



Vielfalt erleben



Anmeldung und Beratung

Jutta Hammel und Astrid Trehkopf Tel. 07931 57-4300 oder 57-4302

Anmeldung und Beratung Integration

Martina Mollner und Lina Barth Tel. 07931 57-4301 oder 57-4303

Buchhaltung

Anka Billek Tel. 07931 57-4306

Leitung

Matthias Strack, Tel. 07931 57-4305 Stoja Roß, stellv. Leitung, Tel. 07931 57-4304

Außenstelle Igersheim

Irmgard Heinen, Tel. 07931 492121 vhs.igersheim@bad-mergentheim.de

Außenstelle Niederstetten

Sabrina Schürger, Tel. 0152 38927077 vhs.niederstetten@bad-mergentheim.de

Außenstelle Weikersheim

Barbara Wirth, Tel. 07934 9937620 vhs.weikersheim@bad-mergentheim.de

Bitte melden Sie sich spätestens eine Woche vor Kursbeginn an!

Nur wenn die Teilnehmerzahl rechtzeitig bekannt ist, können wir eventuell Zusatzkurse einrichten und gering belegte Kurse rechtzeitig absagen.

Hinweise zur Anmeldung

Die vhs Bad Mergentheim ist bemüht, Ihnen die Anmeldung so einfach wie möglich zu machen. Sie können sich persönlich, telefonisch, schriftlich mit dem Anmeldeformular, per Fax, E-Mail oder über unsere Homepage www.vhsmgh.de anmelden. Die Volkshochschule verschickt keine Anmeldebestätigung. Wir benachrichtigen Sie nur bei Änderungen oder Kursausfall.

Bezahlung

Erteilen Sie uns bitte ein SEPA-Lastschriftmandat. Ein Basis-Lastschriftmandat mit Originalunterschrift des Kontoinhabers ist dafür Voraussetzung. Dieses wird nur einmalig erteilt und gilt dann bis auf Widerruf für alle gebuchten Veranstaltungen. Ein Formular finden Sie auf der letzten Seite dieses Programmheftes.

Konto

Sparkasse Tauberfranken **BIC: SOLADES1TBB** Sonderkonto Volkshochschule

IBAN: DE 66 6735 2565 0001 0018 90

Anschrift

Altes Rathaus Marktplatz 1

97980 Bad Mergentheim Telefon: 07931 57-4300 Telefon: 07931 57-4302 Telefax: 07931 57-4907

E-Mail: vhs@bad-mergentheim.de Homepage: www.vhsmgh.de

Mitglied des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg e. V.

Semesterplan Herbst/Winter 2021/22

September						Oktober				November				Dezember			Januar				Februar						
Мо		6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28
Di		7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	
Mi	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	
Do	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	
Fr	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	
Sa	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	
So	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	

Studienfahrten	Politik—Ge Umwelt vhs: Demokratische Orte des Ler	
Kultur-Gestalten Konzerte 12 Literatur 12 Tanzen/Musical 13 Malen/Zeichnen/Drucktechniken 13 Handwerk/Kunsthandwerk 15 Fotografie 15 Musikalische Praxis 16 Digitale Angebote 17 Gesundheitsbildung Yoga/Entspannung 18 Bewegung/Fitness 21	Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gr politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert k weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und GWerte, Menschenrechte und gegen Fundamental können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenz Programmangebot des Fachbereichs "Politik – Grumfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, psychologische und pädagogische Themen. Bildrund Globales Lernen sind wesentliche gesellschahier ein breites Angebot zur Information, Diskussitungen sind geprägt durch offenen Gedankenaus sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gehintergrundinformationen, mit spannenden und kontroversen und ko	commt dabei der politisch die allgemeines Engagem- ismus fördert. In den ang zen erfahren und entwick esellschaft – Umwelt" ist , ökologische, rechtliche a ung für nachhaltige Entwi aftliche Aufgaben. Die Voll on und zum aktiven Hand tausch zwischen engagie emeinsamen Erarbeitung
Zumba®/Selbstverteidigung23Gesunder Rücken24Bewegung im Wasser24Essen und Trinken25Rund um Körper und Gesundheit26Digitale Angebote26FremdsprachenEnglisch29Französisch31Italienisch32Spanisch/Selten gelernte Sprachen33Deutsch als Fremdsprache/IntegrationDeutsch als Fremdsprache34Prüfungstermine36	Akademie am Vormittag Renaissance und Barock (17./18. Jahrhundert) In der interdisziplinären Kursreihe "Akademie am Vormittag" bearbeiten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein Rahmenthema, das aus ver- schiedenen fachlichen Perspektiven beleuch- tet wird. Im Herbst-/Wintersemester 2021/22 beschäftigt sich der Kurs mit Renaissance und Barock. Baustein 1: Physik Die kopernikanische Wende: Vom Mittelalter	Philosophie im 17. Jahr hundert brachte für Euroche Revolution. Die grooft zugleich Forscher oote: Grundlegung - Eine eine neue Welt (Francis chanik der Körper: Thor Locke über Naturzustar trag. Innovative Letztbe le-Dualismus: Rene Des von der Pfalz. Dozent: Dr. Bernhard B. Termine: 19.10.2021 ur bis 11:30 Uhr) Baustein 3: Musik
Integrationskurse/Berufssprachkurse 36 Bildung und Beruf Office-Programme/Smartphones/Tablets 38 Internet/Digitalisierung 38 Buchführung/Bewerbung/Management 39 Tastaturschreiben 40 Lightpainting/Videoworkshop/Trickfilm 40 Welcome-Center/Frau und Beruf 42 junge vhs junge vhs 43 Außenstelle Niederstetten	zur Neuzeit. Die wohl erstmals von Kant so bezeichnete "kopernikanische Wende" steht für den Übergang von der Renaissance zur Neuzeit. Die Entwicklung ist eng verknüpft mit der Auseinandersetzung um das neue Weltbild des Kopernikus. Dieser hatte behauptet, die Erde würde sich wie die anderen Planeten um eine im Zentrum des Kosmos ruhende Sonne bewegen. Dies konnten die Zeitgenossen kaum akzeptieren, denn man merkt nichts von einer Bewegung der Erde. Sowohl Johannes Kepler als auch Galileo Galilei scheiterten letztendlich bei dem Versuch das neue Weltbild zu beweisen. Trotzdem war ihre Vorarbeit unverzichtbare Grundlage für die Lebensleistung Isaac Newtons, der mit seiner "neuen Physik" von 1687 die Kontroverse zugunsten des Kopernikus beenden konnte. Prof. Joachim Sommer Termine: 05. und 12.10.2021	Mit Johann Sebastian E Barockzeit ein Komponi die abendländische Mus eint und sie gleichzeitig führt. Exemplarisch soll nachtsoratorium darges stellt zwar ein Zeugnis o dar, kann als Kunstwerk ansprechen. Das liegt s len weihnachtlichen Bot ner sinnlichen Musik, die lativen Grundcharakter a Dozent: Roland Bauer Termine: 09.11.2021 un

Fachbereich 1

Politik-Gesellschaft-Umwelt

haft-

he Orte des sozialen und nen Bildung zu, die ent für demokratische gebotenen Lernräumen kelt werden. Das breit angelegt und als auch geschichtliche, icklung, Umweltbildung kshochschulen halten deln vor. Die Veranstalerten Menschen, in von Kenntnissen und

hie (Teil 1)

hundert. Das 17. Jahrropa eine wissenschaftlißen Philosophen waren der politisch tätig. Inhalneue Wissenschaft für Bacon). Politik als Memas Hobbes und John nd und Gesellschaftsveregründung und Leib-Seescartes und Elisabeth

nd 26.10.2021 (jeweils

Bach steht am Ende der ist, der wie kein anderer siktradition in sich verzu einem Höhepunkt dies an seinem Weihstellt werden. Dieses christlichen Glaubens k aber alle Menschen sowohl an der universeltschaft, wie auch an eiie durch ihren kontempalle Menschen anrührt.

nd 16.11.2021

Baustein 4: Kunst

Barock wird ein ganzes Zeitalter genannt, doch dahinter verbirgt sich eigentlich ein Kunststil, der nicht nur die Arbeit beschreibt, wie Kunst auszusehen hatte, sondern der dem Lebensgefühl einer Epoche ein Gesicht gab. Dabei gestaltete sich die Kunst des Barock durchaus unterschiedlich in Europa und darüber hinaus. Dozentin: Dr. Alice Ehrmann- Pösch Termine: 23.11.2021 und 30.11.2021

Baustein 5: Philosophie (Teil 2)

Inhalte: Ausdifferenzierungen und Konfrontationen. Versöhnung von Wissenschaft und Religion aus zwei verschiedenen Wegen: Blaise Pascal und G.W. Leibniz. Orientierung in Raum und Zeit: Die Briefwechsel von G.W. Leibniz mit China-Missionaren sowie mit Clarke (bzw. Newton). Dozent: Dr. Bernhard Bähr

Termine: 07.12.2021 und 14.12.2021 (jeweils bis 11:30 Uhr)

Baustein 6: Geschichte

Politik, Gesellschaft und Religion im 15. und 16. Jahrhundert in der Region. Konfessionalisierung und Sozialdisziplinierung. Ein struktureller Überblick. Reformation und Bauernkrieg von 1525 in Franken. Gregor Spieß: Kanzler des Deutschen Ordens und Geschichtsschreiber in Mergentheim. Rekatholisierung im Hochstift Würzburg: das Beispiel Julius Echters von Mespelbrunn. Der dreißigjährige Krieg in Franken und im Herzogtum Bayern. Wallfahrten, Mirakelbücher, Bildstöcke: Die Ausbildung der christlichen Kulturlandschaft.

Dozent: Prof. Helmut Flachenecker Termine: 11.01.2022 und 18.01.2022

Baustein 7: Wirtschaft

Bevölkerung und Wirtschaft Europas von 1600-1750. Inhalte: Vorbemerkung zur Datenlage. Allgemeine Tendenzen in Europa: Bevölkerung (Größe, Struktur, Bevölkerungsbewegung) und Wirtschaft (Landwirtschaft, Gewerbe, Handel): Zwei Einzelanalysen: Ein Verlierer im 17. Jahrhundert: Deutschland. Der dreißigjährige Krieg und seine Folgen. Und: Ein Gewinner im 17. Jahrhundert: die Niederlande. Innovationen und Veränderungen der niederländischen Wirtschaft. Die Malerei des Goldenen Zeitalters als Wirtschaftsfaktor und Kulturgut - einst und jetzt. Dozent: Prof. Ulrich Erhard

Termine: 25.01.2022 und 01.02.2022

Baustein 8: Kunstfahrt

Es ist vorgesehen, wieder eine Kunstfahrt anzubieten. Das Ziel wird im Kurs rechtzeitig bekannt gegeben und auf der vhs-Homepage unter www.vhsmgh.de veröffentlicht. Bitte beachten Sie, dass für die Teilnahme an der Kunstfahrt eine gesonderte Anmeldung erforderlich ist und die Kosten für die Kunstfahrt nicht in der Gebühr für die Akademie enthalten sind.

Termin: 08.02.2022

Bad Mergentheim 100101

Dozententeam, dienstags, ab 05.10.2021, 09:30 - 12:00 Uhr, Volkshochschule, 14 Termine, 252,00 €

STUDIENFAHRTEN

Wien Charme zu jeder Jahreszeit

Vier-Tages-Fahrt

Wien hat Charme - zu jeder Jahreszeit. Nehmen Sie sich die Zeit und besuchen Sie mit uns die Hauptstadt Österreichs. Wien war und ist Heimat verschiedener Kulturen aus aller Herren und Damen Länder, und das sieht man bis heute an vielen Ecken. Erleben Sie die Sehenswürdigkeiten Wiens bei einer Stadtrundfahrt und entdecken Sie den Wienerwald und das Umland von Wien bei einem Tagesausflug.

Programm

- 1. Tag: Anreise nach Wien. Zimmerbezug. Gemeinsames Abendessen.
- 2. Tag: Um 09:00 Uhr Treffen mit dem Guide zur 3-stündigen Stadtführung (Kombination von Fuß-Spaziergang und Busfahrt). Im Anschluss erleben Sie den Charme des Wiener Kaffeegenusses - 1 Tasse Melange (oder anderes Heißgetränk) + 1 Stück Torte/Apfelstrudel im Café Residenz oder im Café Hofburg. Abendessen im Hotel.
- 3. Tag: Ausflug mit unserer Reiseleitung ins Wiener Umland mit Wienerwald, Helenental, Baden bei Wien. Am Abend erwartet Sie ein köstliches Winzergericht bei einem typischen Heurigen im Wiener Raum oder in Gumpolds-
- 4. Tag: Heimreise durch die Wachau mit einem Halt in der schönen Kremser Altstadt.

Hotel

Das 4-Sterne-Designhotel ARCOTEL Kaiserwasser befindet sich gegenüber der UNO-City und dem Kongresszentrum Austria Center Vienna (im 22. Bezirk). Die U-Bahn-Station ist in unmittelbarer Nähe, sodass alle bedeutenden Sehenswürdigkeiten in der Wiener Innenstadt auch auf eigene Faust einfach und rasch erkundet werden können. Alle Zimmer sind modern eingerichtet und verfügen über Bad/Dusche, WC, Minibar, Teekocher, Safe, Flat-TV, W-Lan und Klimaanlage. Zur Ausstattung des Hotels zählen auch ein Restaurant, eine Bar und ein Wohlfühlbereich mit Sauna, Dampfbad, Erlebnisdusche und Fitnessgeräten.



Wien (© Adobe Stock 148337129)

Leistungen

Reise im Lillig Touristik First Class Bus, 3x ÜN inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet, 2x 3-Gang-Abendmenü, 1x 3-Gang-Winzermenü (bei einem Wiener Heurigen oder bei einem Heurigen in Gumpoldskirchen), 1x Stadtführung Wien (3 h) in Kombination zu Fuß und mit dem Bus, 1x Wiener Kaffeegenuss mit 1 Tasse Melange und 1 Stück Apfelstrudel oder Sachertorte, Ausflug mit Reiseleitung am 3. Tag, Ortstaxe/Steuern. Der Reisepreis im Doppelzimmer beträgt pro Person 470 EUR und im Einzelzimmer 560 EUR (d.h. der EZ-Zuschlag beträgt 90 EUR).

Wichtige Hinweise zur Reise

Veranstalter im Sinne des Reisegesetztes ist die Lillig Touristik GmbH & Co. KG, Beim Braunstall 5, 97980 Bad Mergentheim. Die Reisebedingungen (Geschäftsbedingungen) können Sie gerne unter https://www.lillig-touristik.de/impressum/ einsehen. Es handelt sich um eine Zubucherreise. Für diese Reise gilt Stornostaffel A der Reisebedingungen des Veranstalters.

Eine Reisekostenrücktrittsversicherung ist in der Gebühr nicht enthalten!

Gültiger Personalausweis oder Reisepass erforderlich!

Igersheim 100001

Donnerstag, 21.10.2021, bis Sonntag, 24.10.2021, Treffpunkt: Parkhaus Altstadt/Schloss, 4 Tage, $470,00 \in$

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Hamburg

Drei-Tages-Fahrt mit Möglichkeit zum Musicalbesuch

Hamburg - eine grüne Stadt am Wasser, mit einem der größten Häfen der Welt und dem herrlichen Elbufer, bekannt und berühmt durch St. Pauli mit den Landungsbrücken und der Reeperbahn, durch stolze Bauwerke aus der Zeit der Hanse und nicht zuletzt durch die Musicals. Erleben Sie einen unvergesslichen Abend in einem der berühmtesten Musicaltheater und lassen Sie sich entführen in eine Welt voller wunderbarer Melodien und Gefühle.

Programm

- 1. Tag: Anreise über Kassel Hannover. Bei einer Stadtrundfahrt erfahren Sie viel Wissenswertes über die Hansestadt. Danach fahren Sie ins Hotel und beziehen Ihr Zimmer. Abendessen & Übernachtung.
- 2. Tag: Nach einem ausgiebigen Frühstück unternehmen Sie eine Hafenrundfahrt mit einer Barkasse. Im Anschluss haben Sie Zeit, die Hansestadt auf eigene Faust zu erkunden. Evtl. besuchen Sie die Elbphilharmonie, das neueste Wahrzeichen der Stadt. Auf dem Sockel eines ehemaligen Kaispeichers an der westlichen Spitze der Hafencity erhebt sich der gläserne Neubau mit seiner kühn geschwungenen Dachlandschaft. Am frühen Nachmittag machen Sie sich bereit zum Musicalbesuch. Vorstellungsbeginn: 14:30, 15:00 oder 15:30 Uhr, je nach gewähltem Musical. Rückfahrt mit dem Bus zum Hotel und Übernachtung.
- 3. Tag: Nach dem Frühstück haben Sie Zeit zur freien Verfügung in Hamburg. Tipp für Frühaufsteher: der traditionelle Fischmarkt öffnet sonntags ab 5:00 Uhr seine Pforten. Gegen Mittag verabschieden wir uns von der Hansestadt und treten die Heimreise an.

Hotel

Best Western Plus Hotel Böttcherhof

Das Best Western Plus Hotel Böttcherhof liegt im Stadtteil Billbrook. Eine Bushaltestelle (Linie 160, Haltestelle Blaue Brücke) befindet sich direkt vor dem Hotel. Die Zimmer sind angenehm ruhig und ausgestattet mit Dusche/ WC, Föhn, Telefon, freiem W-Lan, Tee- und Kaffeekocher-Station.

Leistungen

Reise im Lillig Touristik First Class Bus, 2x ÜF-Buffet, 1x Abendessen im Hotel, Transfer zu den Musicals, Stadtrundfahrt mit Führung, Hafenrundfahrt im Hamburger Hafen, Kultur- und Tourismustaxe

Der Reisepreis im Doppelzimmer beträgt pro Person 298 EUR und im Einzelzimmer 354 EUR (d.h. der EZ-Zuschlag beträgt 56 EUR).

Zubuchbare Optionen:
Karten zu den Musicals Oktober-Termin:
Disneys – DER KÖNIG DER LÖWEN
Disneys – DIE EISKÖNIGIN
WICKED – DAS MUSICAL
TINA – DAS TINA TURNER MUSICAL
Kartenpreise auf Anfrage



Hamburg, Elbnphilharmonie (© Adobe Stock 133772690)

Wichtige Hinweise zur Reise

Veranstalter im Sinne des Reisegesetztes ist die Lillig Touristik GmbH & Co. KG, Beim Braunstall 5, 97980 Bad Mergentheim. Die Reisebedingungen (Geschäftsbedingungen) können Sie gerne unter https://www.lillig-touristik.de/impressum/einsehen. Es handelt sich um eine Zubucherreise. Für diese Reise gilt Stornostaffel A mit Zusatz 5.7 der Reisebedingungen des Veranstalters.

Eine Reisekostenrücktrittsversicherung ist in der Gebühr nicht enthalten!

Igersheim 100002

Freitag, 01.10.2021, bis Sonntag, 03.10.2021, Treffpunkt: Parkhaus Altstadt/Schloss, 3 Tage, 298,00 €

GESCHICHTE

Geschichte vor der Haustüre Hohenlohe historisch

Das Interesse für den eigenen Wohn- oder den Heimatort, für die Region, in der man lebt, ist groß. Orts- und Regionalforschung ist derzeit "in". Dieses Interesse aber ist für die Gesellschaft wichtig, fördert die Auseinandersetzung mit der gemeinsamen Vergangenheit doch die regionale Identifikation und damit v. a. das gesellschaftliche Engagement im Hier und Jetzt. Daran knüpft das Kursangebot "Geschichte vor der Haustüre" an: Es will die praktischen Voraussetzungen dafür schaffen, dass sich interessierte Mitbürgerinnen und Mitbürger tatsächlich selbständig-forschend mit der Geschichte ihrer Region, der Region Heilbronn-Franken, und d. h. auch mit ihrer eigenen Geschichte auseinandersetzen können. Und es will sie bis hin zu einer ersten schriftlichen Ausarbeitung führen, die in publizierter Form erst eine Breitenwirkung der Forschungsergebnisse mit sich bringen kann, die wiederum anderen Interessierten das lesende Kennenlernen der Orts- und Regionalgeschichte ermöglicht. Dazu erhalten die Teilnehmenden eine Einführung in die geschichtswissenschaftliche Forschung. Sie lernen die Funktionen und die Nutzung von Archiven ebenso kennen wie das Lesen alter (Hand-) Schriften und bekommen Informationen an die Hand, wie Quellen richtig interpretiert werden und wie man in einer Publikation richtig zitiert. In Kooperation mit dem Verein Hohenlohe historisch - Freundeskreis des Hohenlohe-Zentralarchivs Neuenstein e.V. sowie weiteren Volkshochschulen, Initiativen und Vereinen aus der Region.

Bitte beachten Sie die Hinweise zu Teilnahme und Anmeldung am Ende der Kursausschreibung. "Geschichte vor der Haustüre. Hohenlohe historisch" ist eine Veranstaltungsreihe, deren Module Sie jeweils als Einzelkurs buchen können. Die Anmeldungen sind i.d.R. nur direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv in Neuenstein möglich, bei manchen Online-Kursen erfolgt die Anmeldung auch über einen Link. Sollten Sie Ihre Anmeldung direkt bei der Volkshochschule vornehmen, bleibt jene bis zur Bestätigung durch das Hohenlohe-Zentralarchiv unverbindlich. Ihre Anmeldedaten werden an das Hohenlohe-Zentralarchiv weitergeleitet.

Anmeldungen

zur Kursreihe "Geschichte vor der Haustüre" sind nur beim Hohenlohe-Zentralarchiv in Neuenstein (telefonisch unter 07942 94780-0 oder per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de) möglich.

Von Hütern, Wächtern und Friedensstiftern.

Dörfliche Gesellschaft im 16./17. Jh. Online-Vortrag

Die Protokolle der fränkischen Zentgerichte ermöglichen nicht nur Einblicke in die Ausprägungen von Kriminalität und einem von der gesellschaftlichen Norm abweichenden Verhalten innerhalb einer frühneuzeitlichen ländlichen Gesellschaft, sondern sie stellen auch eine wichtige dorfgeschichtliche Quelle dar. So geben die Gerichtsprotokolle auch Auskunft über die Sozialstruktur einer dörflichen Bevölkerung, über gemeindliche Einrichtungen und Organisationsformen sowie über die Umsetzung von Herrschaft auf gemeindlicher Ebene.

Der Vortrag informiert am Beispiel des Wertheimer Zentgerichtsbezirks über die dörflichen Norm- und Ordnungsvorstellungen im Raum Hohenlohe-Franken. Die Referentin nimmt darüber hinaus ritualisierte Formen des Konfliktaustrags in den Blick, die zur Wahrung des innerdörflichen Friedens beitragen konnten. Es soll gezeigt werden, dass die Arbeit des Zentgerichtes in der Zeit um 1600 gerade deshalb erfolgreich war, weil insbesondere Akteure aus dörflichen Lebenswelten dazu beigetragen haben, und dass bezüglich der Wahrung von Ordnung und Frieden im Dorf nicht nur die Obrigkeit eine wichtige Rolle gespielt hat.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung zu dieser Veranstaltung erfolgt über diesen Link:

https://attendee.gotowebinar.com/register/384 372087212440334?source=Volkshochschulen

Bad Mergentheim 101001

Dr. Michaela Grund, Donnerstag, 16.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Familienforschung im Fokus 1:

Stammbaum, Ahnentafel und Datenbank Online-Vortrag

Wer sich mit der Geschichte seiner Familie, seines Wohnortes oder seiner Heimatregion auseinandersetzt, wird über kurz oder lang auf die Institution der Archive stoßen. An diesem Punkt kann eine faszinierende Entdeckungsreise in die Vergangenheit beginnen. Doch wie gehe ich diese Reise am besten an? Was erwartet mich im Archiv? Und vor allem: Wie finde ich die Informationen, die ich suche? Das Kompaktseminar vermittelt den Teilnehmern grundlegende Kenntnisse im Aufbau von Archiven, zum Umgang mit Findmitteln und zu den Arbeitsbedingungen im Archiv. Mit dieser Einführung und

Praxistipps zur Recherche können Archivneulinge ihre Reise in die Vergangenheit beginnen.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101002

Jan Wiechert, Freitag, 01.10.2021, 16:30 - 18:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

Arme Sünder

Verhörprotokolle des 18. Jahrhunderts - Online-Lesekurs

Im Jahr 1738 kommt es in Langenburg zum Prozess gegen eine mehrköpfige Diebesbande. Drei Männer und vier Frauen müssen sich wegen zahlreicher, wenn auch meist geringfügiger Eigentumsdelikte verantworten. In den Verhören berichten die Angeklagten nicht nur von ihren Taten, sondern zeigen auch ein Lebensbild auf, wie es sich seinerzeit tausendfach auf den Landstraßen des Reichs abspielt. Die erhaltenen Protokolle bilden den Lesestoff für einen neuen Kurs der Reihe Federlesen.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101003

Jan Wiechert, mittwochs, ab 06.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Online-Kurs, 4 Termine, 30,00 €

Aktuell informiert unter www.vhsmgh.de

Während der Corona-Pandemie informieren wir über aktuelle Entwicklungen immer auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de. Dort finden Sie auch unser stetig wachsendes und aktualisiertes Angebot an Online-Kursen, die Sie bequem von zu Hause auf dem PC, Laptop, Tablet oder Smartphone verfolgen können.

Arme Sünder

Verhörprotokolle des 18. Jahrhunderts - Online-Lesekurs

Im Jahr 1738 kommt es in Langenburg zum Prozess gegen eine mehrköpfige Diebesbande. Drei Männer und vier Frauen müssen sich wegen zahlreicher, wenn auch meist geringfügiger Eigentumsdelikte verantworten. In den Verhören berichten die Angeklagten nicht nur von ihren Taten, sondern zeigen auch ein Lebensbild auf, wie es sich seinerzeit tausendfach auf den Landstraßen des Reichs abspielt. Die erhaltenen Protokolle bilden den Lesestoff für einen neuen Kurs der Reihe Federlesen.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101004

Jan Wiechert, donnerstags, ab 07.10.2021, 19:00 -20:30 Uhr, Neuenstein, Hohenlohe-Zentralarchiv, 4 Termine, 30,00 €

Seuchenprävention und Gesundheitsvorsorge

in Hohenlohe-Franken während der Frühen Neuzeit - Seminar

Krankheiten und Seuchen sind ein beständiger Begleiter der Menschheit und stellen jede Generation vor große Herausforderungen. Wie haben die Menschen vor 1800 diese Herausforderungen gemeistert? Welche Maßnahmen wurden beim Ausbruch einer Seuche ergriffen? Welches Fachpersonal stand im Krankheitsfall zur Verfügung, um Linderung und Abhilfe zu verschaffen? Welches Wissen stand zur Verfügung? nach einem kurzen Impulsreferat soll in gemeinsamer Quellenlektüre nach Antworten gesucht werden.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101005

PD Dr. Frank Kleinehagenbrock, Freitag, 15.10.2021, 16:00 - 19:00 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

ABC für Zeitreisende

Online-Lesekurs

Wenn man eine alte Postkarte der Großeltern lesen will, den Vorfahren in uralten Kirchenbüchern nachspürt oder beginnen möchte, der Geschichte des eigenen Heimatortes auf den Grund zu gehen, stellt das Entziffern der alten Handschriften meist eine große Hürde dar. Im neuen, kompakten Lesekurs des Hohenlohe-Zentralarchivs soll ein erster Zugang zu historischen Schriften und Dokumenten geschaffen werden, damit die persönliche Reise in die Vergangenheit zum Erfolg wird. Das Angebot richtet sich explizit an Anfänger, die keine oder nur wenig Erfahrung im Lesen alter Schriften haben. Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz beguem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/ Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101006

Dinah Rottschäfer M.A., Samstag, 16.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

Familienforschung im Fokus 2

Kirchenbücher und andere Quellen - Online-Seminar

Kirchenbücher stellen im Allgemeinen die Hauptquellen der Familienforschung dar. Aber wie findet man sich unter abertausenden Einträgen von Taufen, Hochzeiten und Todesfällen zurecht? Wie entwickelt sich aus einzelnen Informationsfetzen eine jahrhundertelange Ahnenreihe? Und welche Quellen können helfen, wenn das Kirchenbuch nicht weiterhilft? Der Kurs geht praxisnah auf gängige Techniken der Familienforschung ein und vermittelt Hilfestellung beim Umgang mit Kirchenbüchern und anderen Quellentypen.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101007

Jan Wiechert, Freitag, 22.10.2021, 16:30 - 18:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

Galgenbau für Anfänger

Jan Wiechert liest aus "Böse alte Zeit. Band II" - Online-Lesung

Im Frühsommer des Jahres 1724 steht der langenburgische Amtmann Georg August Hochheimer vor einer kniffligen Aufgabe: im zurückliegenden Winter ist das alte Hochgericht in sich zusammengefallen und nun soll ein neues errichtet werden. Technisch ist das natürlich kein Problem. Aber wie bringt man die ehrlichen hohenlohischen Handwerker dazu, sich an einem derart "malefizischen" Bauvorhaben zu beteiligen?

Jan Wiechert hat sich in seinem neuen Buch "Böse alte Zeit. Band II" intensiv mit dem Langenburger Galgenbau von 1724 auseinandergesetzt. In der Online-Lesung trägt er aus dem Kapitel "Galgenbau für Anfänger" vor und steht anschließend für Fragen zur Verfügung.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101008

Jan Wiechert, Dienstag, 26.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Grenzen, Streit und Friedenswahrung

einer frühneuzeitlichen fränkischen Landgemeinde: Das Frammersbacher Sechserbuch -Seminar

Romantische Vorstellungen von einem freien und wenig reglementierten Landleben in Mittelalter und früher Neuzeit sind trügerisch. Tatsächlich waren auch in den Dörfern alle Fluren und Grundstücke genau vermessen. Und wie heute schuf das enge Zusammenleben strenge Sozialkontrolle. Niemand, der auch nur einige Zentimeter vom gestatteten Weg abwich, konnte unbeobachtet bleiben. Einen intensiven Einblick in Grenzen, Streitigkeiten und nachbarschaftliche Friedenswahrung gestattet eine Protokollserie der Spessartgemeinde Frammersbach, die beispielhaft auch für die Verhältnisse in der Region Hohenlohe-Franken stehen kann. Von 1572 bis 1764 verzeichnete das ,Sechserbuch' die Entscheidungen der "Sechser", ein Gremium von sechs geschworenen Landleitern, Feldmessern oder Steinsetzern. Die Frammersbacher ,Sechser' besaßen Gerichtsrechte in allen Streitfällen, die mit Gemarkungen zu tun hatten.

Daneben versuchten sie stets, die Streitparteien wieder dauerhaft miteinander auszusöhnen. Ein einführender Vortrag stellt das Frammersbacher "Sechserbuch" vor und beleuchtet die Grundfragen von Grenzen und Streitschlichtung in einer frühneuzeitlichen fränkischen Landgemeinde. Im zweiten Teil werden ausgewählte Streitfälle gemeinsam gelesen und analysiert.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101009

Dr. Rainer Leng, Freitag, 05.11.2021, 16:00 - 18:30 Uhr, Neuenstein, Hohenlohe-Zentralarchiv, 1 Termin, 12,00 €

Von Untergängern und Steinsetzern

Grenzziehung und -sicherung in der frühen Neuzeit - Lesekurs

Im Europa des 21. Jahrhunderts dürfte der Begriff der Grenze eine eher untergeordnete Rolle spielen. Im alten Reich dagegen wachten die Herrscher jedoch akribisch darüber, dass ihre Grenzen nicht verletzt oder sogar in Frage gestellt wurden. Grenzen dienten zu dieser Zeit vor allem der Machterweiterung und dann der Machtsicherung bzw. der Machterhaltung. Damit einhergehend wollte auch der gemeine Mann seinen Besitz abgegrenzt und gesichert wissen. Auch er schaute mit Argusaugen darauf, dass der Nachbar nicht etwas begehrte, auf das er keinen Rechtsanspruch hatte. Ob der Anspruch des Nachbars berechtigt war, oder ob er diesen über einen versetzten Grenzstein etwa selbst herbeigeführt hat, war oft genug Gegenstand von Streitfällen. Wie diese Streitfälle letztendlich ausgegangen sind, erfahren die Teilnehmer im Rahmen der bewährten Reihe "Federlesen". Der Lesekurs ist wie immer für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101010

Klaus Breyer, mittwochs, ab 10.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Neuenstein, Hohenlohe-Zentralarchiv, 4 Termine, 30,00 €

Von Untergängern und Steinsetzern

Grenzziehung und -sicherung in der frühen Neuzeit - Online-Lesekurs

Im Europa des 21. Jahrhunderts dürfte der Begriff der Grenze eine eher untergeordnete Rolle spielen. Im alten Reich dagegen wachten die Herrscher jedoch akribisch darüber, dass ihre Grenzen nicht verletzt oder sogar in Frage gestellt wurden. Grenzen dienten zu dieser Zeit vor allem der Machterweiterung und dann der Machtsicherung bzw. der Machterhaltung. Damit einhergehend wollte auch der gemeine Mann seinen Besitz abgegrenzt und gesichert wissen. Auch er schaute mit Argusaugen darauf, dass der Nachbar nicht etwas begehrte, auf das er keinen Rechtsanspruch hatte. Ob der Anspruch des Nachbars berechtigt war, oder ob er diesen über einen versetzten Grenzstein etwa selbst herbeigeführt hat, war oft genug Gegenstand von Streitfällen. Wie diese Streitfälle letztendlich ausgegangen sind, erfahren die Teilnehmer im Rahmen der bewährten Reihe "Federlesen". Der Lesekurs ist wie immer für Anfänger und Fortgeschrittene gleicherma-Ben geeignet.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101011

Klaus Breyer, donnerstags, ab 11.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Online-Kurs, 4 Termine, 30,00 €

Familienforschung im Fokus 3:

Ahnen im Internet - Online-Seminar

Für Familienforscher bietet das Internet riesige Chancen, aber auch Risiken. Umfangreiche Datenbanken ermöglichen es, einem unauffindbaren Vorfahren doch noch auf die Spur zu kommen, aber nicht jedem Online-Treffer kann man blind vertrauen. Außerdem ist die Familienforschung im Internet zum Teil mit erheblichen Kosten verbunden. Im Kurs werden einige beispielhafte Online-Angebote mit ihren Stärken und Schwächen vorgestellt.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101012

Jan Wiechert, Freitag, 12.11.2021, 16:30 - 18:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

Aus dem Leben der Charlotta von Pfalz-Birkenfeld (1662-1708)

eine Prinzessin im hohenlohischen Asyl - Online-Vortrag

Als Waisenkind in den Franzosenkriegen aus ihrer pfälzischen Heimat vertrieben, führte sie das Schicksal nicht nur an verschiedene Fürstenhöfe, sondern brachte sie auch in engen Kontakt mit den einfachen Leuten oder dem Leben in der Reichsstadt Nürnberg. Als ihre Lage dort unhaltbar geworden war - sie saß mittellos in einer Gastwirtschaft fest - fand sie Zuflucht bei ihren Verwandten, den Grafen von Hohenlohe. Aus dem geplanten einjährigen Asyl wurde ein fast 14jähriger Aufenthalt, der nicht nur die Hohenloher Welt in Atem hielt. Aus ihren zahlreichen erhaltenen Briefen wird sie selbst zu uns sprechen. In Kooperation mit dem Verein Tauberfränkische Volkskultur e.V. und dem Stadtmuseum Weikersheim.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich.

Die Anmeldung zu dieser Veranstaltung erfolgt über diesen Link:

https://attendee.gotowebinar.com/register/73 42421416872205838?source=Volkshochsch

Bad Mergentheim 101013

Helmut Wörner, Dienstag, 23.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Familienforschung im Fokus 4:

Praktisches Training - Online-Seminar

Im vierten Modul von "Familienforschung im Fokus" wird es ganz konkret und praktisch. In einer kleinen Gruppe werden Techniken erprobt, um sich bei einer Beispielfamilie von Generation zu Generation zu hangeln und die Ahnentafel mit Informationen zu füllen. Dabei werden häufige Probleme durchleuchtet und sachgerechte Lösungen angeboten. Das praktische Training lädt Anfänger und Fortgeschrittene zum gemeinsamen Forschen, Mitdenken und Rätseln ein.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um ein Online-Angebot, an dem Sie ganz bequem von zuhause aus teilnehmen können. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw. de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101014

Jan Wiechert, Freitag, 26.11.2021, 16:30 - 18:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 12,00 €

Christian Thalwitzer, Maler zu Creylsheim

Vortrag

Wer Schloss Weikersheim besucht, kommt unweigerlich mit den Arbeiten des Barockmalers Christian Thalwitzer in Berührung. Vor allem die Ansichten von Schlössern im Rittersaal und die zahlreichen Emblembilder in einem Appartement des hochgräflichen Schlosses bleiben im Gedächtnis. Vor seiner Weikersheimer Zeit ist Thalwitzer fast 20 Jahre lang in Crailsheim nachzuweisen. Die Spurensuche in den Archiven enthüllt neben seinen zahlreichen Wirkstätten in der Region noch mehr: den Alltag eines einfachen Handwerksmalers, seine Lebensverhältnisse und auch das soziale Miteinander zu Beginn des 18. Jahrhunderts.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101015

Dinah Rottschäfer M.A., Dienstag, 18.01.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Neuenstein, Hohenlohe-Zentralarchiv, 1 Termin, 6,00 €

Forschen im Archiv

Seminar

Wer sich mit der Geschichte seiner Familie, seines Wohnortes oder seiner Heimatregion auseinandersetzt, wird über kurz oder lang auf die Institution der Archive stoßen. An diesem Punkt kann eine faszinierende Entdeckungsreise in die Vergangenheit beginnen. Doch wie gehe ich diese Reise am besten an? Was erwartet mich im Archiv? Und vor allem: Wie finde ich die Informationen, die ich suche? Das Kompaktseminar vermittelt den Teilnehmern grundlegende Kenntnisse zum Aufbau von Archiven, zum Umgang mit Findmitteln und zu den Arbeitsbedingungen im Archiv. Mit dieser Einführung und Praxistipps zur Recherche können Archivneulinge ihre Reise in die Vergangenheit beginnen.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Angebot handelt es sich um einen Präsenzkurs, der in Neuenstein im Hohenlohe-Zentralarchiv stattfindet. Sollte dies pandemiebedingt nicht möglich sein, wird der Kurs online durchgeführt. Alles, was Sie dafür brauchen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. Die Anmeldung mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer erfolgt direkt beim Hohenlohe-Zentralarchiv per E-Mail unter hzaneuenstein@la-bw.de oder telefonisch unter 07942 94780-0.

Bad Mergentheim 101016

Dr. Ulrich Schludi, Jan Wiechert, Freitag, 21.01.2022, 16:00 - 19:00 Uhr, Neuenstein, Hohenlohe-Zentralarchiv, 1 Termin, 6,00 €

PHILOSOPHIE



Niccolò Machiavelli, Palazzo Vecchio, Florenz (© Matthias Strack)

Niccolò Machiavelli

Der berühmte italienische Diplomat Machiavelli gilt als der Urvater der modernen politischen Philosophie. Wir lesen seine Hauptwerke "Der Fürst" und die "Discorsi" im Kontext des Renaissance-Humanismus italienischer Stadtstaaten. Dabei leiten uns die Fragen: Was ist "Staat" und wie entsteht er? Wie erlangen und erhalten Herrscher Macht? Welche Eigenschaften zeichnen sie aus? Dabei blicken wir auch auf machiavellistische Momente in der gegenwärtigen Politik, insbesondere auf das Verhältnis von Macht und Moral. Inhalt: 1. Geistesgeschichtliche und historische Hintergründe, 2. Lektüre beider Hauptwerke, 3. Machiavellistische Politik. Der Kurs findet 14täglich statt.

Bad Mergentheim 108101

Marcus Erben, Mittwoch, 29.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, Volkshochschule, 6 Termine, 68,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

ÖKONOMIE/RECHT/FINANZEN

Altersvorsorge

leicht gemacht

Was bekomme ich eigentlich später einmal als Rente? Ist, um den gewohnten Lebensstandard zu halten, eine zusätzliche Altersvorsorge wichtia? Möalichkeiten zur zusätzlichen Altersvorsorge gibt es viele - sei es betrieblich oder privat, mit Riester- oder Rürup-Verträgen. Welcher Weg ist der richtige, und wie unterstützt mich der Staat dabei? Wenn Sie sich diese Fragen schon einmal gestellt haben, dann sind Sie in diesem Vortrag genau richtig. Die unabhängige Fachreferentin der Deutschen Rentenversicherung informiert über das komplexe Thema, vermittelt Grundwissen und beantwortet Ihre Fragen. Die Veranstaltung ist gebührenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich. In Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung.

Bad Mergentheim 103101

Julia Weidner, Donnerstag, 18.11.2021, 18:00 - 20:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, gebührenfrei

Rente erst mit 67

und dann noch Steuern zahlen?

"Rente mit 67" - ein Schlagwort, das jeder kennt. Doch was steckt dahinter? Die Informationsveranstaltung beantwortet Fragen zu dieser angehobenen Regelaltersgrenze und stellt außerdem Möglichkeiten eines vorzeitigen Rentenbeginns vor. Des Weiteren wird über Regelungen zum Abschlag informiert und gezeigt, wie dieser ausgeglichen werden kann. Außerdem erfolgt ein Überblick über Hinzuverdienstregelungen und zu Abgaben wie Steuern und Sozialversicherungsbeiträgen, die im Alter fällig werden können. Der Referent ist Mitarbeiter im Regionalzentrum Schwäbisch Hall der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg. Der Vortrag ist gebührenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich. In Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung.

Bad Mergentheim 103102

Stefan Gundling, Mittwoch, 08.12.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, gebührenfrei

BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

"Geiz ist geil" oder doch besser fairer Handel?

Einblicke in die Arbeit des Weltladens Bad Mergentheim

Der Slogan "Geiz ist geil" ist in aller Munde seitdem eine Kette von Elektronik-Fachgeschäften damit in den 2000er-Jahren Werbung gemacht hat. Aber ist "billig" und "immer billiger" wirklich so erstrebenswert? Insbesondere die Auswirkungen dieser Marktstrategie auf die Länder des globalen Südens werden immer wieder kontrovers diskutiert. Eine Alternative können die "Weltläden" bieten. In diesen Fachgeschäften gibt es nur fair gehandelte Lebensmittel und Handwerkswaren aus den Ländern des Südens. Der Weltladen Bad Mergentheim wird komplett von Ehrenamtlichen betrieben und von einem gemeinnützigen Verein getragen. In einer Führung durch den Weltladen Bad Mergentheim erfahren Sie, ob fair gehandelte Waren eine Alternative zu den vorherrschenden Marktstrategien und vielleicht sogar eine Art "Hilfe zur Selbsthilfe" sein können. Die Führung findet im Weltladen in der Zaisenmühlstraße 3 in Bad Mergentheim statt. Anmeldung bis zum 8. November 2021 erforderlich!

Bad Mergentheim 104101

Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr, Weltladen, 1 Termin, gebührenfrei

Betriebsbesichtigung Würth Industrie Service GmbH & Co. KG

Einblicke in Wirtschaft, Kultur und Geschichte

Unter dem Motto "Einblicke in Wirtschaft, Kultur und Geschichte" bietet Würth Industrie Service GmbH & Co. KG allen Interessierten ein Besichtigungsprogramm an. Das Programm beinhaltet eine Unternehmenspräsentation, die Besichtigung des modernen Logistikzentrums für Industriebelieferung, Mittagessen im Betriebsrestaurant und die Führung durch die Ausstellung "Führungskultur rund um den Trillberg - einst und jetzt". Treffpunkt: 9:50 Uhr, Industriepark Würth, Drillberg. Die Veranstaltung dauert bis ca. 14.30 Uhr und ist gebührenfrei. Teilnahme nur mit Anmeldung möglich. Anmeldeschluss: 12.11.2021

Bad Mergentheim 104102

Mittwoch, 17.11.2021, 09:50 - 14:30 Uhr, Würth Industriepark, 1 Termin, gebührenfrei

UMWELTBILDUNG

Heimische Pilze im Herbst

Gerade der Herbst fasziniert viele Menschen durch die große Farbenvielfalt. Aber nicht nur die Bäume besitzen Farbe, nein auch andere Arten, z. B. die Pilze stehen buntsortiert im Wald. Diese Vielfalt der Pilze verwirrt, macht aber doch gleichzeitig Lust auf ein gutes Pilzgericht. Um das Kennenlernen unserer heimischen Pilzarten geht es bei dieser Exkursion. Bei einem Gang durch den Wald werden die Pilzfunde erläutert, typische Merkmale einiger häufiger Speisepilze erklärt und die Unterschiede zu ihren giftigen Doppelgängern aufgezeigt. Wichtig ist immer wieder der Vergleich in der Natur. Gerade Anfänger im Pilze sammeln sollten sich nicht allein auf ein gutes Bestimmungsbuch für Pilze verlassen. Das richtige Sammeln von Pilzen, ihr Speisewert und ihr Nutzen für den Naturhaushalt sind Inhalt dieser Pilzführung. Haltbarmachung und Zubereitungsmöglichkeiten werden auf Wunsch gerne vermittelt. Sie bekommen einen guten Einblick in die Welt dieser seltsamen und zugleich faszinierenden Wesen. Es ist eine Lehrwanderung, also kein Körbchen zu Sammelzwecken mitbringen. Bitte sorgen Sie für gutes Schuhwerk. Beginn ist um 14:30 Uhr; Treffpunkt: Einfahrt zur Fa. Wittenstein in Harthausen. In Fahrgemeinschaften fahren wir zu einem nahegelegenen Wald.

laersheim 104103

Monika Schmid, Freitag, 15.10.2021, 14:30 - 16:30 Uhr, Treffpunkt: Einfahrt zur Fa. Wittenstein in Harthausen, 1 Termin, 7,00 €

Obstbaumschnitt

Einweisung ins Schneiden von Obstbäumen

Wer einen Garten hat, weiß, dass dieser ständiger Pflege bedarf, damit die darin gesetzten Obstbäume entsprechend wachsen und gedeihen können. Der richtige Rückschnitt ist für die Gesundheit und Kräftigung der Pflanzen von großer Bedeutung. Dabei können alte Obstbäume durch entsprechendes Ausschneiden der Äste verjüngt und insgesamt die Vitalität der Bäume gesteigert werden. Treffpunkt für diesen Kurs ist das Feuerwehrhaus Igersheim. Bitte Werkzeug zum Schneiden mitbringen.

Igersheim 104104

Johannes Schmitt, Samstag, 16.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr, Feuerwehrhaus Igersheim, 1 Termin, 15,00 €

Einweisung in den Obstbaumschnitt

Obstbäume sind Kulturpflanzen, die unsere Pflege benötigen, um dadurch stabil zu wachsen und uns leckere Früchte zu bescheren. Grundvoraussetzung dafür ist die Förderung der Stammverlängerung, die Anordnung der Leitäste und eine ideale Verteilung des Fruchtgehölzes. Der richtige Schnitt verhindert unnötiges Treiben von Wasserschossen. So erreicht man einen idealen Saftfluss, es entsteht ein stabiles Grundgerüst des Baumes. Außerdem kann dadurch ein Abreißen von Ästen und der Befall von Parasiten wie Pilzen, Flechten, Keimen usw. verhindert werden. Treffpunkt ist der Sportplatz in Laudenbach. Es kann das eigene Werkzeug mitgebracht werden.

Weikersheim 104105

Johannes Deschner, Samstag, 30.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Treffpunkt: Sportplatz Laudenbach, 1 Termin, 23,00 €



PSYCHOLOGIE Die Kunst des Lebens: Das Leben auch mit Stress gut Die Kunst des Lebens: meistern

Workshop

Glücklich und entspannt durchs Leben

Vortrag

Das Leben steckt voller Herausforderungen und Chancen. Um diese bewältigen und ergreifen zu können, benötigt man bestimmte Fertigkeiten und Strategien. Je mehr man sein Wissen über sich, seine Bedürfnisse und bestimmte Handlungsstrategien ausbaut, desto widerstandsfähiger kann man werden und desto leichter kann es fallen, sein Leben nach den eigenen Vorstellungen gestalten zu können.

Dieser Vortrag befasst sich mit den wichtigsten Faktoren der psychischen Gesundheit. Sie lernen, worauf Sie im Alltag achten sollten und welche Themen eine große Rolle dabei spielen können, damit es Ihnen gut geht. Sie verschaffen sich einen guten Überblick über die Voraussetzungen, die zu einem glücklichen und entspannten Leben beitragen können.

Bad Mergentheim 106111

Katharina Gartner, Mittwoch, 29.09.2021, 20:00 -22:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 10,00 €

Die Kunst des Lebens: Work-Life-Balance

Workshop

Ein ausgewogenes Verhältnis zwischen beruflichen Anforderungen und privaten Bedürfnissen ist Grundlage für ein glückliches und erfülltes Leben. Dies zu erreichen, ist jedoch nicht immer leicht.

Dieser Workshop befasst sich mit den wichtigsten Faktoren und Strategien, die zu einer guten Balance im Alltag gehören. Sie lernen die verschiedenen Rollen kennen, die Sie in Ihrem Leben einnehmen, und lernen, sich zu strukturieren und den Raum zu schaffen, den Ihre privaten Bedürfnisse benötigen. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie den Inhalt des Workshops auch nachhaltig im Alltag anzuwenden. Sie entwickeln einen Methodenkoffer, der Ihnen dabei helfen kann, auch in Zukunft ein erfülltes und ausbalanciertes Leben zu führen.

Bad Mergentheim 106112

Katharina Gartner, Samstag, 09.10.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 38,00 €

Stress bedeutet eine erhöhte körperliche oder seelische Anspannung, die bestimmte Reaktionen hervorruft und zu Schädigungen der Gesundheit führen kann. Um diese Belastungen zu vermeiden, sollte man sich aktiv verschiedene Stressmanagementstrategien aneignen.

Dieser Workshop befasst sich mit der Basis eines guten Stressmanagements. Sie lernen Ihre Stressauslöser, Stressvorzeichen und eine Vielzahl an Entspannungsstrategien kennen. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie den Inhalt des Workshops auch nachhaltig im Alltag anzuwenden und Ihre ganz eigenen Stressbewältigungsstrategien zu nutzen. Sie entwickeln einen Methodenkoffer, der Ihnen dabei helfen kann, auch in Zukunft ein erfülltes und entspanntes Leben zu führen.

Bad Mergentheim 106113

Katharina Gartner, Samstag, 23.10.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 38,00 €

Die Kunst des Lebens: Für sich selbst aut sorgen

Workshop

Ein liebevoller Umgang mit sich selbst ist Grundlage für ein glückliches und erfülltes Leben, wenn es um die eigenen Bedürfnisse, Gefühle, Fähigkeiten und Kräfte geht. Vielen Menschen fällt es jedoch schwer, die gleiche Fürsorge für sich selbst aufzubringen wie für Ihr

Dieser Workshop befasst sich mit einzelnen Faktoren der Selbstfürsorge. Sie lernen empathisch zu sich selbst zu sein und Ihre eigenen Bedürfnisse und Werte zu erkennen und zu akzeptieren. Sie lernen, mit Ihren eigenen Emotionen auf eine gesunde Art und Weise umzugehen. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie den Inhalt des Workshops auch nachhaltig im Alltag anzuwenden und sich selbst besser wahrzunehmen. Sie entwickeln einen Methodenkoffer, der Ihnen dabei helfen kann, auch in Zukunft ein erfülltes und glückliches Leben zu führen.

Bad Mergentheim 106114

Katharina Gartner, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 38,00 €

Online-Angebote

Auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de wird unser Angebot an Online-Angeboten laufend aktualisiert. Schauen Sie doch einfach mal vorbei. Mit Sicherheit ist etwas Interessantes für Sie dabei!

Die Kunst des Lebens: Gesunde und positive Beziehungen führen

Soziale Kontakte stärken und schützen den Organismus. Sie stärken das Immunsystem und schützen vor Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen. Das Führen und Erhalten positiver Beziehungen ist jedoch nicht immer ganz so einfach.

Dieser Workshop befasst sich mit den wichtigsten Faktoren, die man benötigt, um soziale Kontakte zu pflegen. Sie lernen Feedback zu geben und anzunehmen, sich abzugrenzen und grundlegende Kommunikationsstrategien anzuwenden. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie den Inhalt des Workshops auch nachhaltig im Alltag anzuwenden und sich selbst besser auszudrücken. Sie entwickeln einen Methodenkoffer, der Ihnen dabei helfen kann, auch in Zukunft positiv soziale Kontakte und Beziehungen zu gestalten und zu erhalten.

Bad Mergentheim 106115

Katharina Gartner, Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 38,00 €

Die Kunst des Lebens: Eigene Fähigkeiten erkennen und nutzen

Workshop

Jeder Mensch hat natürlich vorhandene spezifische Fähigkeiten und Stärken, um die Herausforderungen des Lebens gut zu meistern. Diese Fähigkeiten und Stärken ist man sich jedoch nicht immer bewusst

In diesem Workshop befassen Sie sich mit diesen Fähigkeiten und Stärken und ihrer Bedeutung im Alltag. Sie lernen, Ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten zu erkennen und diese auch für Ihre individuellen Ziele zu nutzen. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie, den Inhalt des Workshops auch nachhaltig im Alltag anzuwenden. Dadurch können Sie Ihr Selbstwertgefühl und Ihre Selbstsicherheit steigern. Sie entwickeln einen Methodenkoffer, der Ihnen dabei helfen kann, auch in Zukunft Ihre Ziele zu erreichen und verschiedene Belastungen zu auszuhalten.

Bad Mergentheim 106116

Katharina Gartner, Samstag, 11.12.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 38,00 €

Resilienz

Online-Vortrag (mit Resilienz-Test)

Möchten Sie im privaten und beruflichen Umfeld mit Veränderungen und Belastungssituationen möglichst souverän umgehen und situativ richtig handeln können? Diese Fähigkeit hängt von der psychischen Widerstandskraft ab, die als Resilienz bezeichnet wird. Im Vortrag werden Sie über die Resilienzforschung, Resilienzkonzepte und einzelne Resilienzfaktoren informiert. Anschließend messen Sie anhand eines Fragebogens Ihre individuelle Widerstandskraft.

Dieser Vortrag findet online in der vhs.cloud statt.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen bekommen.
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Alles was Sie dafür benötigen, ist ein Rechner mit Internetanschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon/Headset ist hilfreich, aber nicht unbedingt notwendig.

Bad Mergentheim 106701

Galina Heinrich, Donnerstag, 21.10.2021, 17:00 - 18:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 10,00 €

ERZIEHUNG/FAMILIE

Schach für Kinder und Jugendliche

Altersstufe: 11 bis 18 Jahren

Du bist zwischen 11 und 18 Jahre alt, kannst schon etwas Schach, möchtest mehr lernen und mit anderen spielen? Dann bist du bei unserem Schachkurs richtig. Unter professioneller Anleitung lernen wir in diesem Kurs unser Spiel zu verbessern. Wir lösen Schachaufgaben gemeinsam und treten im freien Spiel oder in regelmäßigen fairen Wettkämpfen gegeneinander an. Später scheuen wir uns nicht, gegen andere schachbegeisterte Kinder und Jugendliche in Turnieren anzutreten. Ziel des Kurses ist, deine Spielstärke Schritt für Schritt zu steigern und spielerisch die Freude am zielgerichteten Denken zu entdecken. In Kooperation mit den Schachfreunden Anderssen Bad Mergentheim e.V.

Bad Mergentheim 106801

Berthold Riegel, Freitag, 17.09.2021, 17:00 - 19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 20 Termine, gebührenfrei

KOMMUNIKATION/MEDIEN

Rhetorikbaustein: Sprechen und Stimme 1 (GQ)

Kommunikation bestimmt unser Leben. Hier ist Ihre Stimme Ihr wichtigstes Instrument mit Kollegen, Mitarbeitern, Kunden, in Sitzungen, bei Präsentationen und nicht zuletzt im privaten Bereich. Mit 40% wirkt Ihre Stimme noch vor Ihrem Äußeren und dem Inhalt des Gesagten. Dazu kommt, wie Sie etwas ausdrücken. In diesem Kurs erarbeiten wir die Säulen der Stimmgebung, Spannung, Atmung, Aussprache und optimieren Ihre Stimmentfaltung und Ihr Sprechen. Dieses Seminar richtet sich an vhs-Dozentinnen und -Dozenten der Region Franken. Im Rahmen freier Kursplätze können externe Interessenten gerne teilnehmen.

Bad Mergentheim 111001

Cornelia Brown-Boecker, Samstag, 09.10.2021, 10:00 - 17:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 50,00 €

Der lebendige Vortrag (Workshop)

Körper - Stimme - Präsenz - Textpräsentation

Dieses Seminar richtet sich an alle, die in der Öffentlichkeit stehen, Vorträge halten, Texte präsentieren und eine Zuhörerschaft durch Präsenz mitt der Stimme optimal erreichen wollen. Sie erhalten in diesem Workshop professionelle Anleitung für den Umgang mit Ihrer Stimme, Stimmpflege und Sprecherziehung, erlernen die Grundlagen für einen effektiven Vortrag und die optimale Präsentation von Texten. Methoden des Workshops sind: Stimm- und Sprechübungen, Training der Textpräsentation (inhaltliche Vorbereitung, Vortragssituation), individuelle Sprechhaltung und Kontakt zum Publikum. Bitte bringen Sie einen inhaltlich vorbereiteten aber nicht auswendig gelernten Text Ihrer Wahl, begueme Kleidung und Schuhe sowie Lust am Ausprobieren mit, für die einstündige Mittagspause Verpflegung und Getränk. Die Dozentin ist Schauspielerin, Sprecherin und Regisseurin.

Bad Mergentheim 111105

Cornelia Schönwald, Samstag, 23.10.2021, 10:00 -16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 48,00 €

Schlagfertigkeit online

Von der Kunst, iederzeit die richtigen Worte zu finden - Online-Kurs

Fallen Ihnen die passenden Worte zu spät ein? Haben Sie später die besten Ideen? Dann ist dieses Online-Seminar für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie lernen, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen. Sie werden den aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie

auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen.

Dieses Impulsseminar gibt viele Anregungen für das Training zuhause, macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

In der Kursgebühr ist ein Skript im Wert von 15.00 € enthalten.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Alles was Sie dafür benötigen, ist ein Rechner mit Internetanschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon/Headset ist hilfreich, aber nicht unbedingt notwendig.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Zubucherkurs. Verantwortlich für die Einhaltung der Datenschutzbestimmungen ist der Veranstalter, Herr Matthias Dahms.

Bad Mergentheim 602001

Matthias Dahms, Freitag, 19.11.2021, 18:30 - 21:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 60,00 €

REALSCHULABSCHLUSS

Realschulabschluss

Abendrealschule Erwerb der Mittleren Reife

Ein Besuch der Abendrealschule bietet die Möglichkeit, den Realschulabschluss (Mittlere Reife) auf dem zweiten Bildungsweg nachzuholen. Um dieses Ziel zu erreichen, werden im Verlauf von zwei Schuljahren 9 Fächer mit insgesamt 18,5 Stunden pro Woche in einer kleinen Gruppe unterrichtet, die eine individuelle Lernbegleitung gewährleistet. Schwerpunkt des Unterrichts sind die drei Kernfächer Deutsch, Mathematik und Englisch, weitere Fächer sind Biologie, Chemie, Physik, Geschichte, Geographie und Gemeinschaftskunde. Der Abschluss der Abendrealschule ist dem einer öffentlichen Realschule gleichgestellt. Um an der Abendrealschule teilnehmen zu können, müssen Sie zu Schulbeginn das 17. Lebensjahr vollendet haben und die Erfüllung der Berufsschulpflicht nachweisen. Ob Sie diese Voraussetzungen erfüllen, wird im persönlichen Gespräch geklärt. Eine Altershöchstgrenze gibt es nicht. Für den Besuch der Abendrealschule ist ein monatliches Schulgeld in Höhe von 25,00 EUR zu zahlen. Kursbeginn ist September oder Oktober 2021. Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um ein Angebot der Abendrealschule Bad Mergentheim. Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage der Abendrealschule unter https://www.ars-bad-mergentheim.de.

Anmeldung erforderlich!

Bad Mergentheim 111105

Kursbeginn ist September oder Oktober 2021. Der Kurs findet montags bis donnerstags von 18:15 bis 21:55 Uhr statt und umfasst knapp zwei Schuljahre bis Frühjahr 2023, Kopernikus-Realschule, 25,00 € (pro Monat)

VHS.WISSEN.LIVE

Livestreams - vhs.wissen live

In der Reihe vhs.wissen.live können Sie hochkarätige Vorträge von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft digital verfolgen und anschließend live mit ihnen diskutieren

Und so funktioniert's:

vhs ● wissen live

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen bekommen.
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Alles was Sie dafür benötigen, ist ein PC/Laptop mit Internet-Anschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon und eine Webcam sind nicht unbedingt erforderlich. In Kooperation mit vhs·wissen live - das digitale Wissenschaftsprogramm.

Im Herbst-/Wintersemester 2021/22 werden die folgenden Vorträge angeboten. Die Inhaltsbeschreibungen der Vorträge sowie Informationen zu den Referent/innen finden Sie im Internet unter www.vhs.mgh.de.Die Vorträge beginnen jeweils um 19:30 Uhr und dauern ca. 90 Minuten.

Montag, 20.09.2021

Thomas Bauer

Warum es kein islamisches Mittelalter gab - Das Erbe der Antike und des Orients

Dienstag, 21.09.2021

Claudia Eckert

Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft

Mittwoch, 22.09.2021

Thomas Bauer

Auf der Suche nach Eindeutigkeit. Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert.

27.09.2021

Julian Nida-Rümelin Realität des Risikos

01.10.2021

Martin Zimmermann

Ein Elefant für den Papst. Die Entdeckung der neuen Welt und der Kurie in Rom

12.10.2021

Ortwin Renn

Das Risikoparadox - warum wir uns vor dem Falschen fürchten

21.10.2021

Ulrich Raulff

Die Erziehung des Geschmacks. Eine unendliche Geschichte

29.10.2021

Aleida Assmann

Die Wiederfindung der Nation - Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen

10.11.2021

Marie-Janine Calic

Srebrenica 1995 - ein europäisches Trauma

09.11.2021

SZ-JournalistInnen im Gespräch

16.11.2021

Armin Grundwald

Was ist Technik - und was ist der Mensch?

25.11.2021

Margherita Bettoni

Femizide - Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen

02.12.2021

Ottmar Edenhofer

Klimawandel und Klimapolitik

10.12.2021

Felix Wemheuer

Chinas große Umwälzung - Soziale Konflikte und Aufstieg im Weltsystem

15.12.2021

Felix Warneken

Der Ursprung der Kommunikation beim Menschen

20.12.2021

Katharina Werner

Schule in Zeiten von Corona - was kostet die Schulschließung?

STADT.LAND.WELT

Stadt, Land, Welt, - Web

Mit dem langsamen Wiedereintreten in eine neue Normalität gibt es aktuell neben den persönlichen Fragen auch viele gesellschaftspolitische Fragestellungen, die die Menschen bewegen. Was lernen wir als Gesellschaft aus der Krise? Werden wir unsere Wirtschaft nachhaltiger gestalten oder gibt es danach ein fatales "weiter so" oder "jetzt erst recht"?

Diese und viele weitere aktuelle Fragen stehen in unmittelbarem Zusammenhang mit den 17 Zielen / Sustainable Development Goals der Agenda 2030, die von den Vereinten Nationen im Jahr 2015 verabschiedet wurden. Wie steht es um die 17 Ziele - ist ihre Umsetzung gefährdet oder gibt es gerade jetzt eine Chance der Wende? Stadt.Land.Welt. - Web befragt Expertinnen und Experten nach dem Stand des Zielesets als Ganzes und nach dem Stand einzelner Ziele.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an, die Vorträge sind gebührenfrei.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie zwei Tage vor der Veranstaltung den Zugangslink, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.
- Alles was Sie dafür benötigen, ist ein PC/Laptop oder ein mobiles Endgerät mit einem Internetanschluss.
- Fragen und Diskussionsbeiträge können über die Chat-Funktion an die Referierenden gerichtet werden.
- Die Einhaltung der Datenschutzverordnung ist über die VHS Cloud gewährleistet.

Die digitale Veranstaltungsreihe findet im Rahmen des Programms Entwicklungsbezogene Bildung in Deutschland (EBD) statt und ist eine Kooperation zwischen Engagement Global und dem Deutschen Volkshochschulverband DVV und DVV International.

Im Herbst-/Wintersemester 2021/22 werden die folgenden Vorträge angeboten. Die Inhaltsbeschreibungen der Vorträge sowie Informationen zu den Referent/innen finden Sie im Internet unter www.vhs.mgh.de.

22.09.2021

Leif Rättig

Moore sind wahre Klimahelden. Ziel 13: Umgehend Maßnahmen zur Bekämpfung des Klimawandels und seiner Auswirkungen ergreifen.

03.11.2021

Gabi Netz

Grundbildung als Fundament einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung - Ziel 4: Inklusive, gleichberechtigte und hochwertige Bildung gewährleisten und Möglichkeiten lebenslangen Lernens für alle fördern

Kultur - Gestalten

Kultur macht stark

In unseren Angeboten der kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. "Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung", betont etwa auch die Enquete-Kommission "Kultur in Deutschland" in ihrem Abschlussbericht.

KONZERTE

Das Schaffen der großen Komponisten

In der Veranstaltungsreihe "Das Schaffen der großen Komponisten" werden in einzigartiger Form namhafte Komponisten des 18. bis 20. Jahrhunderts vorgestellt. Gastdozent Dr. Roman Salyutov veranschaulicht anhand von Bildern und Audio- und Videobeispielen die künstlerische Entwicklung des jeweiligen Komponisten. Nach einer kurzen Pause folgt das 50-minütige Solokonzert, in dem verschiedene Klavierwerke des jeweiligen Komponisten aufgeführt werden.

Referent und Solist ist Dr. Roman Salyutov - ein junger Konzertpianist, Dirigent und Musikwissenschaftler. Er ist weltweit unterwegs, gibt Konzerte, leitet selbst mehrere Orchester und ist Organisator verschiedener Kulturprojekte. Alle Informationen zu seiner Person unter: www.roman-salyutov.de

Auf dem Programm stehen in diesem Semester Johann Sebastian Bach und Franz Liszt.

Informationen zur Anmeldung:

Aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus wird es keine Abendkasse geben. Wir bitten Sie, sich rechtzeitig telefonisch oder per Mail anzumelden. Darüber hinaus gelten die entsprechenden Sicherheitsmaßnahmen, wie Hygieneabstand und Maskenpflicht.

Die Veranstaltungsreihe "Das Schaffen der gro-Ben Komponisten" findet in Kooperation mit dem Deutschorden-Gymnasium, der Jugendmusikschule und der Buchhandlung Moritz und Lux statt.

Johann Sebastian Bach (1685 - 1750)

Vortrag und Konzert

Nicht jeder Komponist kann von sich sagen, dass sich mit ihm der Anfang einer neuen Ära in der Musik verbindet - Bach gehört zu den wenigen Auserwählten. Lebenslang als Kirchenmusiker tätig, arbeitete der Künstler unermüdlich und beschenkte die Welt mit solch reichhaltigen Errungenschaften, die auf Jahrhunderte eine Weichenstellung der musikgeschichtlichen Entwicklung bewirkten. Trotz der religiösen Ausrichtung seiner Musik, die sich vor allem in seinen Passionen, dem Weihnachtsoratorium und der Hohen Messe zeigt, lässt sich ihr Einfluss bei jedem weiteren Komponisten nachverfolgen, was auf eine der wichtigsten kompositorischen handwerklichen Elemente - die von ihm herausgearbeitete Technik des Kontrapunkts - zurückzuführen ist. Nach seinem Tod für eine Weile in Vergessenheit geraten, wurde Bachs Musik durch den jungen Felix Mendelssohn wiederentdeckt und nimmt seitdem einen festen Platz im konzertanten und kirchlichen Le-

Nächster Termin: 07.10.2021: Franz Liszt (1811-1886): Vortrag und Konzert

Bad Mergentheim 200001

Roman Salyutov, Donnerstag, 30.09.2021, 19:00 -21:30 Uhr, Deutschorden Gymnasium, 1 Termin, 10.00 € Einlass ab 18:30 Uhr.

Franz Liszt (1811 - 1886)

Vortrag und Konzert

Franz Liszt vollzog eine wahre Revolution in der Musikgeschichte, die ohne seine Mitwirkung nie diesen Lauf genommen hätte. Er war Komponist, Pianist, Dirigent und Aufklärer - Die konzertante Klavierkunst in ihrer heutigen Form wäre ohne Liszt sicherlich kaum denkbar.

Der junge deutsch-ungarische Künstler erschien in der Musikmetropole Paris, beflügelt von den Glückwünschen keines Geringeren als Ludwig van Beethovens, wie eine der größten Sensationen seiner Zeit und änderte für immer die Entwicklungsrichtung der Klaviermusik. Ganz Europa lag dem "König aller Pianisten" zu Füßen. Bewundert vor allem für seine enormen und unvergleichlichen virtuosen Fähigkeiten, blieb dem damaligen Publikum aber eine andere poetisch-philosophische Seite seines musikalischen Talents weitgehend verborgen, sodass der Meister neben grandiosen Triumphen auch Stunden voller Bitterkeit und Verzweiflung erleben musste.

Bad Mergentheim 200002

Roman Salyutov, Donnerstag, 07.10.2021, 19:00 -21:30 Uhr, Deutschorden Gymnasium, 1 Termin, 10.00 € Einlass ab 18:30 Uhr

LITERATUR

Literatur der Spätmoderne

Nachdem wir im vergangenen Wintersemester unsere Beschäftigung mit den drei autobiographischen Romanen von Marguerite Yourcenar aufgrund der Pandemie abbrechen mussten, läge es nahe, die Lektüre von Yourcenars Spätwerk, beginnend mit Band 1 "Gedenkbilder", wieder aufzugreifen. Alternativ dazu könnten wir allerdings das Feld der französischen Literatur zur Abwechslung einmal verlassen und unser Interesse beispielsweise Israel und dem dortigen reichen literarischen Leben zuwenden. Zum Einstieg würde sich die Lektüre von Amos Oz' Roman "Eine Geschichte von Liebe und Finsternis" anbieten. Darin thematisiert er seine Kindheit und Jugend in dem im Entstehen begriffenen Staat Israel. Um eine Entscheidung zwischen den beiden Lektüreoptionen zu treffen, ist am 28.09.2021 von 17:00 bis 17:45 Uhr ein Vorbereitungstreffen geplant, bevor dann vier Wochen später mit der gemeinsamen Lektüre begonnen wird. Ab dem 26.10.2021 findet der Kurs dann alle 14 Tage statt. Evtl. Abweichungen werden beim Vorbereitungstreffen besprochen.

Bad Mergentheim 201105

Wolfgang Friedrichs, Dienstag, 28.09.2021, Vorbesprechung von 17:00 - 17:45 Uhr, ab 26.10.2021 alle 14 Tage von 17:00 - 18:30 Uhr, Abschlusstermin von 17:00 - 17:45 Uhr, Volkshochschule, 11 Termine, 64.00 €

Lesen alter Handschriften

Sie haben eine Feldpostkarte Ihres Opas oder einen Brief der Oma und können den Text nicht lesen? In diesem Kurs erarbeiten wir Schritt für Schritt das Entziffern verschiedener Dokumente und Handschriften aus alter Zeit. Alte Dokumente, Briefe, Poesiealben u. ä. in alten Schriftarten können gern zum Kurs mitgebracht und dann gemeinsam entschlüsselt werden. In der Kursgebühr enthalten ist eine Arbeitsmappe.

lgersheim 202101

Christine Schmidt, donnerstags, ab 30.09.2021, 17:30 - 19:30 Uhr, Kulturhaus, vhs-Raum, 6 Termine, 81,00 €

TANZEN / MUSICAL

American Square Dance

Square Dance ist kein Tanzstil wie z.B. Rumba, Samba oder Foxtrott, sondern beinhaltet Elemente aus vielen europäischen Volkstänzen. Die Einzigartigkeit liegt darin, dass immer wieder wechselnde Figuren und Variationen vom Sänger und Tanzleiter, dem sogenannten Caller live angesagt und gesungen werden. Ebenso vielfältig ist die Musik, modern, rockig, poppig in Country- und Westernstil. Während einer Tanzrunde tanzen vier Paare zusammen im Quadrat und führen immer wieder neue Figurenkombinationen nach den Anweisungen des Callers aus. Square Dance ist für jedes Alter geeignet und hält nicht nur geistig fit.

Bad Mergentheim 205101

Heike King, freitags, ab 04.02.2022, 20:00 - 21:30 Uhr, Alte Turnhalle Wachbach, 4 Termine, 36,00 €

Anmeldepflicht

bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen!

Nach § 6 der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg sind wir gehalten, von den Teilnehmenden aller unserer Veranstaltungen Name und Kontaktdaten bereitzuhalten, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Daher müssen wir immer auch bei allen Einzelveranstaltungen wie z.B. Vorträgen eine Anmeldung von Ihnen vorliegen haben - auch dann, wenn die jeweilige Veranstaltung für Sie gebührenfrei ist. Eine Abendkasse können wir in diesem Semester leider nicht anbieten. Wir bitten Sie vielmals um Ihr Verständnis.

Dance- Mix

für Kinder von 7 bis 10 Jahren

Beim Dance-Mix werden moderne tänzerische Grundformen spielerisch kennengelernt mit dem Ziel, gemeinsam eine einfache Choreografie zu erarbeiten. Dynamische und fließenden Bewegungen werden mit verschiedenen Tanzstilen wie Hip-Hop, Jazz und kreativem Tanz kombiniert. Dabei soll die Beweglichkeit, Koordination, Konzentration, und die tänzerische Kreativität gefördert werden. Bitte mitbringen: Turnschläppchen oder Turnschuhe und ein Getränk.

Bad Mergentheim 205801

Sabine Rumm, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, DOG-Sporthalle, Halle 3, 7 Termine, 34,00 €

Bad Mergentheim 205802

Sabine Rumm, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, DOG-Sporthalle, Halle 3, 7 Termine, 34,00 €

Musical Dance: Eiskönigin

für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Musical Dance ist eine Mischung aus Jazz-Dance, Modern Dance und anderen zeitgenössischen Tanzstilen. In diesem Kurs haben Kinder die Möglichkeit in die Welt von Elsa und Anna einzutauchen und im Königreich Arendelle Eis, Frost und Schnee tänzerisch zu erleben. Show und Entertainment stehen im Mittelpunkt und die natürliche Bewegungsfreude der Kinder wird zum Tanz. Bitte Turnschläppchen oder Turnschuhe mitbringen.

lgersheim 205805

Sabine Rumm, freitags, ab 14.01.2022, 15:00 - 16:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 3 Termine, 15,00 €

Modern Dance Kids

für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Dieser Kurs vermittelt Grundlagenkenntnisse von Modern Dance, Jazz und kreativem Kindertanz. Schwerpunkte sind kurze Choreographien und kleine Bewegungsabfolgen, die die Kinder selbst erarbeiten. So werden Konzentration, Koordination, eine gesunde Körperhaltung, Kreativität, Musikalität und individuelles Ausdrucksvermögen gefördert.

Weikersheim 205812

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 17:30 - 18:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

9

Landschaftsmalerei

Aquarellmalerei

Als Einstiegskurs in die Kunst der Landschaftsmalerei mit Aquarellfarben und Ölpastellkreiden befassen wir uns mit Fragen der Komposition, mit technischen Fragen und mit der Geschichte der Landschaftsmalerei. So können die Teilnehmenden lernen, nach der Natur zu malen, aber auch aus der Idee heraus das Bild einer Landschaft selbst zu entwickeln. Bitte ein günstiges Einsteigerset mit Ölpastellkreide, Aquarellfarben, Pinsel und Papier mitbringen.

MALEN / ZEICHNEN / DRUCKTECHNIKEN

Bad Mergentheim 207103

Peter Heinrich Striffler, freitags, ab 08.10.2021, 15:00 - 16:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 3 Termine, 26,00 €

Zeichnen und entspannen



für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren

Frei zeichnen nach Gefühl, dies ist eine Kunst. die leicht zu erlernen ist. Die Künstlerin Hai Yan Waldmann-Wang zeigt, worauf es dabei ankommt. Durch das Zeichnen von sich wiederholenden Mustern gelangt man Strich für Strich in tiefe Konzentration und schafft dabei selbst außergewöhnliche Kunstwerke. Der spielerische Umgang mit der endlosen Formenvielfalt weckt die Experimentierfreude und fördert Kreativität und Konzentrationsfähigkeit. Diese Zeichentechnik ist wie eine Oase des Wohlbefindens, der Entschleunigung und Achtsamkeit inmitten eines immer hektischer werdenden Alltags. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, das Zeichenmaterial wird gestellt. Die Materialkosten für Zeichenpapier, Vorlagen, Stifte etc. in Höhe von ca. 5 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bad Mergentheim 207101

Hai Yan Waldmann-Wang, dienstags, ab 05.10.2021, 16:00 - 18:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 3 Termine, 32,00 €



Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Acryl-Malkurs

Eigene Kunstwerke malen - eigene Stimmungen umsetzen

Malen, das ist Bewegung, die Farben, der Umgang mit den Materialien, das "In sich Vertiefen". Die Freude am Malen währt umso länger, je mehr man über Farben, Material, Komposition, Pinselführung, Licht und Blickwinkel weiß. Gemalt wird mit Acrylfarben. Dabei steht die gegenständliche Malerei im Vordergrund. Ein gleichsam spannender wie auch entspannender Kurs, in dem Theorie und Praxis miteinander verbunden sind. Es entstehen verblüffende eigene Werke. Eigene Materialien bitte mitbringen. Bei Neuanschaffung werden die Malutensilien am ersten Abend besprochen.

Bad Mergentheim 207102

Gunther Baier, donnerstags, ab 23.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 6 Termine, 63,00 €

Landschaftsmalerei

Aquarellmalerei

Als Einstiegskurs in die Kunst der Landschaftsmalerei mit Aquarellfarben und Ölpastellkreiden befassen wir uns mit Fragen der Komposition, mit technischen Fragen und mit der Geschichte der Landschaftsmalerei. So können die Teilnehmenden lernen, nach der Natur zu malen, aber auch aus der Idee heraus das Bild einer Landschaft selbst zu entwickeln. Bitte ein günstiges Einsteigerset mit Ölpastellkreide, Aquarellfarben, Pinsel und Papier mitbringen.

Niederstetten 207104

Peter Heinrich Striffler, freitags, ab 12.11.2021, 15:00 - 16:30 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 3 Termine, 26,00 €

Malen mit Pigment - Ein Grundkurs

Neben der besonderen Leuchtkraft bietet das Arbeiten mit Pigmenten vor allem vielfältige technische Möglichkeiten. Man kann dabei sowohl sehr feine, lasierende Farbaufträge als auch deckende Farbaufträge anlegen. Neben einer Einführung in das Arbeiten mit Pigmenten entwickeln wir unsere eigene Bildsprache und beschäftigen uns mit Fragen der gegenstandslosen Bildentwicklung. Maluntergründe, Pigmente, Acrylbindemittel sowie Zeichenmaterial sind in der Gebühr enthalten.

Bad Mergentheim 207110

Tatjana Schmidgall, mittwochs, ab 06.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, Werkstatt Schmidgall, 7 Termine, 95,00 $\ensuremath{\varepsilon}$

Malen wie Bob Ross

Landschaftsmalerei

In diesem Kurs wird gezeigt, wie man mit der Nass-in-Nass-Öl-Maltechnik des amerikanischen Malers Bob Ross, komplexe Landschaften in Öl malt. Als Vorlage zum Nachmalen dient an diesem Kurstag das Motiv "Change of Seasons". Schritt für Schritt werden die einzelnen Bildkomponenten gestaltet und dabei die spezielle Maltechnik und die Verwendung der Farben erläutert. Am Ende des Kurstages kann ein komplett fertiggestelltes Gemälde mit nach Hause genommen werden.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Küchenrolle, Babyöltücher und eine Mülltüte. Diese Technik wird ausschließlich mit Bob-Ross-Produkten durchgeführt. Die Materialkosten in Höhe von 60 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet.

Bad Mergentheim 207120

Thomas Johnson, Samstag, 23.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 1 Termin, 50,00 €

Niederstetten 207121

Thomas Johnson, Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 1 Termin, 50,00 €

Ikonenmalerei

In diesem Kurs wird die traditionelle Technik der Ikonenmalerei ausführlich vermittelt: Vom Bildaufbau, über die Vergoldung bis hin zum Anmischen geeigneter Pigmentfarben. In unzähligen Malgängen werden auf Holztafeln Schritt für Schritt neue Schichten aufgetragen bis am Ende eine eigene Ikone entsteht. Zum Erlernen der Grundbegriffe eignen sich für Neueinsteiger einfache Ikonenmotive. Wer schon etwas Erfahrung hat, wählt komplexere Motive. Die Materialkosten von ca. 50 € für Holztafel, Pinsel, Farbpigmente und Blattgold (je nach Motivauswahl und Menge) werden im Kurs mit der Kursleitung abgerechnet. Neueinsteiger melden sich zwecks Motivauswahl und Anschaffung der Holztafel bitte vorab bei der Volkshochschule. Bitte mitbringen: Pinsel (falls vorhanden), Bleistift, Tesa und Lineal.

Bad Mergentheim 207125

Angela Wenger-Maninger, donnerstags, ab 23.09.2021, 19:30 - 21:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 10 Termine, 96,00 €

Bad Mergentheim 207126

Angela Wenger-Maninger, donnerstags, ab 13.01.2022, 19:30 - 21:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 10 Termine, 96,00 €

Airbrush - Workshop zum Kennenlernen

Beim Airbrush wird kein Pinsel verwendet, hier wird eine kleine Sprühpistole an einen Kompressor angeschlossen. Man kann so fantastische Farbverläufe sprühen, bis hin zu fotorealistischen Motiven. Airbrush lässt sich natürlich auch hervorragend mit anderen Maltechniken kombinieren. Unter fachlicher Anleitung kann diese Technik einmal ausprobiert werden. Hierzu sind zwei Arbeitsplätze aufgebaut, an denen jeweils feine und breite Linien, sowie ein kleiner Farbverlauf gesprüht werden können. Das eigene "erste Werk" kann selbstverständlich mit nach Hause genommen werden. Bitte mitbringen: alte Kleidung sowie Lust am Ausprobieren.

Bad Mergentheim 207130

Ute Morawetz, Mittwoch, 10.11.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 1 Termin, 10,00 €

Airbrush - Die Kunst aus der Sprühpistole

Mit Airbrush können fantastische Farbverläufe gesprüht werden. Diese Technik lässt sich auch hervorragend mit anderen Maltechniken kombinieren. Der Kurs ist offen für alle Airbrush-Begeisterten, ob geübt oder ungeübt. Nach einer allgemeinen Einführung in Material und Technik beginnen die Neueinsteiger mit Grundübungen und der Gestaltung von Farbverläufen am Beispiel unterschiedlicher Motive wie Sonnenuntergang und Weltall. Wer bereits mehr Erfahrung hat, kann sich durch ein Frosch- oder Tucan-Motiv führen lassen und so seine Kenntnisse über Farbauftrag, Farblehre, Radier- und Maskiertechniken, Spezialeffekte oder technische Ausstattung erweitern. Bitte mitbringen: alte Kleidung und eventuell Verpflegung für die einstündige Pause. Die Materialkosten liegen je nach Verbrauch zwischen 12 bis15 € und werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Eigenes Material kann gerne mitgebracht werden.

Bad Mergentheim 207131

Ute Morawetz, Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 1 Termin, 45,00 €

Bad Mergentheim 207132

Ute Morawetz, Samstag, 22.01.2022, 10:00 - 17:00
Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 1 Termin, 45,00

HANDWERK / KUNSTHANDWERK

Erste Erfahrungen im Umgang mit der Nähmaschine

für Erwachsene und Kinder ab ca. 10 Jahren Schritt für Schritt lernen Sie den Umgang mit einer Nähmaschine, beginnend mit den vielfältigen Funktionen und Einstellungsmöglichkeiten, dem Einfädeln, Spulen, der Einstellung der Stiche etc. Ziel des Kurses ist die Herstellung einer Stofftasche. Bitte eine kleine Schere mitbringen. Die Nähmaschinen werden gestellt, es kann aber auch eine eigene Nähmaschine mitgebracht werden. Die Materialkosten in Höhe von 6 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

lgersheim 209201

Irene Michel, samstags, ab 15.01.2022, 10:00 - 11:30 Uhr, Johann-Adam-Möhler-Schule, Handarbeitsraum, 4 Termine, 34,00 €

Glasperlendrehen: Schmuck aus Glas

Seit Anbeginn sind Menschen fasziniert von der Glasperlenherstellung und der Vielfältigkeit dieses Materials. In diesem Kurs wird unter sachkundiger Anleitung gezeigt, wie man diese an einem Gasbrenner herstellt und welche verschiedenen Techniken zur Farb- und Formgebung es gibt. Nach einer Sicherheitseinführung können bereits am ersten Tag eigene Glasperlen hergestellt und dann am zweiten Tag des Kurswochenendes zu individuellen Schmuckstücken weiterverarbeitet werden. Sie werden selbst zur Designerin/ zum Designer von Glasperlen und im Handumdrehen entsteht so vielleicht ein besonderes Geschenk für einen lieben Menschen. Die Materialkosten für Rohglas und Gas von ca. 40 bis 50 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Hinzu kommen je nach Verbrauch und Materialauswahl Materialkosten zur Schmuckherstellung. So kann eine Kette mit selbstgedrehten Perlen und Edelstahlelementen (Strang zum Fädeln, Verschluss usw.) bereits für ca. 6 € angefertigt werden. Es besteht aber auch die Möglichkeit aus einzelnen Perlen wertvollere Schmuckstücke bspw. mit Silberteilen und Seide anzufertigen. Bitte mitbringen: Schutz- oder Sonnenbrille, kleine spitze Zange und kleinen Schraubenzieher, altes kleines Messer, altes Wasserglas und ein Feuerzeug. Unbedingt beachten: Kunstfaser und Feuer vertragen sich nicht, deshalb nur Kleidung aus Baumwolle tragen.

Bad Mergentheim 210101

Monika Rannert, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr und Sonntag, 14.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 2 Termine, 98,00 €

Bad Mergentheim 210102

Monika Rannert, Samstag, 05.02.2022, 10:00 - 16:00 Uhr, und Sonntag, 06.02.2022, 10:00 - 16:00 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 2 Termine, 98,00 €

Offene Keramik-Werkstatt

Gefäße und mehr

Die Töpferei Salzer öffnet auch in diesem Jahr wieder ihre Werkstatt für Interessierte. Alles steht bereit, um Gefäße zu formen oder figürliche Projekte umzusetzen. Töpfermeister Walter Salzer stellt Ton, Hilfsmittel und einen reichen Schatz an langjähriger Berufserfahrung zur Verfügung. Teilnehmende am Kurs können entweder mit eigenen Ideen und Vorhaben ans Werk gehen oder aus Grundübungen eigene Ideen entwickeln. An die sechs Abende schließt sich an einem Samstag das gemeinsame Brennen im großen Holzofen an. Die Materialkosten werden abhängig vom Gewicht der fertigen Keramikobjekte mit 2,50 €/kg mit der Kursleitung abgerechnet.

Weikersheim 210403

Walter Salzer, dienstags, ab 21.09.2021, 19:30 - 22:00 Uhr, Hof Aischland, 6 Termine, 68,00 €

Klöppeln - ein altes Handwerk

In gemütlicher Runde werden Sie in das alte Handwerk des Klöppelns eingeführt. Ziel des Kurses ist es, die Grundbegriffe des Klöppelns zu erlernen, um leichte Klöppelbriefe wie z. B. Lesezeichen und Schmetterlinge anfertigen zu können. Nur Mut, es ist leichter als es aussieht! Der Kurs ist auch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bringen Sie eine spitze Schere, einen karierten Block, Klebstoff sowie dünnen Karton mit. Das Klöppelwerkzeug wird gegen eine Kaution in Höhe von 70 € zur Verfügung gestellt.

Weikersheim 210500

Barbara Dengler, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:30 - 21:30 Uhr, vhs-Zentrum, 10 Termine, 70,00 €



Gestalten mit Ton



für Grundschüler bis 9 Jahren

Wir wollen in spielerischer Runde schauen, was unsere Hände aus einem Stück Ton frei entstehen lassen können. Kneten, formen, aufbauen und mit Freude dabei sein. Jeder für sich oder miteinander. Schritt für Schritt die eigene Formensprache finden und das eigene Potenzial an Erfinder- und Spielgeist frei entfalten lassen. Du wirst staunen welche fantasievolle Formen, Superhelden oder Drachen entstehen werden. Am zweiten Tag könnt ihr die Objekte mit Engoben (Tonfarben) bunt bemalen. Nach dem Trocknen werden die Kunstwerke im Brennofen gebrannt und stehen zur Abholung bereit. Bitte mitbringen: Bastelkleidung (z. B. Schürze oder altes T-Shirt), etwas Handwerkszeug (stumpfes Messer, Zahnstocher, Teelöffel u. ä.), sowie 7 € für die Materialkosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

Bad Mergentheim 210801

Roswitha Bug, dienstags, ab 02.11.2021, 14:30 - 16:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 2 Termine, 20,00 €

FOTOGRAFIE

Richtig fotografieren mit der Digitalkamera

für Einsteiger und Fortgeschrittene

Sie haben sich eine neue Digitalkamera gekauft oder wollen lernen, welche Funktionen Ihre Kamera hat? Dann bringen Sie Ihre Spiegelreflex-, System- oder Kompaktkamera zum zweitägigen Fotoworkshop mit. Die Kursinhalte: Einführung in technische Grundlagen und den Umgang mit der Digitalkamera sowie praktische Umsetzung im Freien; Funktionsweise Ihrer Kamera; Zusammenhänge der unterschiedlichen Bedienungselemente. Außerdem: Verhältnis von Zeit und Blende, Brennweite, ISO-Zahl, Autofokus und Tiefenschärfe. Am Samstag: Kamera kennenlernen, nachmittags fotografieren in Bad Mergentheim. Sonntag: Besuch im Wildpark, Tiere fotografieren, Makro- und Landschaftsaufnahmen. Bitte festes Schuhwerk anziehen und der Witterung entsprechende Kleidung sowie Eintrittsgeld für den Wildpark mitbringen.

Bad Mergentheim 211101

Stefan Dancs, Samstag, 02.10.2021, 09:30 - 15:30 Uhr Sonntag, 03.10.2021, 09:30 - 15:30 Uhr, Volkshochschule, 2 Termine, 110,00 €

Einstieg in die digitale Fotografie

Eine moderne Spiegelreflexkamera bietet eine Fülle von Einstellungsmöglichkeiten, die oft nicht genutzt werden. Wir lernen diese Möglichkeiten zu nutzen. Weg von der Vollautomatikeinstellung, hin zum kreativen Bild! Wir erarbeiten in einem zeitlich entspannten und angemessenen Rahmen folgende Themen: Speicherkarten, Bildsensortypen, Verschlusszeit, Blende und ISO, Belichtungsmessmethoden und Belichtungswaage der Kamera, die Schärfentiefe im Bild, der Weißabgleich, unterschiedliche Objektive, Vor- und Nachteile der Brennweiten. Ein Skript ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihre digitale Spiegelreflexkamera, die Bedienungsanleitung im Original, einen geladenen Akku, Speichermedien und Schreibmaterial mit. Der erste und der letzte Kurstermin geht jeweils von 18 bis 20 Uhr.

Niederstetten 211105

Andreas Zobel, dienstags, ab 21.09.2021, 18:00 -19:30 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 6 Termine, 80,00 €

MUSIKALISCHE PRAXIS

Gitarre spielen leicht gemacht

für Einsteiger

Dieser Kurs bietet einen kompakten Einstieg ins Gitarre spielen. Für alle, die ohne Noten mit Rhythmus und Forschergeist die Gitarre entdecken wollen. Ziel ist es, die einfachen Grundakkorde und Schlagtechniken zu erlernen.

Bad Mergentheim 213200

Leo Guggenmos, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 110,00 €

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

Gitarre spielen leicht gemacht

Basiskurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die einen Einsteigerkurs besucht haben oder bereits einfache Grundakkorde und Schlagtechniken beherrschen. Ziel des Kurses ist es, weitere Akkorde und spezielle Rhythmen kennenzulernen sowie Schlagtechniken auszubauen, so dass Sie in der Lage sind, Lieder aus Folk-, Pop- und Rockmusik zu begleiten. Notenkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich.

Bad Mergentheim 213201

Leo Guggenmos, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:30 - 21:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 110,00 €

Gitarren Workshop

Aufbaukurs

Ein Workshop für Teilnehmende, die offen gegriffene Akkorde beherrschen. Darauf aufbauend werden im Kurs die Feinheiten des Akkordspiels, weitere Zupf- und Schlagtechniken behandelt. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Notenkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich. Von 11:30 Uhr bis 12:30 Uhr ist eine Pause geplant.

Bad Mergentheim 213202

Leo Guggenmos, Samstag, 20.11.2021, 09:30 - 14:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 49,00 €

Gitarren Workshop

für Fortgeschrittene

Ein Workshop für Fortgeschrittene, die die normalen offenen Griffe beherrschen. Für alle, die das eigene Spiel mit Spaß und Forschergeist rund um die Lagerfeuermusik verbessern möchten. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Von 11:30 bis 12:30 Uhr ist eine Pause geplant.

Bad Mergentheim 213203

Leo Guggenmos, Samstag, 19.02.2022, 09:30 - 14:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 49,00 €

Rhythmus aktiv - kreativ - informativ

Workshop für Frauen

Verschiedene Rhythmicals (eigenständige Rhythmusstücke), Rhythmuspattern zur Begleitung von Liedern oder anderen Kompositionen oder auch Rhythmusimprovisationen bilden den Schwerpunkt dieses Kurses. Das aktive Musizieren mit Körperklanggesten ("Bodypercussion") sowie mit der Stimme und Instrumenten des Schlagwerks (v.a. Trommeln und Small Percussion) steht im Mittelpunkt und bietet auch die Grundlage für Einblicke in Notationsmöglichkeiten und Strukturen von Rhythmen. Im Vordergrund steht dabei nicht die künstlerische Perfektion, sondern die Freude am gemeinsamen musikalischen Erleben und Gestalten sowie die Erweiterung des eigenen Erfahrungsund Wissensschatzes. Der Kurs richtet sich an Frauen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. In Kooperation mit der Jugendmusikschule Bad Mergentheim.

Bad Mergentheim 213301

Bianca Dell, montags, ab 04.10.2021, 19:15 - 20:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, Rhythmikraum, 4 Termine, 21.00 €

Musikwichtel: Musikalischkreativer Eltern-Kind-Kurs



für Kinder von 12 Monaten bis 2 Jahren mit einem Elternteil

Dieser kreative Kurs geht auf den wachsenden Entdeckungsdrang und Erlebnisraum Ihres Kindes ein. Das heißt: gemeinsam singen, tanzen, musizieren, einfache Instrumente basteln und darauf spielen, zusammen toben und lachen, denn die ganze Welt ist voller Musik. Durch altersgerechte Übungen löst sich das Kind dabei schon gelegentlich vom sicheren Schoß der Eltern und bekommt die Möglichkeit Neues auszuprobieren, seine musikalischen Fähigkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Weikersheim 213810

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 15:00 - 16:00 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Spiel, Spaß und Bewegung

Eltern-Kind-Kurs für Kinder zwischen 2 und 4 Jahren mit einem Elternteil

In diesem Kurs wird alles vereint, was den Kindern Spaß macht und sie in einer gesunden Entwicklung unterstützt. Zusammen singen und musizieren wir auf spielerische Weise und fördern ganz nebenbei Rhythmusgefühl und Sprache. Das Staunen über Bewegungen, Klänge, Echo- und Instrumentalspiel führt zu aktivem Mitmachen und begeistertem Imitieren. Mit Gruppentänzen, Erzählideen und dem Einsatz von Instrumenten wird dem Bedürfnis der Kinder nach musikalischer Entfaltung entsprochen und das Sprech- und Sozialverhalten der Kinder gefördert.

Weikersheim 213811

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 16:15 - 17:15 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 € und spannenden Einsichten in die Gemälde der Neuen Pinakothek nach.

Dr. Joachim Kaak ist zweiter stellvertretender Generaldirektor der Bayerischen Staatsgemäldesammlungen und Referent für Malerei und Plastik 1850-1900 in der Neuen Pinakothek. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Neuen Pinakothek statt.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen bekommen.
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Alles was Sie dafür benötigen, ist ein Rechner mit Internetanschluss.

Bad Mergentheim 100714

Dr. Joachim Kaak, Donnerstag, 11.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 5,00 €

DIGITALE ANGEBOTE

Livestream - vhs.wissen live: Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten - Die Gemälde der neuen Pinakothek "Wohnzimmer mit der Schwester des Künstlers" und "Prozession in Hofgastein"

Live aus der Pinakothek

Adolph Menzel gilt als der herausragende Vertreter des deutschen Realismus im 19. Jahrhundert. Unermüdlich zeichnend beobachtete er gleichsam als Chronist einer "vie moderne en Allemagne" Menschliches und Allzumenschliches. 1996/97 verortete ihn die große Berliner Retrospektive daher auch im "Labyrinth der Wirklichkeit".

Aber warum fotografierte der Künstler eigentlich nicht? Menzel, der die lithographische Anstalt des Vaters nach dessen Tod 1832 weiterführte, erwarb zudem 1864 das Photographische Kunst- und Verlagsinstitut Gustav Schauer für seinen Bruder. Nach dessen Tod ein Jahr später unterstützte er auch hier seine Schwägerin in der Fortführung der Geschäfte.

Menzel war also bestens mit den vervielfältigenden und abbildenden Medien der Zeit vertraut, die seinen ökonomischen Erfolg sicherten und zugleich seinen Blick auf die Dinge des Lebens prägten. Dennoch hielt er persönlich an Malerei und Graphik fest. Suchte er vielleicht doch nach symbolischen Ausdrucksmöglichkeiten, die über die bloße Abbildung der Wirklichkeit hinausgingen? Diesen Fragen geht der Vortrag live aus der Neuen Pinakothek mit überraschenden



Fachbereich :

Gesundheitsbildung

"vhs macht gesünder!"

belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

YOGA / ENTSPANNUNG

Yoga für Frauen

am Vormittag

Mit Yoga können wir Körper, Geist und Seele in Balance bringen. In dieser Vormittagsstunde wollen wir in Schwung kommen, den Rücken stärken, aber auch innerlich still werden und die innere Kraft finden. Bitte Unterlage, warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Bad Mergentheim 301101

Elke-Sophie Lux, mittwochs, ab 15.09.2021, 09:30 - 10:45 Uhr, Dominikanerkloster, 10 Termine, 63,00 €

Bad Mergentheim 301102

Elke-Sophie Lux, mittwochs, ab 12.01.2022, 09:30 - 10:45 Uhr, Dominikanerkloster, 10 Termine, 63,00 €

Yoga - ursprünglich und ganzheitlich

für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene mit mindestens einem Jahr durchgehender Yoga-Praxis. Wir vertiefen das Basiskönnen und -wissen von Bewegung, Atem, Klang und Stille sowie der Yoga-Philosophie. Dabei werden die Harmonie und Einheit zwischen einem flexibleren Körper und Geist sanft gefördert. Anstelle von Spannungen und Stress erfahren wir Vitalität und Wohlbefinden im Alltag und ein Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist.

Bad Mergentheim 301103

Manuela Mathura, dienstags, ab 21.09.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Dominikanerkloster, 11 Termine, 77,00 €

Yoga am Morgen

"Jeder Mensch kann Yoga üben - solange er atmet!" (Sri K. Pattabhi Jois). Das Yoga am Morgen beginnt mit Atemübungen (Pranayamas) und anregenden Körperübungen (Asanas) bis hin zum Sonnengruß (Surya Namaskar), die in diesem Kurs vermittelt werden. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Gymnastik- oder Yogamatte mit, evtl. noch eine Decke und ein kleines Kissen.

lgersheim 301104

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 30.09.2021, 09:00 - 10:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 8 Termine, 63,00 €

Igersheim 301105

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 03.02.2022, 09:00 - 10:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 55.00 €



Yoga (© Adobe Stock 213876431)

Kundalini Yoga

Dynamik und Ruhe

Diese Yogaform mit dynamischen Übungen fokussiert sich stark auf das Spüren der eigenen Lebensenergie. Das Atmen hat hier einen zentralen Stellenwert. Ausgeglichenheit, Kreativität und Gesundheit können gestärkt werden. Yoga ist in seinen Ursprüngen ein ganzheitliches System. Es werden Körper-, Atem- und Meditationsübungen praktiziert, die den Körper kräftigen, die Flexibilität erweitern und Verspannungen lösen können. Bitte bringen Sie Matte, Decke, Sitzkissen, bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mit.

Bad Mergentheim 301106

Renate Löhr, montags, ab 13.09.2021, 20:00 - 21:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus in Neunkirchen, Multifunktionsraum, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301107

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 17:00 - 18:00 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301108

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:15 - 19:15 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301109

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 19:25 - 20:25 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Bad Mergentheim 301110

Renate Löhr, montags, ab 10.01.2022, 20:00 - 21:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus in Neunkirchen, Multifunktionsraum, 11 Termine, 66,00 €

Weikersheim 301111

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:00 - 18:00 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Weikersheim 301112

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:15 - 19:15 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Weikersheim 301113

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:25 - 20:25 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Hatha Yoga

Ein Weg, um körperliche Entspannung und geistige Stabilität zu finden, ist Yoga. Das System der Körper-, Atem- und Entspannungsübungen hilft, die Gesundheit zu erhalten und die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten und schädliche Umwelteinflüsse zu steigern. Yoga kann in jedem Alter begonnen werden. Bei den Übungen wird der funktionelle Zusammenhang aller Wirbelsäulenabschnitte beachtet, da eine Fehlfunktion in einem Bereich die ganze Wirbelsäule beeinflusst. Sich zu entspannen ist die Voraussetzung für die Beseitigung schmerzhafter Verspannungen.

Niederstetten 301114

Simone Rohner, donnerstags, ab 16.09.2021, 18:30 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55,00 €

Simone Rohner, donnerstags, ab 16.09.2021, 20:00 -21:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55.00 €

Igersheim 301116

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 30.09.2021, 19:00 -20:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 8 Termine,

Niederstetten 301117

Simone Rohner, donnerstags, ab 13.01.2022, 18:30 -19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55.00 €

Niederstetten 301118

Simone Rohner, donnerstags, ab 13.01.2022, 20:00 -21:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55,00 €

lgersheim 301119

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 03.02.2022, 19:00 -20:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine,

Herz-Qigong für mehr Vitalität und Lebensfreude

Qigong ist für Menschen aller Altersgruppen und ohne Vorkenntnisse geeignet. Das Herz-Qigong ist eine Übungsreihe aus dem medizinischen Qigong, das zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Kräftigung der Muskulatur sowie zur Entspannung dient. Die Übungen sind für den Kreislauf gut geeignet, der Körper wird trainiert, aber nicht überfordert. Dabei sollen die Meridiane durchlässig sowie Blockaden des Qi's beseitigt werden, damit Körper und Geist ins Gleichgewicht kommen. Einzelne Übungselemente lassen sich auch gut in den Alltag integrieren. Geübt wird überwiegend im Stehen. Bitte eine Gymnastikmatte, begueme Kleidung und Sportschuhe mit flacher Sohle mitbringen.

Bad Mergentheim 301201

Irina Schmidt, montags, ab 11.10.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Dominikanerkloster, 10 Termine, 79,00 €

Bad Mergentheim 301202

Irina Schmidt, montags, ab 10.01.2022, 09:30 - 11:00 Uhr, Dominikanerkloster, 10 Termine, 79,00 €

Shiatsu - Do-In

ein Weg zu Gesundheit und Wohlbefinden

Shiatsu ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode mit Wurzeln in der traditionellen fernöstlichen Medizin. Mit speziellen Körperübungen wie dem Do-In, einer Kombination aus Bewegungs- und Atemübungen sollen Körper, Geist und Seele wieder mehr ins Gleichgewicht kommen. Das Do steht für "den Kanal öffnen, durchgängig machen", das In für strecken, dehnen und bewegen. Gleichzeitig werden bei den Körperübungen Organe, Faszien und das Nervensystem aktiviert. Do-In wird teilweise im Sitzen, Liegen oder Stehen ausgeführt und ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet. Bitte

bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, Socken oder Gymnastikschuhe, evtl. ein kleines Kissen und eine Decke mit.

lgersheim 301205

Gisela Dittkuhn, montags, ab 25.10.2021, 19:30 -20:45 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 5 Termine, 42,00 € (Gebühr für 5 Teilnehmer)

Gisela Dittkuhn, montags, ab 24.01.2022, 19:30 -20:45 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 5 Termine, 42,00 € (Gebühr für 5 Teilnehmer)

Entspannungstraining nach Jacobson

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson ist eine einfache und wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Durch systematische An- und Entspannung der Muskulatur können Sie Ihr Körpergefühl verbessern, verspannte Muskeln lockern und mehr Gelassenheit erreichen. Entspannungsübungen tragen dazu bei, mit Stresssituationen und Ängsten gelassener umzugehen oder einfach im Alltag abzuschalten. Gut für alle, die eine leicht handhabbare Methode suchen, um mit Stress umzugehen. Ideal auch für Menschen, die eher durch Aktivität in die Entspannung finden. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, ein kleines Kissen bzw. Nackenrolle und eventuell eine leichte Decke mit.

Bad Mergentheim 301251

Renate Graf, mittwochs, ab 06.10.2021, 19:30 - 20:30 Uhr, Fachklinik Schwaben, 8 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 301252

Renate Graf, mittwochs, ab 19.01.2022, 19:30 - 20:30 Uhr, Fachklinik Schwaben, 8 Termine, 65,00 €

Feldenkrais-Methode

Bewegung, die im Kopf beginnt!

Beweglich bleiben, wieder beweglich werden, körperlich wie geistig. Das ist der Wunschgedanke aller Menschen, egal ob jung oder alt. Kaum einer nimmt seine Bewegungen heute bewusst wahr. Dabei kann man selbst im fortgeschrittenen Alter lernen, sich zu verändern und weiterzuentwickeln. Wir brauchen dafür Zeit, Geduld, Neugierde und Forschergeist. Ziel dieses Kurses ist eine Bewegung der Leichtigkeit zu verinnerlichen. Durch das bewusste Wahrnehmen unserer Bewegung, können jene Bewegungen, die uns hemmen oder behindern

entdeckt und Spannungen abgebaut werden. Mit der Feldenkrais-Methode lernen wir unseren Körper besser kennen und verinnerlichen neue Bewegungsmuster und verbessern dadurch die Funktionalität unseres Körpers. Bitte Decke oder Matte, leichte warme Kleidung und Socken mitbringen.

Bad Mergentheim 301253

Leo Guggenmos, dienstags, ab 21.09.2021, 19:30 -21:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, Rhythmikraum, 10 Termine, 110,00 €

Bad Mergentheim 301254

Leo Guggenmos, dienstags, ab 11.01.2022, 19:30 -21:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, Rhythmikraum, 10 Termine, 110,00 €

Zeit für mich - Techniken zur Entspannung

"Den Tag einfach ausklingen lassen". Nach diesem Motto könnte verfahren, wer diesen Kurs besucht hat. Der Kurs bietet einen Querschnitt durch verschiedene Entspannungsmethoden wie Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Meditation und Klangschalen. Durch mehrere, aufeinanderfolgende Entspannungseinheiten schaffen Sie sich einen entspannten Tagesausklang und kommen ganz zu sich. Bitte bringen Sie eine Decke, eine dicke Matte, kuschelige Socken und ein kleines Kissen mit.

Igersheim 301257

Mirjam Rögner-Schneider, dienstags, ab 09.11.2021, 18:30 - 20:30 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 3 Termine, 45,00 €

lgersheim 301258

Mirjam Rögner-Schneider, dienstags, ab 01.02.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 3 Termine, 45,00 €

Förderung durch die Krankenkassen

Die Teilnahme an Gesundheitskursen kann von den Krankenkassen gefördert werden. Eine Bescheinigung über Ihre regelmäßige Teilnahme, mindestens 80% der Kurstermine, stellen wir Ihnen gerne aus.

Bitte klären Sie vor Kursbeginn, ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird. denn die Datenbanken der Krankenkassen werden von uns nicht pauschal bedient.

Waldbaden - entspannen und entschleunigen

Shinrin Yoku ist japanisch und heißt so viel wie "Waldbaden". Dort ist es schon seit vielen Jahrzehnten zu einer anerkannten Stress-Management-Methode avanciert. Ziel ist es, ganz bewusst in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen, sich achtsam zu bewegen, ruhig und tief zu atmen, aufmerksam zu beobachten, sich treiben zu lassen und den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen. Eine Methode, die sich positiv auf die Gesundheit auswirkt, den Stresspegel reduziert und das Immunsystem stärkt. Waldbaden ist für Menschen geeignet, die sich nach Ruhe und Entspannung sehnen und sich gerne in der Natur aufhalten. Bitte tragen Sie wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk. Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

Igersheim 301259

Sabine Rumm, Samstag, 02.10.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Treffpunkt: Holzlagerplatz, 1 Termin, 12,00 €

Meditativer Tanz

Meditative Kreistänze führen zur eigenen Mitte, schenken Ausgeglichenheit und Ruhe und vermitteln Vitalität und Lebensfreude. Tänze aus verschiedenen Kontinenten, Ländern und Kulturkreisen unterstützen Sie, Ihre eigenen Kraftquellen zu spüren. Mal beschwingt und heiter, mal ruhig und besinnlich, sind die Tänze leicht zu erlernen und können auch von ungeübten Teilnehmern nach kurzer Zeit mitgetanzt werden. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich

laersheim 301261

Sabine Knolmayer, dienstags, ab 12.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Tanzraum Schlesierstraße, 5 Termine, 40,00 €

Igersheim 301262

Sabine Knolmayer, montags, ab 17.01.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Tanzraum Schlesierstraße, 6 Termine, 48,00 €

Yoga für Kinder: Eltern-Kind-Kurs

für Kinder von 2,5 bis 4 Jahren mit einem Elternteil

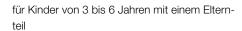
Yoga für Kinder bietet eine Möglichkeit, spielerisch Kraft zu schöpfen, aber auch Aggressionen und Stress abzubauen. Hund, Katze, Maus - welche Yogafigur bist du? Das Nachstellen verschiedener Tier-, Pflanzen- und Landschaftsformen in den Yoga-Haltungen kann bei den Kindern ein tieferes Verständnis für ihre Umwelt entstehen lassen. Selbst die Kleinsten können Ihr Körpergefühl beim kindgerechten Yoga stärken und werden bewegungssicher. Durch den ständigen Wechsel von Anspannung und Entspannung in den Haltungen erleben die Kinder diesen Unterschied. Vielfältige Konzentrations-

und Meditationsübungen eröffnen auch schon Kindern neue Möglichkeiten, ihre Aufmerksamkeit und somit den Geist zu schulen. Geübte Entspannungsphasen in der Gruppe helfen dabei, auch zu Hause zu entspannen. Bitte mitbringen: Matte, Kissen und ein zweites Paar Socken.

Bad Mergentheim 301803

Sabine Rumm, donnerstags, ab 13.01.2022, 16:30 - 17:30 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 7 Termine, 34,00 €

Yoga für Kinder: Eltern-Kind-Kurs



Yoga für Kinder bietet eine Möglichkeit, spielerisch Kraft zu schöpfen, aber auch Aggressionen und Stress abzubauen. Hund, Katze, Maus - welche Yogafigur bist du? Das Nachstellen verschiedener Tier-, Pflanzen- und Landschaftsformen in den Yoga-Haltungen kann bei den Kindern ein tieferes Verständnis für ihre Umwelt entstehen lassen. Selbst die Kleinsten können Ihr Körpergefühl beim kindgerechten Yoga stärken und werden bewegungssicher. Durch den ständigen Wechsel von Anspannung und Entspannung in den Haltungen erleben die Kinder diesen Unterschied, Vielfältige Konzentrationsund Meditationsübungen eröffnen auch schon Kindern neue Möglichkeiten, ihre Aufmerksamkeit und somit den Geist zu schulen. Geübte Entspannungsphasen in der Gruppe helfen dabei, auch zu Hause zu entspannen. Bitte mitbringen: Matte, Kissen und ein zweites Paar Socken.

Weikersheim 301804

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 15:30 - 16:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

Yoga für Grundschulkinder

Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration

Kinder-Yoga fängt das kindliche Bedürfnis nach Bewegung und Ruhe auf und bietet damit einen idealen Ausgleich zum Schulalltag. Dabei können die Kinder Spaß haben und spielerisch Yoga in Geschichten üben. Die Erzieherin zeigt den Kindern bspw., wie man geschmeidig wie eine Schlange, beweglich wie eine Katze, stark wie ein Baum und ruhig wie ein Stein sein kann. So werden spielerisch mit gezielten Übungen Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration gefördert. Dies stärkt das Selbstbewusstsein und die Wahrnehmung. Gleichzeitig kann Yoga entspannen und dabei helfen, die Aufmerksamkeit auf die wesentlichen Dinge zu lenken. Bitte bequeme Kleidung, Decke oder Matte und ein Kissen mitbringen.

Weikersheim 301805

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 16:45 - 17:45 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

Entspannungsspaß - für Kinder von 6 - 9 Jahren



Beim Entspannungsspaß werden die Kinder eingeladen gemeinsam kleine Inseln der Ruhe zu erleben, bei denen sie entspannen können und nebenbei noch lernen auf ihren Körper zu achten. Durch ein abwechslungsreiches Stundenbild kommen Kinder mit vielen Elementen aus Yoga zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Bitte Matte, Kissen, ein zweites Paar Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Igersheim 301808

Sabine Rumm, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:00 -18:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 34.00 €

Wald erleben -



Gemeinsame Wohlfühlzeit

Eltern-Kind-Kurs für Kinder von 3 bis 7 Jahren mit einem Elternteil

Gemeinsam auf Entdeckungsreise gehen und den Wald mit allen Sinnen wahrnehmen, d.h. Tiere und Pflanzen kennenlernen, genauer hinhören, fühlen, riechen und Neues bestaunen. Dabei lernen wir spielerisch unsere Sinne zu schärfen, und dabei die ganz besondere Atmosphäre des Waldes zu genießen. Bitte wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen. Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

lgersheim 301809

Sabine Rumm, Samstag, 25.09.2021, 15:00 - 17:00 Uhr, Treffpunkt: Holzlagerplatz, 1 Termin, 12,00 €

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

Functioning

Happy Balance

Das Fitnessprogramm für mehr Wohlbefinden, mehr Energie und einen strafferen Körper. Intensive Fettverbrennung und Funktionstraining - diese Kombination lässt die Trainingswünsche in Erfüllung gehen. Die Kombinationen aus Kraftausdauerübungen, dynamischen Ganzkörperübungen sowie leichten Aerobicund Fit-Bo-Elementen sind leicht zu erlernen und machen Spaß. Die Bewegungen werden mit dem eigenen Körpergewicht aber auch z. B. mit Therabändern, Redondobällen, Flexibar usw. durchgeführt. Zum Abschluss der Stunde erfolgt eine sanfte Muskel- und Faszien-Pflege, u. a. mit der Blackroll. Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und falls vorhanden Blackroll mitbringen.



Functioning (© Adobe Stock 167713058)

Bad Mergentheim 302101

Birgit Weiler, dienstags, ab 14.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 12 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 302102

Birgit Weiler, dienstags, ab 14.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 12 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 302103

Birgit Weiler, donnerstags, ab 16.09.2021, 10:00 -11:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 12 Termine, 65,00 €

lgersheim 302104

Birgit Weiler, donnerstags, ab 16.09.2021, 17:00 -18:00 Uhr, Kleinsporthalle, 12 Termine, 65,00 €

Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Bad Mergentheim 302105

Birgit Weiler, dienstags, ab 11.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 12 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 302106

Birgit Weiler, dienstags, ab 11.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 12 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 302107

Birgit Weiler, donnerstags, ab 13.01.2022, 10:00 -11:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 12 Termine, 65,00 €

lgersheim 302108

Birgit Weiler, donnerstags, ab 13.01.2022, 17:00 -18:00 Uhr, Kleinsporthalle, 12 Termine, 65,00 €

Bodyfit

Du möchtest deine Figur verbessern, Fett verbrennen und deine Ausdauer trainieren? Dann bist du beim Bodyfit genau richtig! Hier werden die Bewegungen pro Muskelgruppe öfter wiederholt als beim Kraftsport. Mit vielen Übungen wird den Pfunden der Kampf angesagt, deine Muskulatur gestärkt und der Körper gestrafft! Schon nach wenigen Trainingseinheiten wirst du eine Stärkung des eigenen Wohlbefindens und deiner Muskulatur spüren. Bitte Matte mitbringen.

Niederstetten 302111

Nadin Ihlow, dienstags, ab 14.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Niederstetten 302112

Nadin Ihlow, dienstags, ab 11.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Fit über 50

Sie wollen für sich etwas Gutes tun? Schwerpunkte dieses Kurses sind maßvolle Rückengymnastik, Körperwahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannungsübungen mit Gleichaltrigen, die aktiv etwas für ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden tun wollen.

Bad Mergentheim 302116

Birgit Weiler, donnerstags, ab 16.09.2021, 11:00 -12:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 12 Termine, 65,00 €

Bad Mergentheim 302117

Birgit Weiler, donnerstags, ab 13.01.2022, 11:00 -12:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 12 Termine, 65,00 €

Body- and Cardio-Gym

Möchtet ihr neben Fitness, Ausdauer und Kraft noch etwas für eure Konzentration, eure Rechts-Links-Koordination tun und euch somit sowohl körperlich als auch geistig fit machen? Dann seid ihr hier genau richtig. Mit Elementen aus Tae Bo, Steppaerobic, Trommeln und schwungvoller Musik machen wir uns ans Werk und trainieren sowohl unseren Körper als auch unseren Geist.

Bad Mergentheim 302118

Erika Lang, montags, ab 20.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Turnhalle Wachbach, 8 Termine, 29,00 €

Bad Mergentheim 302119

Erika Lang, montags, ab 10.01,2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Turnhalle Wachbach, 10 Termine, 36,00 €

Bewegung mit den Smovey®-Ringen

Die zwei Kunststoffringe begeistern durch ihre einfache Handhabung und Vielseitigkeit. In einem Ring laufen vier Stahlkugeln, die bei schwingender Bewegung Vibrationen erzeugen, welche sich wohltuend auf den ganzen Körper auswirken. Regelmäßige Bewegung aktiviert die Oberflächen- und Tiefenmuskulatur, kräftigt das Herz-Kreislauf-System, verbessert sowohl die Koordination als auch die Kondition und fördert das Wohlbefinden. Für Teilnehmer, die keine Smovey®-Ringe besitzen, wird eine Leihgebühr von 2 € pro Termin direkt im Kurs abgerechnet. Bitte Sportkleidung und Hallenschuhe mitbringen. Bei schönem Wetter findet der Kurs im Freien statt.

lgersheim 302120

Petra Kachel, montags, ab 20.09.2021, 20:15 - 21:15 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 12 Termine, 54,00 €

Igersheim 302121

Petra Kachel, montags, ab 10.01.2022, 20:15 - 21:15 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 45,00 €

Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Nordic Walking

Raus aus dem Alltag!

Dieser Kurs gibt Ihnen die Gelegenheit, die Technik des Nordic Walkings zu erlernen oder aufzufrischen, Spaß an der Bewegung im Freien zu finden und etwas für sich - für Ihre Fitness und Entspannung - zu tun. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt. Bitte bringen Sie Ihre Nordic-Walking-Stöcke mit.

Bad Mergentheim 302131

Renate Graf, dienstags, ab 21.09.2021, 17:30 - 18:45 Uhr, Treffpunkt: Schellenhäuschen, 5 Termine, 38,00 €



Nordic Walking (© Fotolia 134515973)

Funktionsgymnastik

bei Knie- und Hüftproblemen

Hüft- und Kniebeschwerden führen zu erheblichen Einschränkungen im Alltag. Mit Hilfe von Muskelkräftigung, Gelenkstabilisation, muskulärem Koordinationstraining und gezielten Dehnübungen können Sie wieder mehr Beweglichkeit erreichen. Das Spektrum der Übungen reicht von leicht nachvollziehbaren Bewegungsabläufen für den Alltag, über Dehnung und Kräftigung der Muskulatur bis zur Schulung von Gleichgewicht und Körperwahrnehmung. Der Kurs ist ausgerichtet auf Menschen mit Arthrose im Hüft- oder Kniebereich, mit künstlichen Hüft- oder Kniegelenken und auch mit einer nicht diagnostizierten Bewegungseinschränkung im Hüft- oder Kniebereich. Sollte ein operativer Eingriff stattgefunden haben, müssen seitdem mindestens drei Monate Genesungszeit vergangen sein, bis dieser Kurs begonnen werden kann. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302141

Kathy Mohr, dienstags, ab 09.11.2021, 17:00 - 17:45 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 5 Termine, 34,00 €

Weikersheim 302142

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 17:00 - 17:45 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 54,00 €

Pilates

Pilates ist eine sanfte und dynamische Trainingsweise nach den Prinzipien von Joseph Pilates. Das besondere Augenmerk liegt dabei auf Konzentration, Zentrierung, Atmung, Bewegungsfluss, Präzision und Kontrolle. Jede Übung stabilisiert das Körperzentrum, welches sich aus Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur zusammensetzt. Anhand abwechslungsreicher Übungen mit dem Pilatesball (Overball) macht das Training zusätzlich Spaß und verbessert Körperbewusstsein, Körperhaltung und Bewegungsabläufe, welche sich auch im Alltag gut umsetzen lassen. Bitte bringen Sie eine Matte, ein Handtuch, warme Socken, einen Pilatesball (Overball ca. 20 - 25 cm) und ein Theraband mit.

Igersheim 302210

Tanja Simon, mittwochs, ab 22.09.2021, 18:30 - 19:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60,00 €

lgersheim 302211

Tanja Simon, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:45 - 20:45 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60,00 €

Igersheim 302212

Tanja Simon, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:30 - 19:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60.00 €

Igersheim 302213

Tanja Simon, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:45 - 20:45 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60.00 €

Pilates meets Progressive Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung ist eine wissenschaftlich anerkannte und bewährte Tiefenentspannungsmethode nach Jacobson. Jacobson stellte fest, dass sich durch Stress, Angst, innere Unruhe und Leere, die Muskeln anspannen. Bei "Dauerstress" kann dies zu chronischen Schmerzzuständen, Herz- Kreislauf-Beschwerden sowie psychosomatischen Erkrankungen führen. Durch den gezielten Wechsel von Anspannen und Lösen mobilisieren Sie zielgerichtet alle Muskelgruppen Ihres gesamten Körpers. In diesem Kurs symbiosiert die Progressive Muskelrelaxation mit dem Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates, einem ganzheitlichen Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden. Das Training beinhaltet Kraft- und Dehnübungen sowie Atemübungen, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen.

Weikersheim 302219

Christina Kirchner, mittwochs, ab 17.11.2021, 18:15 -19:30 Uhr, Physio & Sports Rehasport e.V., 6 Termine, 82,00 €

Pilates in allen Varianten

"Nach 10 Stunden fühlst du einen Unterschied. Nach 20 siehst du den Unterschied - nach 30 hast du einen neuen Körper." (Joseph Pilates). Pilates ist ein ganzheitliches effektives Trainingssystem aus kombinierten Kräftigungs- und Dehnungsübungen. Der Schwerpunkt des Pilatestrainings liegt auf der Kräftigung der tief liegenden Bauch- und Rückenmuskulatur und des Beckenbodens ("Powerhouse"). Gleichwohl fördert Pilates nicht nur die Haltung sondern auch die Durchblutung. Durch verschiedene Varianten der Übungen ist für jeden etwas dabei. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302220

Kathy Mohr, dienstags, ab 09.11.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 5 Termine, 45,00 €

Weikersheim 302221

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 72,00 €

Pilates in allen Varianten

für Fortgeschrittene

Aufbauend auf Ihren Grundkenntnissen in Pilates wird in diesem Kurs Ihr Übungsrepertoire erweitert. Durch eine bewusste und konzentrierte Ausführung der verschiedenen Übungen schulen Sie Ihre Körperhaltung, Koordination, Atmung, Konzentration und Ausdauer - so verbessern Sie kontinuierlich Ihre Körperwahrnehmung. Der Kurs setzt voraus, dass die Pilates-Atmung, die Aktivierung des Powerhouses, bekannt ist und angewendet werden kann. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302222

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine. 72.00 €

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Beckenbodentraining

nach dem Tanzberger-Konzept

Haben Sie den Wunsch, etwas für sich zu tun, ob vorbeugend oder bei bestehenden Problemen wie Beckenbodenschwäche oder Inkontinenz? Sie erfahren in Theorie und Praxis, wie Sie ein neues Verständnis entwickeln, Ihre Wahrnehmungsfähigkeit verfeinern und die Beckenbodenmuskulatur stärken können. Grundlage ist das von Renate Tanzberger nach jahrzehntelanger praktischer Tätigkeit und Forschung entwickelte Beckenbodenkonzept. Dieser Kurs ist für Frauen und Männer geeignet. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein kleines Handtuch und eine Matte mit.

Bad Mergentheim 302251

Renate Graf, dienstags, ab 05.10.2021, 09:00 - 09:45 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 8 Termine, 45,00 €

Bad Mergentheim 302252

Renate Graf, dienstags, ab 18.01.2022, 09:00 - 09:45 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 8 Termine, 45,00 €

Beckenboden Intensivtraining

für Frauen und Männer

Der Beckenboden bildet mit den Bauchmuskeln, den Rückenmuskeln und dem Zwerchfell als oberen Abschluss unsere stabilisierende Mitte. Durch schweres Tragen, einseitige Bewegungen, Schwangerschaft oder hormonelle Veränderungen wird unser Beckenboden im Alltag Belastungen ausgesetzt, die zu starken Beschwerden führen können. Auch wenn man den Beckenboden nicht sieht oder spürt - kann man lernen, die Muskeln des Beckenbodens zu bewegen und durch ein regelmäßiges Training zu stärken - ähnlich wie die Muskeln an Armen und Beinen. Mit gezielten Übungen zur Wahrnehmung, Kräftigung und Entspannung des Beckenbodens können Sie aktiv Beckenbodenproblemen vorbeugen bzw. entgegenwirken und zu einem positiven Körpergefühl entscheidend beitragen. Bitte begueme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302253

Kathy Mohr, freitags, ab 14.01.2022, 09:00 - 10:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 72,00 €

Bauchtanz

Bauchtanz trainiert auf sanfte Weise den ganzen Körper. Er ist ein ebenso wirksames wie umfassendes Fitnesstraining für Frauen in jedem Alter. Die fließenden und rhythmischen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar. Gleichzeitig werden kaum genutzte Muskeln wieder mobilisiert sowie die Koordination und das Gefühl für den eigenen Körper verbessert. In diesem Kurs werden die Bewegungen und Abfolgen Schritt für Schritt erklärt und zu orientalischer Musik eingeübt. Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: bequeme Gymnastikkleidung, Schläppchen oder rutschfeste Socken und ein Tuch für die Hüfte.

Igersheim 302260

Ina Rehda, freitags, ab 08.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 6 Termine, 40,00 €

Igersheim 302261

Ina Rehda, freitags, ab 14.01.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 6 Termine, 40,00 €

ZUMBA® / SELBSTVERTEIDIGUNG

Zumba®

Inspiriert von lateinamerikanischer Musik verbindet dieses Fitnessprogramm Elemente aus Aerobic und Intervall-Training mit verschiedenen Tanzschritten und einem mitreißenden Musikmix aus Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton. Aus dieser Kombination entsteht ein dynamisches und sehr effektives Fitness-Training, das so viel Spaß macht, dass man nicht genug davon bekommt. Der Einstieg ist einfach und für jeden geeignet. Die Abfolge der Schritte und Drehungen ist leicht erlernbar. Das Wichtigste ist, sich gerne zur Musik zu bewegen. Ehe du dich versiehst, steigerst du deine Ausdauer, Koordination und Fettverbrennung, ohne zu merken, dass du Sport treibst. Zumba® ist Party und Lebensfreude pur! Bitte Sportschuhe, ein Handtuch und Getränk mitbringen.

Bad Mergentheim 302300

Melanie Scholz-Rosenkranz, mittwochs, ab 20.10.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, DOG-Sporthalle, Halle 3, 15 Termine, 70,00 €

Bad Mergentheim 302301

Eglis Marlene Krüger, donnerstags, ab 16.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 10 Termine, 45,00 €

Weikersheim 302302

Eglis Marlene Krüger, freitags, ab 24.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 10 Termine, 45,00 €

Igersheim 302303

Eglis Marlene Krüger, montags, ab 04.10.2021, 10:00 - 11:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 45,00 €

Igersheim 30230

Eglis Marlene Krüger, montags, ab 10.01.2022, 10:00 - 11:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 45,00 €

Bad Mergentheim 302305

Eglis Marlene Krüger, donnerstags, ab 20.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 10 Termine, 45,00 €

Weikersheim 302306

Eglis Marlene Krüger, freitags, ab 21.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 10 Termine, 45,00 €

Tanze dich schlank und fit!

Hier ist der Name Programm. Du möchtest deine Fitness steigern und dich richtig auspowern? Dann ist dies das richtige Fitnessprogramm für dich. Mit viel Spaß wird zu unterschiedlichen Tanzstilen getanzt und dein Body dabei in Form gebracht. In dem Dance-Workout wird dir gezeigt, wie du deine Bewegungsaktivität erhöhst, deine Muskeln stärkst und deine Ausdauer verbesserst. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Du lernst die Basic Steps der einzelnen Styles und trainierst ganz automatisch deinen Körper. Schnell und effektiv, spaßig und locker, hin zu einem neuen Körpergefühl!

Niederstetten 302410

Nadin Ihlow, dienstags, ab 14.09.2021, 19:30 - 20:30 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 ε

Niederstetten 302411

Nadin Ihlow, dienstags, ab 11.01.2022, 19:30 - 20:30 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 $\mbox{\cite{1}}$

Krav Maga - Selbstverteidigung

Krav Maga ist ein äußerst effizientes Selbstverteidigungssystem, das ursprünglich aus Israel stammt. Es basiert auf natürlichen bei jedem Menschen bereits vorhandenen Reflexen. Diese müssen nicht erst langwierig antrainiert werden und sind auch unter hohem Druck schnell abrufbar. Die Reflexe werden durch direkte, einfache und effiziente Techniken ergänzt. Damit wird eine möglichst schnelle Beendigung von Angriffen erreicht. Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen.

Igersheim 302353

Torsten Specht, Freitag, 22.10.2021, 17:00 - 21:00 Uhr Samstag, 23.10.2021, 09:00 - 13:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 2 Termine, 49,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Sie haben immer mal wieder Kummer mit dem Rücken? Sie können etwas dagegen tun! Bewegung, Kräftigung und Dehnung der Muskulatur des Rückens und des ganzen Körpers, dazu Entspannung und Spiele stehen auf dem Programm. Der Kurs möchte Ihnen auch eine intensive Körperwahrnehmung und ein Bewusstsein für wirbelsäulenschonende Alltagsbewegungen vermitteln.

Bad Mergentheim 303501

Renate Graf, dienstags, ab 21.09.2021, 10:00 - 11:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 12 Termine, 61,00 €

Bad Mergentheim 303502

Renate Graf, mittwochs, ab 22.09.2021, 18:30 - 19:30 Uhr, Fachklinik Schwaben, 12 Termine, 64,00 €

lgersheim 303503

Renate Graf, montags, ab 20.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 12 Termine, 61,00 €

lgersheim 303504

Renate Graf, montags, ab 20.09.2021, 19:15 - 20:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 12 Termine, 61,00 €

Bad Mergentheim 303505

Renate Graf, dienstags, ab 11.01.2022, 10:00 - 11:00 Uhr, Turnhalle Stadtgarten, 11 Termine, 56,00 €

Bad Mergentheim 303506

Renate Graf, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:30 - 19:30 Uhr, Fachklinik Schwaben, 11 Termine, 59,00 €

Igersheim 303507

Renate Graf, montags, ab 10.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 10 Termine, 51,00 €

Igersheim 303508

Renate Graf, montags, ab 10.01.2022, 19:15 - 20:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 10 Termine, 51,00 €

Niederstetten 303510

Corinna Weber, mittwochs, ab 15.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 8 Termine, 33,00 €

Niederstetten 303511

Corinna Weber, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 8 Termine, 33.00 €

Rücken-Fit

Möchten Sie lernen, auf angenehme Weise Ihren Rücken zu stärken? Dann sind Sie hier richtig! Mit funktioneller Gymnastik, Wahrnehmungsübungen und Stretching schaffen Sie den notwendigen Ausgleich für einen rückenstrapazierten Alltag. Sie erhalten praxisnahe Tipps, durch die Ihre Bewegungen im Alltag ökonomischer und leichter werden. Bei jedem Treffen lernen Sie neue Bewegungsabläufe und Elemente kennen, unter anderem kommt das Flexi-Bar zum Einsatz. Bitte, falls vorhanden, Theraband und Blackroll mitbringen.

Weikersheim 303515

Birgit Weiler, freitags, ab 17.09.2021, 17:00 - 18:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Weikersheim 303516

Birgit Weiler, freitags, ab 17.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Weikersheim 303517

Birgit Weiler, freitags, ab 14.01.2022, 17:00 - 18:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Weikersheim 303518

Birgit Weiler, freitags, ab 14.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Rücken-Intensiv-Fitness

Ein Kurs für alle, die Spaß an Bewegung und Fitness haben. Schwerpunkt ist das Training für einen gesunden Rücken, kombiniert mit Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit für den ganzen Körper.

lgersheim 303520

Markus Pacyga, montags, ab 27.09.2021, 18:45 - 19:45 Uhr, Kleinsporthalle, 10 Termine, 42,00 €

Igersheim 303521

Markus Pacyga, montags, ab 10.01.2022, 18:45 - 19:45 Uhr, Kleinsporthalle, 10 Termine, 42,00 €



Rücken-Intensiv-Fitness (© Adobe Stock 142360487)

BEWEGUNG IM WASSER

Wassergymnastik

Wassergymnastik ist ein gelenkschonendes Training für den ganzen Körper. Es wird im 28°C-warmen, brusttiefen Wasser durchgeführt und beinhaltet Übungen mit und ohne Gerät, zum Beispiel der Schwimmnudel. Es werden Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination trainiert. Bitte Badebekleidung und Handtücher mitbringen.

Bad Mergentheim 303555

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 20.09.2021, 09:30 - 10:00 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 12 Termine, 92,00 €

Bad Mergentheim 303556

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 20.09.2021, 10:05
- 10:35 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 12
Termine, 92,00 €

Bad Mergentheim 303557

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 20.09.2021, 10:40 - 11:10 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 12 Termine, 92,00 €

Bad Mergentheim 303558

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 17.01.2022, 09:30 - 10:00 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 10 Termine, 76,00 €

Bad Mergentheim 303559

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 17.01.2022, 10:05 - 10:35 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 10 Termine, 76,00 €

Bad Mergentheim 303560

Miriam Kirchgeßner, montags, ab 17.01.2022, 10:40 - 11:10 Uhr, Best Western Premier Parkhotel, 10 Termine, 76,00 €

lgersheim 303561

Nelja Balles, freitags, ab 24.09.2021, 10:00 - 10:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 10 Termine, 48,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303562

Nelja Balles, freitags, ab 14.01.2022, 10:00 - 10:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 10 Termine, 48,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Wassergymnastik für werdende Mütter

auch für nicht schwangere Teilnehmerinnen

Wassergymnastik kann Kurse für die Geburtsvorbereitung nicht ersetzen aber sinnvoll ergänzen. Wir praktizieren die Wassergymnastik im 30°C-warmen Wasser. Hierbei kann der Körper sehr gut entspannen. Es werden Bänder und Gelenke weniger belastet als beim Trockentraining, da vom Wasser rund 50 % des Körpergewichts getragen wird. Die Durchblutung wird unterstützt und der Kreislauf angeregt, wodurch mehr Sauerstoff ins Blut gelangt. Diese bessere Durchblutung kommt auch dem Baby zu Gute. Besonderen Spaß bereitet der Kurs auch Paaren, die gemeinsam entspannen und abtauchen möchten. Bitte Badebekleidung und Handtücher mitbringen.

lgersheim 303563

Nelja Balles, freitags, ab 24.09.2021, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

lgersheim 303564

Nelja Balles, freitags, ab 29.10.2021, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

lgersheim 303565

Nelja Balles, freitags, ab 14.01.2022, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303566

Nelja Balles, freitags, ab 18.02.2022, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Agua-Fitness

Das Aqua-Fitness-Training ist ein effektives Ganzkörpertraining mit Wassergymnastik und Aqua-Jogging. Es trainiert Kraft und Ausdauer, erhöht die Beweglichkeit und verbessert die Koordination. Durch den Wasserauftrieb werden die Gelenke und die Wirbelsäule entlastet, die Muskulatur gekräftigt, der Stoffwechsel angeregt und das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Aqua-Fitness macht fit und vital.



Agua-Fitness (© Adobe Stock 161903893)

Bad Mergentheim 303601

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 22.09.2021, 17:30 - 18:15 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Bad Mergentheim 303602

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 22.09.2021, 18:15 - 19:00 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Bad Mergentheim 303603

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:00 - 19:45 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Weikersheim 303604

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 21.09.2021, 20:00 - 20:45 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Weikersheim 303605

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 21.09.2021, 20:45 - 21:30 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Bad Mergentheim 303606

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:30 -18:15 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Bad Mergentheim 303607

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:15 - 19:00 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Bad Mergentheim 303608

Zsuzsanna Lendvai, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:00 - 19:45 Uhr, Fachklinik Schwaben, 10 Termine, 72,00 €

Weikersheim 303609

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 11.01.2022, 20:00 - 20:45 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Weikersheim 303610

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 11.01.2022, 20:45 - 21:30 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

ESSEN UND TRINKEN

Gesund kochen mit gelben Wurzeln

Anders als beim grünen Gemüse können Carotinoide in gelbem Gemüse gegart besser verwertet werden. Von allen heimischen Gemüsearten haben Karotten den höchsten Gehalt an Carotinoiden (z.B. Beta-Carotin). Zu den Power-Wurzeln zählen aber auch gelbe Bete, Curcuma und Ingwer. Beim gemeinsamen Kochen wird gezeigt wie vielseitig gelbes Wurzelgemüse in der Küche einsetzbar ist und wie raffinierten Speisen zubereitet werden können: marinierte Karotten, Karottensalat an Ingwer und roten Beeren. Karottenauflauf mit Schinken und Speck, Rinderfilet mit Karotten und Kürbis und eine Nachspeise aus gelbem Kokosgrieß. Es werden ausschließlich Lebensmittel aus ökologische Herstellung verarbeitet. Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 15 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte Schürze, Geschirrtücher, 5 Gläser mit Deckel, Messer, Schneidebrett und Einmalhandschuhe mitbringen. Die Rücktrittsfrist endet 7 Tage vor Kurs-

lgersheim 305105

Martina Gutschick-Hellinger, Samstag, 16.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 21,00 € Gebühr für 5 Teilnehmende

Herbstliche Wildkräuter

Gesunde und vitale Wildpflanzen werden bei einer Entdeckungstour in der heimischen Natur kennengelernt. Beim Sammeln von essbaren Kräutern, Wurzeln, Früchten und Samen lernen wir ihre vielseitige Verwendungsmöglichkeit kennen. Während des Spazierganges wird gesammelt, was die Natur hergibt; im Anschluss an den Kurs gibt es Rezepte um aus dem selbst Gesammelten, Zuhause gesunde Leckereien herzustellen. Treffpunkt ist der Sportplatz in Laudenbach. Die Materialkosten von 2,00 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

Weikersheim 305106

Luise Denninger, Samstag, 23.10.2021, 14:30 - 16:00 Uhr, Treffpunkt: Sportplatz Laudenbach, 1 Termin, 10,00 €

Brot backen

wie zu Großmutters Zeiten

In diesem Brotbackkurs wird das alte Geheimnis zur Herstellung eines Roggenmischbrotes vermittelt - ganz ohne chemische Zusätze. Beginnend bei den Grundlagen wird erklärt, wie ein 3-Stufen-Sauerteig richtig gepflegt wird und wie unterschiedliche Aromen erzielt werden können. Dabei gibt es viele Tipps und Rezepte für ein gutes Gelingen. Das selbstgebackene Brot und die Vollkornbrötchen können mit nach Hause genommen werden. Bitte mitbringen: Kuchenkastenform, Behälter für die Brötchen und evtl. ein kleines Schraubgefäß für den Sauerteigansatz sowie eine Schürze und Topflappen. Die Lebensmittelkosten von 2 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Weikersheim 305311

Sabine Wecker, Freitag, 29.10.2021, 17:00 - 20:30 Uhr, Gemeinschaftsschule, 1 Termin, 29,00 €



Bier brauen (© Adobe Stock 93336971)

Bier selber brauen

der etwas andere Kochkurs!

In diesem Kurs begleiten Sie Wasser, Hopfen und Malz auf ihrem Weg zum Bier, d. h. maischen, rasten, läutern und kochen. Dabei werden Sie natürlich auch testen, probieren und schmecken. Am Ende dieses Brautages haben Sie viel über Bier gelernt und wissen, wie aus Wasser, Hopfen und Malz Bier entsteht. Dies lässt sich dann auch praktisch zu Hause umsetzen. Darüber hinaus wird in diesem Kurs viel Wissenswertes über Bier vermittelt und selbstverständlich sollen auch unterschiedliche, selbstgebraute Biere verkostet werden. Materialkosten in Höhe von 19,50 € für Zutaten, Essen, Trinken und Skript werden im Kurs direkt mit dem Kursleiter abgerechnet.

Weikersheim 305351

Dieter Gundel, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Gemeinschaftsschule, 1 Termin, 54,00 €

Igersheim 305352

Dieter Gundel, Samstag, 26.02.2022, 10:30 - 16:30 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 54,00 € Gebühr für 5 Teilnehmende.

Kochen und backen zu Nikolaus

für Kinder ab 7 Jahren

Was kommt da Leckeres aus dem Topf? Was duftet da im Backofen? Dieser Kochkurs birgt einige Überraschungen und wird euch begeistern! Freut euch auf Apfelkuchen im Glas, Kirsch-Marzipan-Crumble, Kartoffelschmarrn mit Rosenkohl in Hagebuttensoße und Sellerie-Püree. Es werden selbstverständlich ausschließlich Lebensmittel aus ökologischer Herstellung verarbeitet. Naschen ist erlaubt und die Produkte dürfen anschließend natürlich mit nach Hause genommen werden. Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 15 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte Schürze, Geschirrtücher, 3 Gläser mit Deckel, 2 Brotboxen und Einmalhandschuhe mitbringen. Die Rücktrittsfrist endet 7 Tage vor Kursbeginn.

Igersheim 305801

Martina Gutschick-Hellinger, Samstag, 04.12.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 15,00 €

Abnehmen für "Gerne-Esser"

Gemeinsam - ohne Hokuspokus - aber mit der richtigen Strategie werden Sie theoretisch und praktisch in eine genussvolle Welt der purzelnden Pfunde entführt. Dabei werden Ernährungsgewohnheiten analysiert, situationsabhängiges Essverhalten erkannt und verändert sowie das Einkaufsverhalten und motivierende Verhaltenskontrolle trainiert.

Bad Mergentheim 306101

Sabine Wecker, donnerstags, ab 23.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 116, 10 Termine, 90,00 €

RUND UM KÖRPER UND GESUNDHEIT

Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen

Vortrag

Viele Menschen leiden unter chronischen Kopfschmerzen oder Schlafstörungen, ohne eine Ursache dafür finden zu können. Schmerz- und Schlafmittel scheinen oft der einzige Ausweg zu sein. Gibt es Alternativen, um den Verbrauch von nebenwirkungsreichen Medikamenten auf

Dauer einschränken zu können? Ob und wie Homöopathie hier Unterstützung bieten kann, wird an diesem Abend besprochen. Die in diesem Vortrag angesprochenen Methoden verstehen sich als Ergänzung zur wissenschaftlichen Schulmedizin.

Niederstetten 306102

Petra Beck, Donnerstag, 07.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 1 Termin, 11,00 €

Brainwalking

Gehirnjogging in der Natur

Bewegung steigert die geistige Leistungsfähigkeit. Durch aktives Gehen durch den Stadtpark und seine Umgebung werden die Denk- und Sinneswahrnehmungen aktiviert. Interessante Bewegungs- und Koordinationsübungen helfen dabei, die mentale und körperliche Beweglichkeit zu intensivieren. So wird das Kurzzeitgedächtnis effektiv trainiert, die Koordination und das Wohlbefinden gestärkt. Sie fühlen sich danach konzentrierter, kreativer und aufnahmefähiger: einfach top fit! Brainwalking ist grundsätzlich für jedes Alter geeignet. Bitte der Witterung entsprechend angepasste Kleidung und Schuhe tragen.

Bad Mergentheim 306505

Mechthild Beil, freitags, ab 22.10.2021, 15:15 - 16:15 Uhr, Treffpunkt: Jugendverkehrsschule, Übungsplatz am Schellenhäuschen, 12 Termine, 54,00 €

Gedächtnistraining

Jedes Gehirn altert im Rahmen eines natürlichen Prozesses. Damit einher geht ein sukzessiver Verlust der Leistungsfähigkeit unseres Gehirns. Training kann helfen, diese Veränderungen zu verlangsamen bzw. auszugleichen. Das Gedächtnistraining ist ein Übungsprogramm, mit dem man Konzentration und Wahrnehmung schulen und verschiedene Erinnerungstechniken erlernen kann. In jeder Trainingseinheit ist ein theoretischer Themenschwerpunkt vorgesehen. Wichtig ist, dass man Interesse an Neuem und Freude am Knobeln hat. Dieses Übungsprogramm ist nicht geeignet für Menschen, bei denen sich bereits eine Demenz manifestiert hat. Ebenfalls ungeeignet ist das Programm für Personen, die starke Einschränkungen des Sehvermögens haben, da die meisten Übungen visuell zu erfassen sind. Bitte Schreibblock und Stift mitbringen.

Bad Mergentheim 306506

Volker Löschner, mittwochs, ab 22.09.2021, 17:30 - 18:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 117, 10 Termine, 48,00 €

Online-Angebote

Auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de wird unser Angebot an Online-Angeboten laufend aktualisiert. Schauen Sie doch einfach mal vorbei. Mit Sicherheit ist etwas Interessantes für Sie dabei!

GESUNDALTERN@BW

GESUNDALTERN@BW

Online-Veranstaltungsriehe

Die Digitalisierung wirkt in alle Lebensbereiche. Das Projekt gesundaltern@bw möchte Bürgerinnen und Bürgern in der Digitalisierung von Gesundheit, Medizin und Pflege begleiten und befähigen, damit sie in der eigenen Gesundheitsversorgung kompetent agieren und eigenverantwortlich handeln können. Im Rahmen des Pilotprojekts gesundaltern@ wird eine Veranstaltungsreihe zu aktuellen Themen aus dem digitalen Gesundheitswesen veranstaltet. Seien Sie aktiv dabei, diskutieren Sie mit und informieren Sie sich!

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh.
- de an, der Vortrag ist gebührenfrei.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine E-Mail mit den Zugangsdaten zum YouTube Livestream und zur digitalen Pinnwand.
- Eine Teilnahme ist über Ihren Computer, Ihren Laptop oder Ihr Smartphone möglich. Sie benötigen lediglich einen Lautsprecher oder einen Kopfhörer.

Für alle, die wenig Online-Erfahrung haben, gibt es ein Erklärvideo "So nehmen Sie an unseren digitalen Veranstaltungen teil". Link zum Video: https://youtu.be/qvYY12y-VII

Elektronische Patientenakte und elektronisches Rezept

Online-Veranstaltung

Dieses Jahr werden mit der elektronischen Patientenakte (ePA) und dem elektronischen Rezept (E-Rezept) gleich zwei neue Anwendungen im medizinischen Alltag eingeführt. Mit der elektronischen Patientenakte erhalten Sie einen transparenten Überblick über Ihre Gesundheitsdaten Mit Hilfe des E-Rezeptes sollen Rezepte einfach per App empfangen und verwaltet werden.

Anmeldepflicht

bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen!

Nach § 6 der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg sind wir gehalten, von den Teilnehmenden aller unserer Veranstaltungen Name und Kontaktdaten bereitzuhalten, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Daher müssen wir immer auch bei allen Einzelveranstaltungen wie z.B. Vorträgen eine Anmeldung von Ihnen vorliegen haben - auch dann, wenn die jeweilige Veranstaltung für Sie gebührenfrei ist. Eine Abendkasse können wir in diesem Semester leider nicht anbieten. Wir bitten Sie vielmals um Ihr Verständnis.

Um ausführlich zu informieren, gibt dieser Vortrag einen Überblick über Aufbau, Inhalte und Funktionen der elektronischen Patientenakte und des E-Rezepts.

Referentin: Dr. Julia Inthorn, Direktorin des Zentrums für Gesundheitsethik an der EV. Akademie Loccum

Bad Mergentheim 300701

Team der gematik GmbH, Dienstag, 28.09.2021, 16:00 - 17:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Personalisierte Medizin

Online-Veranstaltung

Digitalisierung und Künstliche Intelligenz sollen die Medizin weiter bringen. Der Begriff "personalisierte Medizin" steht für eine zielgenaue, auf die jeweilige Person zugeschnittene Diagnostik- und Behandlungsstrategie. Aufgezeigt werden im Vortrag die Möglichkeiten, Herausforderungen und Grenzen der individualisierten Therapien.

Referent/ Referentin: N. N.

Bad Mergentheim 300702

N. N., Dienstag, 19.10.2021, 16:00 - 17:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Digitale Gesundheitsanwendungen: Apps auf Rezept

Online-Veranstaltung

Sogenannte Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) sind Apps, die auf Rezept ausgestellt werden können. Was können diese Apps ganz konkret? Kann man ihnen vertrauen? Wo liegen deren Grenzen? Und was muss ich tun, um ein Rezept für eine Gesundheits-App zu erhalten? Diese und viele weitere Fragen werden in dem Vortrag erläutert.

Referent: Marcel Weigand, Leiter für digitale Transformation, Unabhängige Patientenberatung Deutschland

Bad Mergentheim 300703

Marcel Weigand, Dienstag, 16.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

Aktuell informiert unter www.vhsmgh.de

Während der Corona-Pandemie informieren wir über aktuelle Entwicklungen immer auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de. Dort finden Sie auch unser stetig wachsendes und aktualisiertes Angebot an Online-Kursen, die Sie bequem von zu Hause auf dem PC, Laptop, Tablet oder Smartphone verfolgen können.

Digitalisierung im Gesundheitswesen - Wo wir stehen und was uns die Zukunft bringt

Online-Veranstaltung

Die Digitalisierung im Gesundheitswesen hat in den vergangenen beiden Jahren im deutschen Gesundheitswesen nicht zuletzt durch die CO-VID-Pandemie stark an Tempo gewonnen. Wir möchten gerne einen Blick darauf werfen, was wir bereits erreicht haben und - noch viel wichtiger - wohin die Reise geht. Ausgehend von Erfahrungen aktueller Projekte skizzieren die Experten der Koordinierungsstelle Telemedizin Baden-Württemberg (KTBW), die weitere Entwicklung der Digitalisierung im Gesundheitswesen und digitale Strategien zur Bekämpfung der Pandemie.

Referent: Prof. Dr. Oliver Opitz, Dr. Armin Pscherer und Florian Burg, Koordinierungsstelle Telemedizin Baden-Württemberg (KTBW)

Bad Mergentheim 300704

Dr. Oliver Opitz, Dienstag, 07.12.2021, 16:00 - 17:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei

KULINARISCHE REISE ONLINE

Kulinarische Reise online

Zusammen isst man weniger allein.

Reisen ist in diesen Zeiten schwierig geworden, ins Restaurant gehen auch. Unsere neue Veranstaltungsreihe bietet beides: Kochend reisen und dabei Küche und Menschen aus vielen Regionen kennenlernen. Von der eigenen Küche aus nehmen Sie an Veranstaltungen in Volkshochschulen aus ganz Deutschland teil: Kaiserslautern, Konstanz, Eschweiler, Karlsruhe, Leipzig, Straubing, Bremen und andere organisieren die Reisen.

Was macht diese Online-Kochtermine besonders?

Anders als beim Fernsehkoch wollen wir gemeinsam kochen und essen. Sie erhalten rechtzeitig vor dem Kurstermin eine Einkaufsliste. Unsere Köchinnen und Köche "kommen" dann per Live-Streaming direkt in Ihre Küche. Sie können dort allein oder zusammen mit Partner, Familie oder Freunden unter Anleitung mitkochen. Dabei entdecken Sie gesunde, leckere Rezepte und vieles mehr.

Spätestens beim Essen lernen Sie auch Menschen - womöglich aus ganz Deutschland kennen.

Beim gemeinsamen Essen tauschen wir uns aus - auch das online in der Videokonferenz. Natürlich können Sie zwischendurch Fragen stellen, einfach locker 'quatschen', sich über regionale Besonderheiten oder das Reiseziel des Tages austauschen.

So bekommen Sie Ihre Reiseunterlagen:

Mit der Anmeldung erhalten Sie eine Einkaufsliste. Dort finden Sie auch Hinweise darauf, was Sie ggfls. schon im Vorfeld vorbereiten sollten. Den Zugangslink zum Video-Kursraum erhalten Sie mit der Anmeldung. Wir freuen uns darauf, Sie schon 30 Minuten vor Beginn (17.30 Uhr) zu begrüßen, um ein bisschen zu plaudern, anzustoßen und einander schon mal kennenzulernen. Das eigentliche Kochevent beginnt dann um 18 Uhr.

Damit technisch auch alles funktioniert, beachten Sie bitte folgenden Hinweis:

Dieser Kurs findet auf der digitalen Plattform Zoom statt. Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, einen Computer mit Kamera, Mikro und Lautsprechern bzw. ein Headset. Alternativ ein Tablet oder ein Smartphone. Für eine aktive Teilnahme ist die Bereitschaft zur Nutzung der Kamera und des Mikrofons Voraussetzung.

Wir empfehlen im Vorfeld diesen kurzen Selbst-Test von Zoom zu nutzen: https://www.zoom. us/test

Schnelle Falafel

Der mittlere Osten beschenkt uns mit seiner beliebten Fallaffel. Köstlich, aromatisch durch seine verschiedenen Kräuter und Gewürze, warm oder kalt ein Genuss und einfach immer ein Hauch von Orient. Ein Gericht aus tausend und einer Nacht. Zeitgleich werden wir mit allen Teilnehmern unsere Gerichte zubereiten und anschließend unsere Kreationen gemeinsam vor dem Bildschirm verkosten.

Bad Mergentheim 300750

Monika Fahlbusch, Mittwoch, 29.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 15,00 €

Eifelküche - Schwein in Biersoße

Dieses in der Eifler Region gezüchtete Schwein wird zu 75 % rein pflanzlich mit verschiedenen Getreidearten gefüttert und darf bis zur Schlachtung auf dem heimischen Hof verweilen. Regionales helles Bier und ein herzhafter Bergkäse runden die Soße und die überbackene Haube fantastisch ab. Diesen köstlichen Abstecher ins schöne Eifler Land dürfen Sie sich auf unserer Genussreise nicht entgehen lassen. Nach dem Kochen nehmen wir uns vor den Bildschirmen eine halbe Stunde Zeit, gemeinsam zu Essen und zu Klönen.

Bad Mergentheim 300759

Monika Fahlbusch, Freitag, 10.12.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 15,00 €

Fremdsprachen

Der gemeinsame Europäische Referenzrahmen in der vhs Sprachenschule

Sprachenlernen mit System

Das Kurssystem der vhs Sprachenschule an der Volkshochschule richtet sich nach den Empfehlungen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).

Der GER ist ein europäisches Stufenmodell, das die jeweiligen sprachlichen Fertigkeiten in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen festlegt (A1, A2, B1, B2, C1, C2).

Für Sie als Teilnehmende von Sprachkursen hat dies folgende Vorteile:

- Sie können Ihre eigenen Lernfortschritte gut verfolgen. Jede Stufe enthält Beschreibungen, die im Detail definieren, was Sie bei regelmäßiger, aktiver Mitarbeit am Ende einer bestimmten Niveaustufe erreicht haben können.
- In vielen Sprachen können Sie die einzelnen Lernstufen mit einer international anerkannten Prüfung abschließen.
- Ihre im Rahmen des GER erworbenen Sprachkenntnisse bzw. Sprachabschlüsse sind international gültig und vergleichbar.

GRUNDSTUFE **Elementare Sprachverwendung**

Α1

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe A1 Folgendes können:

Hören

einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen

Sprechen

sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen

Lesen

einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten

Schreiben

einfache Standardformulare, z.B. im Hotel ausfüllen

Δ2

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe A2 Folgendes können:

Hören

einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verste-

Sprechen

kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen

Lesen

kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen

Schreiben

kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

B1

MITTELSTUFE

Selbstständige Sprachverwendung

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe B1 Folgendes können:

Hören

das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird

Sprechen

in einfachen zusammenhängenden Sätzen beteiligen und Ihre Erfahrungen, Ereignisse Ansichten vertreten beschreiben und Meinungen wiedergeben

Lesen

Texte aus der Alltagsund Berufswelt verstehen

Schreiben

persönliche Briefe schreiben

B2

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe B2 Folgendes können:

im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird

Sprechen

sich relativ mühelos an einer Diskussion

Lesen

Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen

Schreiben

detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

AUFBAUSTUFE Kompetente Sprachverwendung

C1

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe C1 Folgendes können:

Hören

Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen

Sprechen

sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken

Lesen

komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.

Schreiben

sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe C2 Folgendes können:

ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen

Sprechen

sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen

Lesen

jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen

Schreiben

anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

Flexible Gebührengestaltung in Sprachkursen

Bitte beachten Sie: Die bei den Kursbeschreibungen angegebenen Gebühren beziehen sich, sofern nicht anders angegeben, jeweils auf eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen. Um Ihnen auch bei geringerer Teilnehmerzahl einen Kurs zu ermöglichen, haben wir ein flexibles Gebührensystem. Die Gruppe einigt sich spätestens am zweiten Kursabend, ob der Kurs ggf. zu erhöhten Gebühren zustande kommen soll. Mit Ihrer unterschriebenen Anmeldung geben Sie uns Ihr Einverständnis.

15 Kurstermine - 1 1/2 Stunden Unterricht

Narstage	10	9	O	,	O	J	I GIII I GI II I I GI I GC
15	79,00	88,00	99,00	113,00	132,00	158,00	
14	74,00	82,00	92,00	105,00	123,00	148,00	
13		76,00	86,00	98,00	114,00	137,00	
12		70,00	79,00	90,00	105,00	126,00	
11			72,00	83,00	97,00	116,00	
10				75,00	88,00	105,00	

15 Kurstermine - 1 Stunde Unterricht

Kurstage	10	9	8	7	6	5	Teilnehmende
15	53,00	59,00	66,00	76,00	89,00	106,00	
14	50,00	55,00	62,00	71,00	83,00	99,00	
13		51,00	58,00	66,00	77,00	92,00	
12			53,00	61,00	71,00	85,00	
11				56,00	65,00	78,00	
10					59,00	71,00	

ENGLISCH

Englisch für Anfänger A1

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen, die ihre Englischkenntnisse gründlich von Anfang an erwerben oder auffrischen wollen. Wir behandeln die wichtigsten Basisthemen. Dabei werden die Grundlagen der Grammatik, der Basiswortschatz und die Fertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen trainiert. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406101

Sonja Beisswenger, montags, ab 13.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch für Wiedereinsteiger A1 1

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen, die ihre Englischkenntnisse gründlich von Anfang an erwerben oder auffrischen wollen. Wir behandeln die wichtigsten Basisthemen. Dabei werden die Grundlagen der Grammatik, der Basiswortschatz und die Fertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen trainiert. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Niederstetten 406102

Sonja Beisswenger, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch A1.2

am Abend

Teilnehmende mit geringen Englischkenntnissen sind im Kurs herzlich willkommen. Sie erweitern Ihre Grundkenntnisse und lernen, einfache Wörter und Sätze zu verstehen und auf einfache Art über vertraute Themen zu sprechen. Außerdem werden die Grundlagen der Grammatik behandelt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406103

Thalita Moura, montags, ab 13.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch A1.1

Anfänger

Nie mehr sprachlos! Dieser Bildungskurs vermittelt Teilnehmern ohne Vorkenntnisse bzw. mit geringen Vorkenntnissen neben der Landeskunde die wichtigsten Themen und Redewendungen für einen Aufenthalt in einem englischsprachigen Land. In einem entspannten Lerntempo werden Ihnen die wichtigsten Begriffe für die Bereiche Unterkunft, Ausflüge, Einkäufe und Essen, Arbeit und Beruf vermittelt. Im Unterricht wird vor allem das freie Sprechen geübt.

Weikersheim 406104

Keyla Pamela Zeller, samstags, ab 09.10.2021, 10:45 - 12:15 Uhr, vhs-Zentrum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch A2.1

am Vormittag

Dieser Kurs bietet ein angenehmes Lerntempo und viel Raum für Wiederholungen. Voraussetzung sind Grundkenntnisse. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406201

Deniz Hircin-Kistner, dienstags, ab 05.10.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Englisch (© Adobe Stock 89991412)

Englisch A2.1

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Englischkenntnisse auffrischen und ausbauen möchten. Es werden wesentliche Themen aus dem Alltag behandelt und Sie gewinnen mehr Sicherheit beim Sprechen und Verstehen. Auch die Grammatik und das Schreiben werden nicht zu kurz kommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406203

Thalita Moura, montags, ab 13.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch A2.2

am Vormittag

In einer entspannten Atmosphäre und in einem angenehmen Lerntempo wiederholen wir im Kurs die wichtigsten Themen auf A2-Niveau. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Sichere Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406204

Deniz Hircin-Kistner, montags, ab 04.10.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch A2/B1

für die Reise

Der Kurs ist für Personen gedacht, die ihre Englischkenntnisse für eine anstehende Reise/einen Urlaub auffrischen und verbessern möchten. Wir behandeln entsprechende Themen mit dem dazugehörigen Wortschatz und der relevanten Grammatik. Besonders viel Wert wird auf das Hörverstehen und das Sprechen sowie eine entspannte und angenehme Atmosphäre im Kurs gelegt. Im Falle eines erneuten Coronabedingten Lockdowns kann der Kurs auf Online-Unterricht auf der Lernplattform vhs.cloud umgestellt werden.

Bad Mergentheim 406205

Linda Balz, samstags, ab 09.10.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Englisch B1

English in the morning

If you want to practise and improve your English, then join our class. Neu- und Wiedereinsteiger sind im Kurs willkommen. Voraussetzung sind gute Grundkenntnisse. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 406301

Gayle Lüdtke-Beemer, dienstags, ab 05.10.2021, 09:30 - 11:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Selten gelernte Sprachen

Kurse in den selten gelernten Fremdsprachen Japanisch, Schwedisch, Türkisch, Ungarisch und Kisuaheli finden Sie auf Seite 35 unter der Rubrik "Selten gelernte Sprachen"!

Telephoning: Business English B1

Intensivkurs

This course is for employees and administration workers who regularly receive and transfer English telephone calls from foreign clients or customers. It is based at an advanced elementary/ pre-intermediate level, which means we will focus on proper introduction, understanding and clarification, common phrases and basic conversations. Roleplaying, sample conversations and constant live practice will also play a main part in this course and should therefore guarantee very good comprehension.

Der Kurs startet schon bei 3 Anmeldungen. In der Minigruppe (3 bis 5 Teilnehmer/innen) ist die intensive Behandlung der Themen und individuelle Betreuung möglich. Der Dozent ist ein Muttersprachler. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs auf Online-Unterricht umgestellt werden.

Bad Mergentheim 406371

Philipp Fernald, dienstag, ab 21.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Volkshochschule, 5 Termine, 88,00 € (Intensivkurs mit 3 bis 5 Teilnehmern)

Business English B1

Intensivkurs

This course is for company employees who work in administration, or who often require English on business-related trips. A wide range of subjects and topics in everyday business will be dealt with. You should have solid English language skills in order to participate in this course.

Der Kurs startet schon bei 3 Anmeldungen. In der Minigruppe (3 bis 5 Teilnehmer/innen) ist die intensive Behandlung der Themen und individuelle Betreuung möglich. Der Dozent ist ein Muttersprachler. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs in den Online-Unterricht wechseln.

Bad Mergentheim 406372

Philipp Fernald, donnerstags, ab 30.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 180,00 € (Intensivkurs mit 3 bis 5 Teilnehmern)

E-Mail Writing: Business English B1/B2

Online Course

In this online course we will focus on the specific vocabulary and common phrases used in everyday business communication. Hence, this course will be very useful for office employees who regularly communicate via E-Mail and require the proper structure and language of busi-

ness E-Mails. In five online meetings (on the platform vhs.cloud) we will learn and analyse how to write E-Mails for different purposes. During the two weeks inbetween the meetings you will have plenty of opportunity to practice writing and will get individual feedback.

Online-Termine: 13.10., 27.10., 10.11., 24.11. and 8.12.2021. Die technischen Voraussetzungen und die Einführung in die Lernplattform vhs.cloud können auf unserer Homepage www. vhsmgh.de eingesehen werden.

Bad Mergentheim 406373

Philipp Fernald, mittwochs, ab 13.10.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Online-Kurs, 5 Termine, 106,00 € (Intensiv-kurs mit 3 bis 6 Teilnehmern)

Presentations: Business English B1/B2

Online Course

In this online course we will focus on the common phrases and the specific structure of presentations. Therefore, the course is highly recommended to participants who not only give presentations in English, but also require some assistance regarding form and structure. Each participant will be asked to prepare und perform a presentation and will get feedback at the end of the course.

Online-Termine: 17.01., 20.01., 24.1., 27.1. und 10.02.2022 (der letzte Termin 19 - 20:30 Uhr). Die technischen Voraussetzungen und die Einführung in die Lernplattform vhs.cloud können auf unserer Homepage www.vhsmgh.de eingesehen werden.

Bad Mergentheim 406374

Philipp Fernald, montags und donnerstags, ab 17.01.2022, ab 27.01.2021 nur donnerstags, 19:00 -20:00 Uhr, Online-Kurs, 5 Termine, 84,00 € (Intensivkurs mit 3 bis 5 Teilnehmern)

English Conversation B2/C1

Did you know that English is recognised in 67 different countries as an official language, as well as spoken in 27 others, with 1.5 billion speakers world wide? Do you belong to them? You could! Why not join us and enjoy improving your speech at the same time?

In this course emphasis will be on speaking wherever possible, a short presentation or talk if you wish and coverage of simple but essential grammatical points for this level. In case of Corona-related lockdown the course can switch to online teaching on the platform vhs.cloud.

Bad Mergentheim 406400

Linda Balz, montags, ab 27.09.2021, 17:00 - 18:30 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

English Conversation B2/C1

Follow-up course

In this course we will continue to discuss different topics and - if needed - deal with essential grammar points and vocabulary relevant for this level. Newcomers are welcome! In case of Corona-related lockdown the course can switch to online teaching on the platform vhs.cloud.

Bad Mergentheim 406401

Linda Balz, montags, ab 13.12.2021, 17:00 - 18:30 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

English Conversation C2

Welcome everyone who would like to improve their already capable level of English understanding, speaking and writing. In this course you will be able to try out new ideas for helping your own improvements. We will be using interesting texts from different magazines that can be "read out loud" and discussed afterwards. This activity, one of many, will increase your already extensive vocabulary on an enjoyable level! You may also express your own ideas and wishes, too. In case of Corona-related lockdown the course can switch to online teaching.

Bad Mergentheim 406500

Linda Balz, mittwochs, ab 29.09.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

English Conversation C2

Follow-up course

We will continue to analyse interesting texts und discuss them afterwards. Newcomers are welcome! In case of Corona-related lockdown the course can switch to online teaching.

Bad Mergentheim 406501

Linda Balz, mittwochs, ab 15.12.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Ferienkurs Englisch

für Schüler/innen der 6. und 7. Klassen

In diesem Ferienkurs beschäftigen wir uns auf abwechslungsreiche und spielerische Art und Weise mit verschiedenen Aspekten der englischen Sprache, z. B. Aussprache, Wortschatz, Hörverständnis und Grammatik. Es wird geübt, gespielt und viel gesprochen. Bitte Schreibutensilien und ein Getränk mitbringen.

Bad Mergentheim 406801

Irina Hertlein, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 09:00 - 11:00 Uhr, 4 Termine, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 €

English Refresher Course (Grammar)

Schüler/innen der 8. - 10. Klasse Realschule Würdest du gerne deine Grammatikkenntnisse auffrischen? In den Herbstferien hast du die Möglichkeit, entstandene Wissenslücken und Defizite zu schließen. Gerade in dieser besonderen und schwierigen Zeit der Pandemie - in welcher Präsenzunterricht so gut wie nie stattfand - hast du jetzt die Chance, dies in einem Refresher Course Grammar nachzuholen. Gemeinsam wollen wir Tenses, If-Sätze, Active and Passive Voice etc. wiederholen und üben. Darüber hinaus wird aber auch der Wortschatz nicht zu kurz kommen. Bitte Lehr- und Übungsbuch von Ellen Henrichs, Englische Grammatik, München: Bassermann Verlag 2004 mitbringen.

Bad Mergentheim 406802

Petra Knolmayer, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 10:00 - 13:30 Uhr, Dominikanerkloster, 4 Termine, 58,00 €



Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Ferienkurs English Conversation

für Schüler/innen der 8. - 9. Klassen

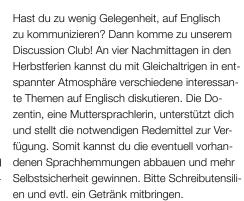
Du lernst fleißig Vokabeln und Grammatik ir der Schule, hast aber zu wenig Gelegenhei auf Englisch zu kommunizieren? Dieser Kurs ermöglicht es dir, Englisch als ein "echtes" Kommunikationsmittel zu entdecken. Auf spielerische und entspannte Art und Weise besprechen wir verschiedene interessante Themen, spielen Sprach- und Rollenspiele und helfen dir dadurch, die eventuell vorhandenen Sprachhemmungen zu überwinden und dein Englisch zu aktivieren. Somit steht nicht die Fehlersuche im Vordergrund, sondern Kommunikation und Spaß! Bitte Schreibutensilien und evtl. ein Getränk mitbringen.

Bad Mergentheim 406804

Linda Balz, dienstags - freitags, 02.11.2021 -05.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 €

Discussion Club

für Schüler/innen der 10.-12. Klassen



Bad Mergentheim 406805

Linda Balz, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 15:00 - 17:00 Uhr, 4 Termine, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 €

FRANZÖSISCH

Französisch A1.2

Bonjour

Die Zielgruppe des Kurses sind Anfänger mit geringen Grundkenntnissen der Sprache. Sie arbeiten mit "On y va A1", Hueber Verlag ab Lektion 4. Lernen muss positiv besetzt sein und Spaß machen. In lockerer Atmosphäre festigen Sie nützliche Redemittel und Grundstrukturen der Sprache und wenden sie in verschiedenen Situationen an: Einkäufe, Bestellungen im Restaurant, Wegbeschreibungen, Berichte, was man am Wochenende gemacht hat und vieles mehr. Auch das sehr nützliche Hörverständnis wird geübt.

Bad Mergentheim 408101

Dorothea Grebbin, donnerstags, ab 23.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, MGH, Dominikanerkloster, Raum 6, 15 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Französisch B1.1

Ça va bien?

In lockerer Atmosphäre machen Sie sich in der Sprache des Nachbarlandes verständlich. Sie festigen und erweitern grundlegende Redemittel und grammatikalische Strukturen und wenden sie in verschiedenen Situationen an. Auch das Hörverständnis wird kontinuierlich geübt und erweitert. Im Kurs wird das Lehrwerk "On Y Va", A2, Hueber ab Lektion 2 verwendet.

Bad Mergentheim 408351

Dorothea Grebbin, dienstags, ab 21.09.2021, 18:00 -19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Französisch B1 - Fortsetzung

Endlich Zeit für Französisch

Der Französischkurs für alle, die endlich wieder Zeit haben, Französisch zu lernen. Wir sprechen in lockerer Atmosphäre und wiederholen ausgesuchte Grammatik zur Festigung der Kenntnisse. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Bad Mergentheim 408352

Uta Martin, mittwochs, ab 22.09.2021, 09:00 - 10:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Bad Mergentheim 408<u>353</u>

Uta Martin, mittwochs, ab 22.09.2021, 10:00 - 11:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Französisch Matinée B2

Konversationskurs am Vormittag

Vous aimez la France et parler français, alors venez rejoindre notre groupe! Nous discutons à partir de sujets d'actualité et interculturels dans une ambiance sympathique et détendue.

Bad Mergentheim 408461

Nathalie Wienand, mittwochs, ab 22.09.2021, 11:00 - 12:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Französisch (© Adobe Stock 92367045)

Französisch Matinée C1

Konversationskurs am Vormittag

Vous aimez la France et parler français. Vous désirez approfondir vos connaissances (B2) en discutant à partir de thèmes d'actualité et interculturels dans une atmosphère détendue et conviviale. Ce cours est fait pour vous!

Bad Mergentheim 408561

Nathalie Wienand, mittwochs, ab 22.09.2021, 09:30 - 10:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 106,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Bitte beachten Sie...

die bei den Kursbeschreibungen angegebenen Gebühren beziehen sich, soweit nichts anderes vermerkt, jeweils auf eine Teilnehmerzahl von 10 Personen. Bitte beachten Sie die Gebührenstaffel auf Seite 30.

ITALIENISCH

Italienisch A1

Sie möchten gerne die italienische Sprache und Kultur kennen lernen? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie werden mit einem Muttersprachler in einer lockeren Atmosphäre lernen. Am Ende des Kurses können Sie einfache Sätze verstehen und sprechen. Nebenbei trainieren Sie alle wichtigen Redewendungen, die Sie im Urlaub benötigen, z. B. Begrüßung und Verabschiedung, Hotel, Restaurant, Wegbeschreibung und Einkauf. Wir arbeiten mit dem Lehrwerk "Allegro nuovo 1" von Klett ab Lektion 1.

Bad Mergentheim 409101

Giuseppe Cuviello, mittwochs, ab 15.09.2021, 19:30
- 21:00 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 116, 15
Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Igersheim 409102

Enza Ambrico, dienstags, ab 05.10.2021, 19:45 - 21:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch A1.2

In diesem Kurs werden Sie nicht nur Italienisch lernen, sondern nehmen auch etwas von der Lebensfreude und der Kultur Italiens mit nach Hause. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch "Allegro nuovo 1" von Klett ab Lektion 4/5.

Bad Mergentheim 409104

Giuseppe Cuviello, donnerstags, ab 16.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

lgersheim 409105

Enza Ambrico, dienstags, ab 05.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch A2.1

In diesem Kurs werden Sie nicht nur Italienisch lernen, sondern nehmen auch etwas von der Lebensfreude und der Kultur Italiens mit nach Hause. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch Allegro 1 nuovo von Klett, ab Lektion 7. Wir vertiefen den Wortschatz und wiederholen bei Bedarf die wichtigsten Kapitel der italienischen Grammatik. Die mündliche Verwendung der Sprache wird im Mittelpunkt stehen. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. Neu- oder Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Bad Mergentheim 409201

Giuseppe Cuviello, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 116, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch A2-B1

In diesem Fortsetzungskurs werden Sie Ihre bereits vorhandenen Grundkenntnisse weiter ausbauen und haben die Möglichkeit, viel Interessantes über die italienische Kultur zu erfahren. Die Dozentin ist eine Muttersprachlerin. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekanntgegeben.

lgersheim 409202

Enza Ambrico, mittwochs, ab 06.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch "Arte & cucina" A2-B1 - Konversationskurs

Il corso di conversazione in italiano è basato su un livello A2-B1. Il testo usato si chiama arte & cucina (Klett-Verlag). È rivolto sopratutto agli amanti della cultura e cucina italiana. Nelle lezioni eserciteremo principalmente la lingua parlata, letture di testi, ricette, biografie di vari pittoriartisti europei con le relative foto, e infine con il Giro d'Italia attraverseremo le sue belle regioni da scoprire. Allora questo è il corso per te, iscriviti subito, ti aspettiamo...

Bad Mergentheim 409261

Giuseppe Cuviello, montags, ab 13.09.2021, 10:30 - 12:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Italienisch (© Adobe Stock 94446227)

Italienisch B1-C1

Caccia Ai Tesori

Dies ist ein niveauübergreifender Sprachkurs (B1 bis C1) mit dem Schwerpunkt italienische Kultur. Zweck des Kurses ist die Entwicklung der sprachlichen Kompetenz im allgemeinpraktischen und im kulturellen Bereich. Der Kurs enthält 11 thematische Einheiten mit vielen authentischen Texten, u. a. zu Familie und Gesellschaft, Schule und Arbeit, Umwelt, Literatur, Kunst und Design.

Bad Mergentheim 409301

Giuseppe Cuviello, montags, ab 13.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 116, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch C1

Konversationskurs

Dove si va il martedì alle 18:30? Ma naturalmente a conversare in italiano! Per 90 minuti ci si immerge in quella meravigliosa lingua che è l'italiano. Con l'aiuto soprattutto di un buon libro, approfondiamo la conoscenza dei luoghi, delle persone e della lingua del "Bel Paese". Troverete un ambiente aperto e cordiale, dove scambiare pensieri e opinioni. Benvenuti! Neuund Wiedereinsteiger mit sicheren Kenntnissen sind im Kurs herzlich willkommen.

Bad Mergentheim 409561

Giuseppe Cuviello, dienstags, 14.09.2021, 18:30 -20:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

SPANISCH

Spanisch A1 - Anfänger

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne oder mit nur geringen Spanischkenntnissen. Es werden die Grundlagen der spanischen Sprache und der Kommunikation erlernt: Aussprache, Grammatik, Vorstellung, Wegbeschreibungen uvm. Auch Themen zur Landeskunde, wie zum Beispiel prominente Personen der spanischsprachigen Welt, sollen angesprochen werden.

Niederstetten 422101

Sonja Beisswenger, dienstags, ab 14.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Weikersheim 422102

Keyla Pamela Zeller, samstags, ab 09.10.2021, 09:00 - 10:30 Uhr, vhs-Zentrum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Spanisch A2.1

Perspectivas

¡Hola! ¿Qué tal? Sie haben bereits geringe Grundkenntnisse (z. B. aus ca. 2 Semestern vhs-Kurse), möchten Ihr Spanisch aber weiter verbessern? Kommen Sie zu diesem Kurs und lassen Sie sich zusätzlich von der guten Laune und dem Temperament der muttersprachlichen Dozentin anstecken! Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 422201

Eglis Marlene Krüger, dienstags, ab 14.09.2021, 17:15 - 18:45 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

SELTEN GELERNTE FREMDSPRACHEN

Japanisch für Anfänger A1.1

Fortsetzungskurs

Der Kurs ist die Fortsetzung des Kurses des vorletzten Semesters. Quereinsteiger sind willkommen, optimalerweise beherrschen sie aber bereits die Hiragana, also eine der beiden japanischen Silbenschriften. Japanisch ist eine faszinierende, allerdings nicht ganz leichte Sprache. Sie führt uns in eine ganz andere Kultur und ein ganz anderes sprachliches Denken.

Bad Mergentheim 410201

Johannes Reese, freitags, ab 24.09.2021, 16:00 - 17:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 264,00 € (Gebühr bei 3 Teilnehmenden)

Schwedisch für Anfänger A1.1

Der Kurs ist die Fortsetzung des Kurses des vorletzten Semesters. Quereinsteiger sind willkommen. Schwedisch ist eine wunderschöne Sprache, die sehr einfach zu lernen ist.

Bad Mergentheim 420201

Johannes Reese, montags, ab 20.09.2021, 18:00 -19:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Türkisch A2.1

Sie machen oft Urlaub in der Türkei und wollen mehr über Land und Leute wissen? Oder vielleicht wollen Sie mal eine ganz andere Sprache lernen? Dann sind Sie hier genau richtig. Der Kurs ist eine Fortsetzung des letzten Semesters. Wiedereinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 424201

Selen Riegel, dienstags, ab 05.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 105,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Türkisch A2.2

Sie können sich im Türkischen schon etwas verständigen, würden aber gerne mehr dazu lernen? Dann sind Sie hier genau richtig. Der Kurs ist eine Fortsetzung des letzten Semesters. Wiedereinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 424203

Selen Riegel, dienstags, ab 05.10.2021, 17:00 - 18:30 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 105,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Türkisch B1

Sie haben schon mal Türkisch gelernt und würden jetzt gerne wieder Ihr Wissen auffrischen?

Dann sind Sie hier genau richtig. Voraussetzung sind gute Grundkenntnisse. Die Dozentin ist Muttersprachlerin. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 424301

Selen Riegel, montags, ab 04.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 105,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Ungarisch A1.1

(Fortsetzungskurs)

Bei einer Muttersprachlerin erwerben Sie im Kurs weitere Grundkenntnisse im Ungarischen für den Alltag oder die Reise. Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind ebenfalls willkommen. Wir lernen mit dem Buch "Szòbeszèd A1 ab ca. Lektion 2.

Bad Mergentheim 425102

Bernadette Balint, mittwochs, ab 22.09.2021, 18:15 - 19:15 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 118,00 € (Gebühr bei 3 Teilnehmenden)

Kiswahili

Hakuna matata!

Die leicht zu lernende Sprache Kiswahili wird von über 100 Millionen Menschen in Ost- und Zentralafrika gesprochen, z. B. Kenia, Tanzania, Uganda und den angrenzenden Ländern. Die Aussprache ist - gerade für Deutsche - sehr einfach, die Grammatik recht systematisch, mit wenigen Ausnahmen. Wenn Sie als Besucher in Ostafrika etwas mehr als "Jambo" sagen können, sind die Afrikaner überrascht und begeistert, "Hakuna matata" (es gibt keine Probleme) wird meist Wirklichkeit.

Bad Mergentheim 426101

Dietrich Grebbin, dienstags, ab 05.10.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Volkshochschule, 12 Termine, 85,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Deutsch als Fremdsprache

Grundstufe A1

für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Deutsche Rechtschreibung leicht gemacht

für Schüler/innen der 4./5. Klassen

In diesem Kurs wiederholen wir gezielt die wichtigsten Rechtschreibregeln, um nach der Grundschule fit in die weiterführende Schule zu starten. Wir werden uns z.B. die Regeln zu Groß- und Kleinschreibung, Kommasetzung, dass/das und der Auslautverhärtung erarbeiten. Diese Regeln werden ausführlich besprochen und in zahlreichen Übungen eingeübt. Spielerische Elemente tragen zur Abwechslung und Motivation bei, denn Spaß soll in den Ferien auch nicht zu kurz kommen. Bitte Schreibutensilien, ein Getränk und evtl. einen kleinen Snack für zwischendurch mitbringen. Anmeldeschluss: eine Woche vor Kursbeginn.

Bad Mergentheim 404100

Lea Marlene Weber, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 10:00 - 11:45 Uhr, Volkshochschule, 4 Termine, 29,00 €

Deutsch für Anfänger A1

am Abend

In diesem Kurs Iernen Sie einfache Wörter und Sätze zu verstehen und auf einfache Art über vertraute Themen zu sprechen. Auch die Grundlagen der Grammatik werden erlernt. Zielgruppe sind Personen, die keine oder sehr geringe Deutschkenntnisse haben. Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404101

Svitlana Ivanytska, montags und mittwochs, $20.09.2021 - 15.11.2021, 17:00 - 19:00 \ Uhr, \ Volkshochschule, 15 \ Termine, 159,00 \ \ \in$

Deutsch für Anfänger A1

am Vormittag

Zielgruppe des Kurses sind Personen, die sehr geringe Deutschkenntnisse haben. In diesem Kurs arbeiten wir an Ihrem Hör- und Leseverständnis, Schreib- und Ausdrucksfähigkeit, Wortschatz und Grammatik. Der Kurs findet am Dienstag und Freitag statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404102

Helga Peppel, dienstags und freitags, 05.10.2021 - 30.11.2021, 09:30 - 11:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 159,00 €

Deutsch A1.2

am Abend

Zielgruppe des Kurses sind Personen, die sehr geringe Deutschkenntnisse haben. Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404103

Svitlana Ivanytska, montags und mittwochs, 22.11.2021 - 24.01.2022, 17:00 - 19:00 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 159,00 €

Deutsch A1.2

am Vormittag

In diesem Kurs trainieren Sie Ihr Hör- und Leseverständnis sowie Ihre schriftliche und mündliche Ausdrucksfähigkeit. Auch die Grundlagen der Grammatik werden erlernt. Zielgruppe sind Personen, die geringe Deutschkenntnisse haben. Der Kurs findet am Dienstag und Freitag statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404104

Helga Peppel, dienstags und freitags, 07.12.2021 -11.02.2022, 09:30 - 11:30 Uhr, Volkshochschule, 15 Termine, 159,00 €

Grundstufe A2

für Teilnehmende mit Grundkenntnissen

Deutsch A2.1 kompakt

im Online- und Präsenzunterricht

Der Kurs ist für Personen mit Grundkenntnissen gedacht, die während der Woche wenig Zeit zum Lernen haben. Im Präsenzunterricht samstags (9 - 11:30 Uhr) beschäftigen wir uns intensiv mit den Grundlagen der Grammatik, dem Basiswortschatz, dem Hör- und Leseverstehen sowie der schriftlichen und mündlichen Ausdrucksfähigkeit. An den Online-Terminen mittwochs (18 - 19 Uhr) steht das Sprechen im Fokus. Der Online-Unterricht findet auf der Lernplattform vhs.cloud statt. Die technischen Voraussetzungen sowie die Anmeldeanleitung für die Lernplatform finden Sie auf unserer Homepage. Bitte das Lehrbuch "Menschen hier A2/1" (Kursbuch und Arbeitsbuch, ISBN: 978-3-19-351902-3) zum ersten Kurstermin mitbringen.

Bad Mergentheim 404200

lldiko Buglyó, samstags und mittwochs, 25.09.2021 - 04.12.2021, 09:00 - 11:30 Uhr, Volkshochschule, 19 Termine, 167,00 €

Deutsch A2.1

am Abend

Gutes Deutsch ist eine wichtige Voraussetzung für den Erfolg im Beruf und für eine bessere Integration in Deutschland. Dieser Kurs richtet sich an Neu- und Wiedereinsteiger mit geringen Grundkenntnissen. Sie lernen einfache Alltagsgespräche zu verstehen und kurze Gespräche in Situationen des Alltags zu führen. Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404201

Wolfgang Friedrichs, montags und mittwochs, 04.10.2021 - 29.11.2021, 17:30 - 19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 15 Termine, 159,00 €

Deutsch A2.2

im Online- und Präsenzunterricht

Dies ist die Fortsetzung des Kurses "Deutsch A2.1 im Online- und Präsenzunterricht". In Kombination aus dem Online-Unterricht mittwochs (18 - 19 Uhr) und dem Präsenzunterricht samstags (9 - 11:30 Uhr) erwerben und festigen Sie Ihre Sprachkenntnisse auf A2-Niveau weiter. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Die technischen Voraussetzungen für den Online-Unterricht und die Anmeldeanleitung für die Lernplatform vhs.cloud können Sie auf unserer Homepage einsehen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404202

Ildiko Buglyó, samstags und mittwochs, 11.12.2021 - 02.03.2022, 09:00 - 11:30 Uhr, Volkshochschule, 19 Termine, 160,00 €

Deutsch A2.2

am Abend

In diesem Kurs erwerben und festigen Sie Ihre Kenntnisse auf A2-Niveau weiter. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bad Mergentheim 404203

Wolfgang Friedrichs, montags und mittwochs, 13.12.2021 - 14.02.2022, 17:30 - 19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 15 Termine, 159,00 €



Deutsch (© Adobe Stock 94609813)

Deutsch A2/B1 Konversationskurs

In diesem Kurs steht die mündliche Kommunikation im Vordergrund. Ausgewählte Themen und Materialen bilden die Grundlage für zahlreiche Gespräche. Durch viel Übung und lockere Atmosphäre im Kurs können Sprachhemmungen abgebaut und mehr Sprachsicherheit erlangt werden. Voraussetzung für die Kursteilnahme sind Deutschkenntnisse mindestens auf A2-Niveau. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs in den Online-Unterricht wechseln.

Bad Mergentheim 404261

Ildiko Buglyó, dienstags, ab 28.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr, Volkshochschule, 10 Termine, 80,00 €

Mittelstufe B1

für Teilnehmende mit guten Sprachkenntnissen

Deutsch B1.1

am Abend

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit guten Sprachkenntnissen. Sie lernen das Wesentliche von Unterhaltungen, wenn langsam gesprochen wird, zu verstehen, in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen und Ereignisse zu beschreiben sowie Meinungen wiederzugeben. Sie festigen Ihre Deutschkenntnisse im Lesen und Schreiben. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben. Der Kurs findet am Dienstag und Donnerstag statt. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs in den Online-Unterricht wechseln.

Bad Mergentheim 404300

Frithjof Krebs, dienstags und donnerstags, 21.09.2021 - 16.11.2021, 17:30 - 19:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 118, 15 Termine, 159,00 €

Deutsch B1.2

am Abend

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen, die ihr Deutsch auf B1-Niveau weiter verbessern wollen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben. Der Kurs findet am Dienstag und Donnerstag statt. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs in den Online-Unterricht wechseln.

Bad Mergentheim 404301

Frithjof Krebs, dienstags und donnerstags, 23.11.2021 - 27.01.2022, 17:30 - 19:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 118, 15 Termine, 159,00 €

Deutsche Grammatik B1

Grammatik stellt das Grundgerüst einer Sprache dar. Nur wer die Grammatik gut beherrscht kann richtig gutes Deutsch sprechen. Der Kurs ist geeignet für alle, die ihre Grammatikkenntnisse auf B1-Niveau wiederholen, festigen und verbessern wollen. Zielgerichtete und intensive Übungen werden in eine spannende Geschichte eingebunden. Sie werden sehen, Grammatik kann sogar Spaß machen! Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben. Im Falle eines Corona-bedingten Lockdowns kann der Kurs in den Online-Unterricht wechseln.

Bad Mergentheim 404303

lldiko Buglyó, montags, ab 29.11.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 10 Termine, 80,00 €

Schreiben auf Deutsch A2/B1/B2

Onlinekurs

Schreiben auf Deutsch ist für viele Lernende eine richtige Herausforderung. In diesem Kurs bekommen Sie viel Gelegenheit, das Schreiben zu verschiedenen Anlässen (z.B. Bitte um Information/Hilfe, Entschuldigungen, Einladungen, Beschwerden und andere) zu üben. An den gemeinsamen Online-Terminen alle zwei Wochen werden die Anforderungen an die Schriftstücke und die dazu benötigten Sprachmitteln vermittelt sowie die häufigsten Fehler besprochen. In den Wochen dazwischen werden Ihre Briefe/E-Mails von einer erfahrenen Dozentin korrigiert und Sie bekommen eine individuelle Rückmeldung. Die technischen Voraussetzungen für den Online-Unterricht sowie die Anleitung zur verwendeten Lernplattform finden Sie auf unserer Homepage. Online-Termine: 14.10., 28.10., 11.11., 25.11, 9.12.2021.

Bad Mergentheim 404304

Helga Peppel, donnerstags, ab 14.10.2021, 18:00 -19:00 Uhr, Online-Kurs, 5 Termine, 90,00 €



Integrationskurse

Allgemeine Informationen

Die vhs Bad Mergentheim führt Integrationskurse nach dem neuen Zuwanderungsgesetz im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durch.

Die Integrationskurse wenden sich an:

- neu zugewanderte Personen
- Spätaussiedler/innen
- Ausländer/innen, die bereits länger in Deutschland leben
- deutsche Staatsangehörige mit Migrationshintergrund

Der Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs und dem Orientierungskurs. Der Sprachkurs dient dem Erlernen deutscher Sprachkenntnisse bis Sprachniveau B1 und bereitet Sie auf die Abschlussprüfung Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) am Ende des Sprachkurses vor.

Der Orientierungskurs folgt im Anschluss an den Sprachkurs und dient der Vermittlung von Alltagswissen, der Kultur und der Geschichte Deutschlands, insbesondere der Werte und der Prinzipien der Rechtsstaatlichkeit, Gleichberechtigung, Toleranz und Religionsfreiheit. Der abschließende Test "Leben in Deutschland" wird bei einem Einbürgerungsantrag anerkannt.

Kostenbeitrag ab Januar 2021:

4,40 € pro Unterrichtsstunde (Selbstzahler) oder 2,20 € pro Unterrichtsstunde (BAMF-gefördert) oder Kostenbefreiung beim Bezug von Leistungen nach SGB II bzw. SGB XII.

Lassen Sie sich beraten, wie hoch Ihr Kostenbeitrag ist.

Begleitende Beratung erhalten Sie hier:

DRK

Kreisverband Tauberbischofsheim e.V. Migrationsberatung

Mergentheimer Straße 30 97941 Tauberbischofsheim Tel.: 09341 920541

Anmeldung und Einstufung

Für die Anmeldung zu den Integrationskursen ist ein Einstufungstest obligatorisch. Dieser besteht aus einem schriftlichen Teil (ca. 30 Minuten) und einem mündlichen Teil, der zusammen mit Datenaufnahme etc. noch einmal etwa 20 Minuten dauert.

Kommen Sie bitte persönlich zur unverbindlichen Beratung während unserer Öffnungszeiten oder nach Vereinbarung.

Ihre Ansprechpartnerin ist Frau Mollner, Tel.: 07931 57 4301.



Bitte bringen Sie mit, falls vorhanden:

- Bestätigung über die Verpflichtung zur einmaligen Teilnahme am Integrationskurs oder
- Bestätigung über die Berechtigung zur Teilnahme am Integrationskurs (vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, BAMF) oder
- Bestätigung über den Anspruch auf einmalige kostenlose Teilnahme an einem Integrationskurs (vom Bundesverwaltungsamt Friedland) und ggf.
- Nachweis über den Leistungsbezug nach SGB II (Arbeitslosengeld) oder nach SGB XII (Sozialhilfe) und
- Antrag auf Befreiung vom Kostenbeitrag zum Integrationskurs (vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, BAMF

Deutschtest für Zuwanderer

Deutschtest für Zuwanderer

Der Deutschtest für Zuwanderer ist die skalierte Sprachprüfung (Niveau A2-B1) des Integrationskurses. Das Bestehen dieser Prüfung mit der Niveaustufe B1 ist u. a. auch Voraussetzung für eine Einbürgerung.

Prüfungstermine:

Samstag, 23.10.2021

Anmeldeschluss: Freitag, 27.09.2021

Samstag, 20.11.2021

Anmeldeschluss: Freitag, 25.10.2021

Samstag, 04.12.2021

Anmeldeschluss: Freitag, 08.11.2021

Samstag, 29.01.2022

Anmeldeschluss: Montag, 20.12.2021

Einbürgerungstest

Test "Leben in Deutschland"

Der Test "Leben in Deutschland" bildet den Abschluss des Orientierungskurses. Es handelt sich um einen Multiple-Choice-Test mit Fragen zu Geschichte, Politik, Gesellschaft, Rechtssystem uvm. der Bundesrepublik Deutschland. Das Bestehen dieser Prüfung ist u.a. auch Voraussetzung für eine Einbürgerung.

Prüfungstermine:

Freitag, 26.11.2021

Anmeldeschluss: Donnerstag, 28.10.2021

Freitag, 17.12.2021

Anmeldeschluss: Mittwoch, 27.10.2021

Donnerstag, 20.01.2022

Anmeldeschluss: Montag, 13.12.2021

INTEGRATIONSKURSE

Für Teilnehmende mit Verpfl ichtung durch die Ausländerbehörde oder das Jobcenter, beziehungsweise mit Berechtigung durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Der Allgemeine Integrationskurs besteht aus 7 Modulen. Der Integrationskurs mit Alphabetisierung besteht aus 10 Modulen.

Integrationskurs 83

Orientierungskurs

Montags bis freitags, ab Oktober 2021, 08:30 - 12:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 88

am Abend Modul 6

Montags, mittwochs und donnerstags, ab Oktober 2021, 17:30 - 20:30 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 90

mit Alphabetisierung Modul 7

Montags bis freitags, ab September 2021, 08:30 -12:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 91

Modul 6

Montags bis freitags, ab Otkober 2021, 08:30 - 12:00 Uhr, Dominikanerkloster, Raum 6, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 98

am Nachmittag Modul 5

Montags bis freitags , ab September 2021, 13:30 - 17:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 99

am Abend Modul 4

Montags bis freitags , ab September 2021, 17:30 - 20:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 114, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 95

Modul 1

Montags bis freitags, ab September 2021, 08:30 - 12:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 100

am Abend Modul 1

dienstags, mittwochs und donnerstags, ab September 2021, 17:30 - 20:30 Uhr, Kopernikus-Realschule, Raum 115, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 101

mit Alphabetisierung Wiederholermodul 12 Montags bis freitags, ab September 2021, 08:30 -12:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 102

Modul 3

Montags bis freitags, ab November 2021, 13:30 - 17:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

Integrationskurs 103

Modul 2

Montags bis freitags, ab September 2021, 08:30 - 12:00 Uhr, Dominikanerkloster, 25 Termine, 440,00 €

BERUFSSPRACHKURSE

Berufssprachkurs Deutschsprachförderung (DeuFöV)

Die berufsbezogene Deutschsprachförderung dient dem Spracherwerb, um die Chancen auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt zu verbessern. Die Kurse umfassen 400 oder 500 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten und enden mit einer Zertifikatsprüfung.

Voraussetzung: Eine schriftliche Berechtigung oder Verpflichtung zur Teilnahme. Diese erhalten Sie von der Arbeitsagentur (AA) oder dem Jobcenter (JC), wenn Sie

- ausbildungssuchend gemeldet sind
- arbeitsuchend gemeldet sind
- arbeitslos gemeldet sind
- eine Aus- oder Weiterbildungsmaßnahme der AA oder des JC absolvieren

Falls Sie nicht ausbildungssuchend, arbeitsuchend oder arbeitslos gemeldet sind, können Sie einen Antrag beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) stellen, wenn Sie

- zur Zeit eine Ausbildung absolvieren
- begleitend zur Anerkennung Ihres ausländischen Berufsabschlusses oder
- für einen erfolgreichen Ausbildungsabschluss eine unterstützende berufsbezogene Deutschsprachförderung benötigen
- für die Erteilung einer Berufserlaubnis ein bestimmtes Sprachniveau erreichen müssen
- eine Beschäftigung haben, für die Sprachkenntnisse auf B2-Niveau notwendig sind.

Kostenbeitrag:

Für sozialversicherungspflichtig Beschäftigte, deren jährliches zu versteuerndes Einkommen 20.000 € (bei Einzelveranlagung) bzw. 40.000 € (bei gemeinsamer Veranlagung) übersteigt, beträgt der Kostenbeitrag 2,32 € pro Unterrichtseinheit (Ratenzahlung ist möglich). Für sozialversicherungspflichtige Teilnehmende, deren jährliches zu versteuerndes Einkommen unter der oben genannten Grenze liegt sowie Teilnehmende mit Anspruch auf ALG, Leistungsbezug nach SGB II, SGB XII, § 56 SGB III (Berufsausbildungsbeihilfe), AsylbLG oder SGB VIII (statt AsylbLG) ist die Teilnahme kostenlos.

Berufssprachkurs Zielniveau B2 (DeuFöV) am Abend - 400 UE

Bad Mergentheim 911100

Dienstags, mittwochs und donnerstags, ab September 2021, 17:00 - 20:15 Uhr, Volkshochschule, 100 Termine, 928,00 \in

Berufssprachkurs Zielniveau B2 (DeuFöV) - 500 UE

Bad Mergentheim 920700

Montags bis freitags, ab September 2021, 08:40 - 12:45 Uhr, Dominikanerkloster, 100 Termine, 1160,00 €

Bad Mergentheim 911200

Mittwochs donnerstags und freitags, ab Dezember 2021, 08:30 - 12:35 Uhr, Volkshochschule, 100 Termine, 1160,00 €

PRÜFUNGEN

Prüfung "telc Deutsch B2" (DeuFöV)

Anmeldeschluss: 22.10.2021

Bad Mergentheim 911098

Samstag, 20.11.2021, 08:30 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 195,00 $\ensuremath{\varepsilon}$

Prüfung "Goethe-Zertifikat C1"

Anmeldeschluss: 07.01.2022

Bad Mergentheim 920598

Samstag, 19.02.2022, 08:30 - 16:00 Uhr, Dominikanerkloster, 1 Termin, 250,00 €

Die Volkshochschule Bad Mergentheim bietet laufend Deutsch-Integrationskurse und Kurse zur berufsbezogenen Deutschsprachförderung an.

Bitte erfragen Sie den nächsten Kursbeginn im Büro der Volkshochschule.

Bildung und Beruf

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der vhs

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs "Arbeit und Beruf" dar. Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die berufliche und persönliche Kompetenzen stärken, runden das Angebot ab.

OFFICE-PROGRAMME

Excel Basics

Dieser Kurs eignet sich für einen Schnelleinstieg in die Grundfunktionen der Tabellenkalkulation mit Excel. Sie lernen schnell den Umgang mit dem Programm und die Erstellung und Gestaltung einfacher Tabellen. Einfache Berechnungen sowie die ansprechende Darstellung der Ergebnisse können Ihnen helfen, die gewünschten Ergebnisse zu erreichen.

Bad Mergentheim 501007

Thilo Herzau, Sonntag, 14.11.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

SMARTPHONES/TABLETS

Smartphones sicher beherrschen

Android-Smartphones und -Tablets kennenlernen

Smartphones mit dem Betriebssystem Android verfügen über einen enormen Funktionsumfang, aber nicht jede Einstellung ist auf den ersten Blick verständlich - es gibt doch Einiges zu entdecken. Der Kurs stellt die verschiedenen Funktionen vor und kann zu mehr Sicherheit in der Bedienung und Nutzung von Android führen. Die Kursinhalte sind: Eigenschaften und Nutzen von Smartphones allgemein / Überblick über die verschiedenen Funktionen / wichtige Sicherheitseinstellungen und Backup-Szenarien / Google-Konto / Installation und Nutzung von Apps / Synchronisierungsmöglichkeiten.

Keine Vorkenntnisse erforderlich! Bitte Android-Smartphone bzw. -Tablet mit allem Zubehör (ggf. auch Vertragsunterlagen, Kennworte etc.) mitbringen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Bedienung von Android-Geräten, ist aber auch für die Nutzer anderer Betriebssysteme wie z. B. iOS (von Apple) geeignet!

Bad Mergentheim 501001

Thilo Herzau, Samstag, 16.10.2021, 11:00 - 14:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

Die Welt der Apps

für Smartphones/Tablets

Apps erfreuen sich großer Beliebtheit! Aber warum? Was ist überhaupt eine App und wie kommt die App auf das Smartphone/Tablet? In diesem Kurs lernen Sie aus Ihrem Smartphone mehr herauszuholen und es als praktischen Begleiter für den Alltag zu nutzen, beispielsweise als Navigationsgerät, um Informationen über aktuelle Stau- und Blitzer-Meldungen zu erhalten, um ein Hotel zu buchen, ein Check-in bei Flugbuchungen durchzuführen oder allgemein zum Bezahlen. Der Kurs eignet sich sowohl für Anwender, die ihr Smartphone bislang nur zum Telefonieren genutzt haben, als auch für fortgeschrittene Nutzer, die neue und hilfreiche Apps kennenlernen möchten. Bitte mitbringen: Smartphone oder Tablet mit einem der Betriebssysteme Android (Google) oder iOS (Apple).

Bad Mergentheim 501002

Thilo Herzau, Samstag, 16.10.2021, 15:00 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

Smartphone/Tablet statt PC und Laptop?

Wer sich einen Computer, einen Laptop, ein Tablet-PC oder ein Smartphone anschaffen möchte, steht häufig vor der Frage, welches Gerät das am besten geeignete für die eigenen Bedürfnisse ist. Bei Tablet-PCs und Smartphones handelt es sich um Mini-Computer und Alleskönner, die leistungsstark, immer einsatzbereit und flexibel einsetzbar sind. Im Kurs lernen die Teilnehmer die Vorteile und Unterschiede sowie die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten der Geräte kennen. Themen sind die Grundfunktionen und -einstellungen sowie die Betriebssysteme, die Nutzung von Telefonie, SMS, MMS, E-Mail, Kalender und Internet, verschiedene Multimedia-Anwendungen (Fotos, Musik) sowie Apps zu den Themen Wettervorhersagen, Reisebuchungen, Routenplaner uvm. Auch die Synchronisation der Geräte mit verschiedenen Diensten wie z.B. Kontakte oder Kalender wird behandelt. Der Kurs richtet sich an Nutzer, die im Umgang mit den Geräten mehr Sicherheit erlangen, Sicherheitsrisiken minimieren und viele weitere nützliche Funktionen kennenlernen möchten. Teilnahmevoraussetzungen: keine. Eigene Geräte können mitgebracht werden, dies wird aber nicht vorausgesetzt.

Bad Mergentheim 501004

Thilo Herzau, Sonntag, 17.10.2021, 14:00 - 17:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

INTERNET / DIGITALISIERUNG

Webseiten erstellen

ganz ohne Programmierkenntnisse

Auch ohne Programmierkenntnisse und mit einem nur geringen Budget lässt sich eine eigene Webseite oder ein eigener Webshop erstellen! Ein paar einfache Mouseklicks genügen hierzu. Aus einer Vielzahl von Templates (Vorlagen) kann das favorisierte Design ausgewählt und nach den eigenen Wünschen und Bedürfnissen angepasst werden. Kursinhalte: Erstellen von Webseite bzw. Webshop / Customizing (Anpassung an die eigenen Bedürfnisse) / Internetdomain (Internetadresse). Voraussetzungen: PC-Grundlagenkenntnisse.

Bad Mergentheim 501003

Thilo Herzau, Sonntag, 17.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

Geld verdienen im Internet durch verkaufen

Verkaufsplattformen im Internet erfreuen sich einer immer größeren Beliebtheit. Egal, was Sie suchen oder loswerden möchten - eine Insel, Familienschmuck, Bücher oder Elektronikartikel - es gibt praktisch nichts, was Sie nicht auch online kaufen oder verkaufen könnten. Auch als Vertriebskanal für selbst hergestellte Produkte sind Online-Verkaufsplattformen sehr hilfreich, stellen Sie doch die dafür nötige Infrastruktur bereit. In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die aufregende Welt der Online-Aktionen und Online-Kaufhäuser. Sie erhalten wichtige Tipps von der Artikelbeschreibung bis hin zu rechtlichen Aspekten, die Sie zum erfolgreichen Käufer oder Verkäufer machen können. Kursinhalte sind: Kauf und Verkauf bei Onlineauktionen / erfolgreiche Strategien beim Bieten und Versteigern / Artikelbeschreibungen und Text- Formulierungen / Nutzungsbedingungen / Schutz vor unzuverlässigen Bietern und Verkäufern. Voraussetzungen: Internetgrundkenntnisse und eigene E-Mail-Adresse.

Bad Mergentheim 501005

Thilo Herzau, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

Digitalisierung von Schallplatten, CDs und Videokassetten

Hunderte alte Vinylplatten und Videokassetten fristen in dunklen Kellern ein trauriges Dasein. Warum diese wertvollen Raritäten verstauben lassen und nicht für die Nutzung am heimischen PC digitalisieren? Sowohl Vinylplatten und Videokassetten als auch CDs können zur Nutzung auf dem eigenen PC digitalisiert und zur weiteren, digitalen Nutzung aufbereitet werden. Zudem können die digitalisierten Inhalte leichter archiviert werden. Das ist weder schwierig noch teuer und ermöglicht, die eigene "Musikaeschichte" weiterleben zu lassen. Kursinhalte: Verbindung von Plattenspieler bzw. Videorecorder mit dem PC/Aufnahme von Schallplatten und Videokassetten/Bearbeitung der aufgenommenen Rohdateien/Archiv erstellen/ CDs und MPEG-Videos erstellen/brennen/Softwarelösungen.

Bad Mergentheim 501006

Thilo Herzau, Samstag, 13.11.2021, 15:00 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

BUCHFÜHRUNG

Buchführung

Grundkurs

Sie erhalten grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung mit Xpert Business und dazu einen Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt. Die Inhalte in Stichpunkten: Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten; Inventur, Inventar und Bilanz; Konten und Organisation der Buchführung. Verbuchen aller laufenden und gängigen Geschäftsvorfälle einschließlich Personalkosten und Umsatzsteuer. Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden.

Sollte sich das Pandemiegeschehen im Laufe des Herbstes verstärken, kann der Kurs auch im Online-Format durchgeführt werden.

Bad Mergentheim 504001

Arno Reinhardt, freitags, ab 12.11.2021, 18:00 - 21:00 Uhr, Dominikanerkloster, 15 Termine, 290,00 €

BEWERBUNG/MANAGEMENT

Online-Bewerbung

Viele Firmen setzen darauf, über die Nutzung von Internet-Karriereportalen die richtigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schnell zu finden. Dies spart Zeit und Kosten. Für Bewerberinnen und Bewerber ist wichtig zu wissen, dass Personalabteilungen in der Regel nur wenig Zeit darauf verwenden, die Bewerbungsunterlagen zu prüfen. Daher müssen die Bewerbungsunterlagen möglichst aussagekräftig und übersichtlich sein, damit die Personalverantwortlichen schnell erkennen, ob die vorliegende Bewerbung interessant ist.

In diesem Kurs erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks, wie Sie Ihre Bewerbungsunterlagen zielführend gestalten können.

Kursinhalte sind: Gestaltung / Lebenslauf (CV) / Format und Auftritt. Ebenfalls Inhalt dieses Kurses ist die Vorstellung einiger Internet-Karriereportale.

Bad Mergentheim 501008

Thilo Herzau, Sonntag, 14.11.2021, 14:00 - 17:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 60,00 €

Dieser Kurs wird auch als Online-Kurs angeboten. Die Kursausschreibung und die Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhsmgh.de.

Vom Mitarbeiter oder Kollegen zur Führungskraft

Online-Kurs

Häufig werden neue Führungskräfte ohne viel Vorbereitung ins "kalte Wasser" geschmissen. Gleichzeitig ändern sich Aufgaben und Erwartungen deutlich. In den Bereichen Umgang mit Mitarbeitern, Ziele setzen und erreichen sowie Umgang mit Fehlverhalten wird führendes Handeln erwartet, wo bisher geführtes Verhalten passend war. Diese geänderten Anforderungen an die neue Führungskraft stellen die zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar.

Ziel der Veranstaltung ist es, den Rollenwechsel aktiv zu managen. Außerdem werden schwierige Situationen in der Führungspraxis besprochen und trainiert. Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden runden das Seminar ab. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

In der Kursgebühr ist ein Skript im Wert von 15,00 € enthalten.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen bekommen.
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.



Alles was Sie dafür benötigen, ist ein Rechner mit Internetanschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon/Headset ist hilfreich, aber nicht unbedingt notwendig.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Zubucherkurs. Verantwortlich für die Einhaltung der Datenschutzbestimmungen ist der Veranstalter, Herr Matthias Dahms.

Bad Mergentheim 507701

Matthias Dahms, Sonntag, 21.11.2021, 18:30 - 21:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 60,00 €

Motivieren-Delegieren-Kritisieren — Erfolgsfaktoren der Führungskraft

Online-Kurs

Führungskräfte stehen heute unter starkem Erfolgsdruck. Dieