Fortgeschrittene	24,00 €	
5.1	Grundlagen am PC für Anfänger	39,00 €	
5.2	Grundlagen am PC für Fortgeschrittene	39,00 €	
0.1	Einmal Tierpfleger sein	34,00 €	
0.2	Comiczichnen lernen	14,00 €	
0.3	Mal- und Zeichenkurs	21,00 €	
0.4	Mal- und Zeichenkurs	21,00 €	
0.5	Dance up	45,00 €	
0.6	Dance up	45,00 €	
0.7	Papa, koch mit mir	7,00 €	



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)

3.9 Hatha-Yoga am Vormittag

Für einen erfrischenden Start in den Tag und in die
Woche!
Kursbeschreibungen siehe oben

Mo. 16.09.19
10.45 – 12.15 Uhr
16 x
Bürgerhaus
Westensee, Schulweg
Gebühr: 77,00 €
Eva Holtey-Weber

3.10 Hatha-Yoga am Vormittag

Kursbeschreibungen siehe oben

Do. 19.09.19
10.00 - 11.30 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 58,00 €
Birgit Jung

3.11 Hatha-Yoga

Kursbeschreibungen siehe oben
für Teilnehmer, die bereits Yogaerfahrung gesammelt
haben

Mi. 28.08.19
19.15 – 20.45 Uhr
16 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 77,00 €
Birgit Jung



Yoga mit Meune

Yoga ist ein wunderbar ganzheitliches System und eignet sich für alle Lebensphasen. Der Kurs vermittelt bewusst ausgeführte Bewegungsübungen, Gelenk-, Drüsen- und Balanceübungen sowie gehaltene Stellungen (Asanas). Diese sorgen für mehr Beweglichkeit, für mehr Standhaftigkeit und Selbstsicherheit. Verspannungen können wahrgenommen und bewusst und aktiv gelöst werden. Umkehrstellungen sorgen für einen klaren Kopf und schärfen die Sinne.

Bewusst ausgeführte Kräftigungsübungen sorgen für einen optimalen Muskelaufbau. Achtsamkeits-, Konzentrations-, und Meditationsübungen sorgen für innere Ruhe und Gelassenheit. Verschiedene Atemtechniken helfen bei den Übungen, befähigen uns, die Energien dahin zu leiten, wo sie benötigt werden und erleichtern das Ankommen im Hier und Jetzt.

Die Übungen entwickeln eine optimale innere wie äußere Haltung, steigern die Lebensqualität, geben einen optimalen Energieschub sowie genügend innere Ruhe, um den Alltag zu meistern.

Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Übungssystem sind.

Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung (am besten nach dem Zwiebelprinzip), eine Yogamatte bzw. andere geeignete Unterlage, eventuell eine Decke, sowie ein Sitzkissen (es geht auch eine zusammengelegte Decke für Übungen im Sitzen).

3.12 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Mo. 26.08.19

17.15 – 18.45 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 58,00 €

Meune Lehmann

3.13 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Mo. 26.08.19

19.00 – 20.30 Uhr

12 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 58,00 €

Meune Lehmann



Klassisches Pilates

Pilates 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.

3.14 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei aufeinanderfolgenden Kursen
Kurs derzeit voll belegt.

Mo. 09.09.19
18.00 – 19.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.15 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei aufeinanderfolgenden Kursen

Mi. 11.09.19
08.30 – 09.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.16 Pilates - 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.
Maximal 10 Teilnehmer, Plätze auf Anfrage

Mi. 11.09.19
09.35 – 10.35 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann



3.17 Pilates – Anfänger

Mi. 11.09.19
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 aufeinanderfolgenden Kursen
Kurs derzeit voll belegt.

Mi. 11.09.19
18.00 – 19.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 35,00 €
Helga Rosemann

3.19 Beckenbodengymnastik

In diesem Kurs werden mit abwechslungsreichen Übungen die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur und die Muskeln des Beckenbodens trainiert und mit Kraft- und Wahrnehmungsübungen ergänzt.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, lockere Sportkleidung und ein Handtuch

Do. 07.11.19
16.30 – 17.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 42,00 €
NN

3.20 Rückengymnastik

Mit abwechslungsreichen Übungen trainieren wir die Muskeln, Faszien und knöcherne Strukturen. Wir stärken und dehnen 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. 07.11.19
17.30 – 18.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 5
Gebühr: 42,00 €
NN



3.21 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
Warteliste nach Rücksprache

Di. 17.09.19
20.00 – 21.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 3
Gebühr: 28,00 €
Inke Reinecker

3.22 Gymnastik am Vormittag

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

Mi. 30.10.19
09.00 – 10.00 Uhr
10 x
Sporthalle Westensee
Gebühr: 28,00 €
Inke Reinecker

3.23 Gymnastik am Vormittag

Leichte Kräftigungs- und Dehnübungen, Mobilisation der Wirbelsäule, Grundlagen der Rückenschule und Entspannungsübungen mit viel Spaß und Musik bestimmen unsere Gymnastikstunden.
Neueinstieg ist jederzeit möglich.
Bitte mitbringen: Bequeme Sportbekleidung und eine Matte o.ä.

Mi. 25.09.19
08.30 – 09.30 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 27,00 €
Elli Tietz

3.24 Gymnastik am Vormittag

weitere Gruppe, Text siehe oben
Die Teilnahme an diesem Kurs ist bei Bedarf auch im Sitzen möglich!

Mi. 25.09.19
09.40 – 10.40 Uhr
10 x
Gemeindezentrum
Raiffeisenstr. 2
Gebühr: 27,00 €
Elli Tietz



**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 Rezepte aus dem Mittelalter

Eine gaumenkitzelnde Entdeckungsreise zu den Genüssen, denen sich schon die alten Rittersleut, Gaukler und Markedender aussetzten. Das dunkle Mittelalter erhielt seinen Beinamen auf Grund der wenigen schriftlichen Quellen, die aus ihm hervorgingen – doch neben königlichen und kaiserlichen Urkunden, Briefen und Bullen sind es vor allem die überlieferten Rezeptsammlungen, die uns einen Einblick in das wirkliche Leben der Menschen des Mittelalters geben können. Versuchen wir möglichst authentisch Rezepte zwischen 900n. Chr. und der Entdeckung der neuen Welt herzustellen und zu verköstigen - und einen guten Tropfen des göttlichen Met wollen wir auch nicht verschmähen. Bitte mitbringen: scharfes Messer, Trockentuch, Getränk und Restebehälter

Di. 29.10.19
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.41 Weihnachtsüberraschungsmenü

Rechnen Sie mit dem etwas anderen Weihnachtssessen. Tolle, ausgefallene und wirklich überraschende Rezepte für den Weihnachtsabend oder jeden anderen Tag...
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 26.11.19
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 12,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp

3.42 Asiatische Suppenspezialitäten

Einfaches, leckeres, raffiniertes, überraschendes aus dem Suppeneldorado Vietnam & Thailand mit Kokosmilch oder klar – vegetarisch und mit Fisch oder Fleisch – Ente wird dabei sein und die Bananensuppe meines Lebens!
Bitte mitbringen: **einen Suppentopf**, scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 28.01.20
18.30 – 21.30 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
André Weidtkamp



3.43 Leckere Geschenke aus der Küche

Ob als kleines Mitbringsel oder als leckeres Geschenk zu einer besonderen Gelegenheit: Hübsch verpackt schmecken Plätzchen, Marmelade, herzhaftes Pesto oder knackige Käsekräcker doch gleich doppelt so gut. Wir wollen sowohl herzhaftes als auch süße Kleinigkeiten zubereiten und diese auch gleich verzieren und verpacken.
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Geschirrtuch, Getränk, Restebehälter

Fr. 22.11.19
18.00 – 21.00 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 10,00 €
Kochgeld/Kopien
Kerstin Buschmann

3.44 Schnell und gesund

Gesunde Ernährung muss nicht immer aufwendig sein. Auch auf die Schnelle lassen sich leckere fett- und kalorienarme Gerichte zubereiten.
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Geschirrtuch, Getränk, Restebehälter

Fr. 29.11.19
18.00 – 21.00 Uhr
Küche
Grundschule Felde
Gebühr: 9,00 €
zzgl. 9,00 €
Kochgeld/Kopien
Kerstin Buschmann

Bücherflohmarkt in den Räumen der VHS am 19. und 20.10.2019 von 11.00 bis 17.00 Uhr

Nach dem Erfolg der letzten Jahre lade ich wieder zu einem großen Bücherflohmarkt ein.

Ich freue mich sehr, auch in diesem Jahr die Veranstaltung wieder in den Räumen der VHS Felde durchführen zu können. Es wird Gelegenheit sein, nette Menschen zu treffen und es sich bei Kaffee und Kuchen gutgehen zu lassen.

Wie bisher ist der Erlös für die Betreuung von Kindern aus Tschernobyl durch Frau Eberhardine Seelig in Neumünster bestimmt.

Kommen Sie! Staunen Sie! Kaufen Sie!

Karen Klein



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

4.1 Englisch (A2 - Beginn)

Die Teilnehmer*innen beginnen mit dem A2-Niveau. Diesmal erfahren Sie etwas über das Leben in Nordamerika. Außerdem geht es um den Körper und die grundlegenden Vokabeln für einen Arztbesuch. Weitere Themen sind Kleidung, was man wann anzieht, Geldwechsel und wie man bezahlen kann. Wer einsteigen möchte, sollte gern auch grammatische Grundkenntnisse mitbringen (unregelmäßige Verben!) bzw. bereit sein, Lücken selbstständig aufzuarbeiten. Wir lernen mit dem Lehrbuch Great! A2 (Klett-Verlag). Wir gehen weiterhin kleinschrittig voran, damit Sie Freude an den neuen Sprachkenntnissen haben.

Mi. 11.09.19
18.30 – 20.00 Uhr
12 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 63,00 €
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. 26.09.19
18.00 – 19.30 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 53,00 €
Caitlyn Ross

Deutschkurse

Wir bieten Deutschkurse an. Bei Fragen wenden Sie sich an uns, wir informieren Sie gern über unser Angebot.



4.3 Französisch für Wiedereinsteiger

Sie haben schon einen Einblick in die schöne französische Sprache erhalten und können eine einfache Konversation führen, unter anderem zum Beispiel sich begrüßen und vorstellen, ein bisschen über Vorlieben sprechen oder etwas im Restaurant bestellen. Vielleicht haben sie vor vielen Jahren Französisch in der Schule gelernt und möchten es wieder auffrischen. Dieser Kurs bietet einen entspannten Wiedereinstieg 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

Mo. 16.09.19
19.00 – 20.00 Uhr
10 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 2
Gebühr: 34,00 €
Charlotte Bousquet

4.4 Französisch mit Vorkenntnissen ab etwa B1

Et la journée se termine en français!
C'est avec plaisir que nous voulons nous retrouver pour parler, lire, écouter, regarder et parfois écrire en français. Nous n'échapperons pas à la révision de quelques points grammaticaux pour améliorer ou retrouver notre expression orale, mais en s'entraînant et dans la bonne humeur.

Soyez les bienvenus!
Lehrbuch: wird im Kurs besprochen.

Mo. 16.09.19
18.00 – 19.00 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. 04.09.19
10.00 – 11.30 Uhr
11 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum 1
Gebühr: 53,00 €
Evelyne Martin



4.6 Spanisch für Anfänger

Wenn Sie Lust haben, bei entspannter Atmosphäre Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erwerben oder eine Reise im spanischsprachigen Raum vorbereiten möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Lehrbuch: El curso en vivo A1 (Langenscheidt)

Das Buch muss am ersten Tag noch nicht mitgebracht werden.

Mo. 16.09.19

19.45 – 21.15 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 58,00 €

Lourdes Camacho

Reyes

4.7 Spanisch für Anfänger 2. Semester

Im ersten Semester haben wir uns schon mit der spanischen Sprache vertraut gemacht und kennen viele Vokabeln – mehr als „paella“, „cerveza“ und Co. Wir sind neugierig und gespannt, was wir im 2. Semester über landestypische Gewohnheiten, die Menschen und ihre Kultur erfahren werden.

„El curso en vivo A1“ begleitet uns dabei. Wir setzen fort mit der 4. Lektion zu Beginn des neuen Semesters.

Lehrbuch: „El curso en vivo“ A1 (Langenscheidt)

Do. 19.09.19

19.00 – 20.30 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 58,00 €

Maren Smolka

4.8 Spanisch für Fortgeschrittene

Wer hat Lust, sich in einer fröhlichen Gruppe der spanischen Sprache zu widmen? Wir sprechen über Lebensgewohnheiten und Eigenarten der Spanier und insgesamt der Spanisch sprechenden Welt und ziehen Vergleiche. Es ist interessant, was dabei herauskommt. Gern werden wir auch neue Teilnehmer begrüßen, die sich schon ein wenig in der Vergangenheit ausdrücken können oder die eventuell ein paar Semester Spanisch gehabt haben und jetzt ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Todos están bien venidos!

Wir lernen mit „el curso en vivo A2“ und werden zum Herbstsemester mit der Lektion 8 starten.

Lehrbuch: „El curso en vivo“ A2 (Langenscheidt)

Mi. 18.09.19

19.00 – 20.30 Uhr

16 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 78,00 €

Maren Smolka



4.9 Spanisch für Fortgeschrittene

Haben Sie bereits Vorkenntnisse A2/B1 und möchten diese festigen, erweitern und in einer entspannten Atmosphäre weiterlernen?

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

Continuamos! Aber natürlich auch wieder mit viel Spaß.

Lehrbuch: Con gusto, B1, ab Lektion 8

Mo. 16.09.19

18.00 – 19.30 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 58,00 €

Lourdes Camacho
Reyes

4.10 Dänisch (A1.4 bzw. A2.1)

Der Einstieg in die dänische Sprache ist geglückt. Wir können vieles verstehen und auch schon selber einigermaßen ausdrücken, was wir wollen. Wir haben uns an die verflixte Aussprache gewöhnt und ein bisschen in die Bildung der Zeiten eingefuchst (Futur und Präteritum). Nun soll es bei den vielfältigen Themen Urlaub und Arbeit mit Perfekt und Adjektivangleichung weitergehen, natürlich wieder mit viel Spiel und Spaß. Über Quereinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen freuen wir uns.

Buch: Vi snakkes ved (aktuell oder ältere Version)

Hueber Verlag, ca. ab Lektion 9

Mi. 11.09.19

19.00 – 20.30 Uhr

14 x

VHS Dorfstr. 93

Raum 6

Gebühr: 68,00 €

Inga Mahlke

4.11 Schwedisch

für Anfänger Fortsetzung (A1)

Sie haben Lust die schwedische Sprache zu lernen?

In diesem Kurs geht es um Grundlagen und um Hilfreiches für Ihren Aufenthalt in Schweden.

Lehrbuch wird im Kurs besprochen.

Di. 01.10.19

18.00 – 19.00 Uhr

5 x, 14-tägig

VHS Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 24,00 €

Annika Kreft

4.12 Schwedisch

für Fortgeschrittene, ab ca. 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: javisst

Di. 01.10.19

19.00 – 20.30 Uhr

5 x, 14-tägig

VHS Dorfstr. 93

Raum 1

Gebühr: 24,00 €

Annika Kreft



5.1 Grundlagen am PC für Anfänger

auch für Senioren, ganz entspannt

- Grundeinstellungen und Problemlösungen am PC
- Arbeiten mit dem Betriebssystem Windows 7
- Arbeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word
- Arbeiten mit Grafikprogrammen, Powerpoint, 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 Mo, 09.09.19
um 17.00 Uhr**

Di. 17.09.19

17.00 – 18.30 Uhr

6 x

Grundschule Felde

Gebühr: 39,00 €

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

**Achtung: Vorbesprechung am Mo, 09.09.19
um 17.00 Uhr**

Mo. 16.09.19

17.00 – 18.30 Uhr

6 x

Grundschule Felde

Gebühr: 39,00 €

Jens Lersmacher

Digitale Selbstverteidigung Diktatur der Daten - Informationsabend

s.o. Kursnummer 1.3

Junge vhs – Kinderkurse

0.1 Einmal Tierpfleger sein

Tierparkerlebnistage

für Kinder ab 5 Jahren

Einmal Tierpfleger/in sein und hinter die Kulissen im Tierpark schauen! Spannend, witzig und kindgerecht lernen die Kids die großen und kleinen Tiere kennen. Der Kontakt beim Füttern weckt die Wissbegierde und den Forscherdrang. Ob Pferde, Esel, Schweine, Schafe oder Geflügel – fragen uns: Was fressen die Tiere? Wo schlafen die Hühner? Wie sehen die Füße der Tiere aus? Warum wühlen die Schweine mit ihrer Rüssel Nase im Boden? Sind Esel störrisch und Schweine dreckig? Und müssen alle Schafe geschoren werden? Wir spinnen für zu Hause ein Armband aus der Schafwolle, basteln Pinsel aus Pferdehaaren und vieles mehr.

An 4 Samstagen trifft sich die Gruppe von 14-16 Uhr, um die Tiere des Tierparks kennen zu lernen und mit anderen Kindern zusammen in der Natur unterwegs zu sein.

Die Tierpark Erlebnistage 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 10,- € pro Person und Termin gern begleiten.

Sa. 28.09.19,
14.00 – 16.00 Uhr
4 x, weitere Termine:
26.10./09.11./
23.11.19
Tierpark Arche
Warder,
Langwedeler Weg 11,
24646 Warder
Gebühr: 34,00 €
inkl. Materialkosten
Stefanie Klingel

0.2 Comiczeichnen lernen

für Kinder ab 10 Jahren und für Erwachsene!

Gezeichnete Bilder sprechen eine eigene Sprache. Der Kieler Illustrator und Comiczeichner „Thoddy“ zeigt, wie man seine eigene Comicfigur erschafft und verrät einige Tricks, wie man seine Figur zum „Leben“ erweckt. Hierbei kommt es am Ende nicht so sehr auf Perfektion an, sondern es geht in erster Linie um den Spaß am Zeichnen. Und wie einem das Zeichnen im Alltag helfen kann, erfährt man auch noch nebenbei. Es können max. 12 Personen ab 10 Jahren teilnehmen, daher nur mit Anmeldung.

Wer bereits Erfahrungen mit Comiczeichnen gemacht hat, darf seine Werke gerne mitbringen.

Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, 1 Fineliner schwarz (ca. 0,5 bis 0,8 mm)

Sa. 18.01.20
11.00 – 15.00 Uhr
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 2
Gebühr: 14,00 €
Thorsten Hardel

Junge vhs – Kinderkurse

0.3 Mal- und Zeichenkurs

für Kinder ab 9 Jahren, auch Erwachsene sind herzlich willkommen!

Im Kurs werden verschiedene Techniken, Materialien und Stile näher gebracht. Insbesondere wird zu mehr Kreativität und Vorstellungskraft angeleitet.

Fr. 08.11.19
16.30 – 18.00 Uhr
4 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 4
Gebühr: 21,00 €
zzgl.: 5,- €
Materialkosten
Katarina Wollherr

0.4 Mal- und Zeichenkurs

für Kinder ab 9 Jahren, auch Erwachsene sind herzlich willkommen!

Im Kurs werden verschiedene Techniken, Materialien und Stile näher gebracht. Insbesondere wird zu mehr Kreativität und Vorstellungskraft angeleitet.

Fr. 10.01.20
16.30 – 18.00 Uhr
4 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 4
Gebühr: 21,00 €
zzgl.: 5,- €
Materialkosten
Katarina Wollherr

0.5 Dance up für Kinder

Für Kinder von 8 – 10 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

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Mi. 21.08.19
15.00 – 16.00 Uhr
14 x
VHS, Dorfstr. 93
Raum: 5
Gebühr: 45,00 €
Corinna Lankuttis

Junge vhs - Kinderkurse

0.6 Dance up für Kinder

Für Kinder ab 11 Jahren

Text: siehe oben Kurs

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Einstieg nach Rücksprache.

Mi. 21.08.19

16.00 – 17.00 Uhr

14 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum: 5

Gebühr: 45,00 €

Corinna Lankuttis

0.7 Papa, koch mit mir

Für 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. 28.09.19

16.15 – 18.30 Uhr

Küche

Grundschule Felde

Gebühr: 7,00 € p.P.

zzgl. 6,00 €

Umlage p.P.

Elke Käding

Leckere Geschenke aus der Küche

auch für Kinder und Jugendliche ab ca. 10 Jahren.

Kursbeschreibung s.o. Kurs 3.43

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

Zum Beispiel

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 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 Reyes	0431/8860973
Christine Friedrich	04340/403122
Beate Henke	04340/403178
Sibylle Jasper-Tönnies	04871/4591
Birgit Jung	0431/98377094
Meune Lehmann	04392/5738
Jens Lersmacher	0157/72902341
Inga Mahlke	04340/1293
Evelyne Martin	04340/587
Kay Prinz	04340/1677
Inke Reinecker	04392/2998
Stephan Scheja	04305/991250
Maren Smolka	04340/8413
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 unter www.felde.de/VHS

Kursanmeldungen bitte schriftlich mit dem Anmeldeformular an die VHS Felde.

Bürozeiten: Dienstag von 10 – 12 Uhr und Donnerstag von 17 – 18 Uhr

sowie nach Vereinbarung.

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**

VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde, vhs-felde@gmx.de, 04340-4008010

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist als Einrichtung der Gemeinde Felde Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – Telefonnummer und/oder E-Mailadresse, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Teilsprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich bitte telefonisch oder per E-Mail an die Gemeinde Felde.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule der Gemeinde Felde

Dorfstraße 93

24242 Felde

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung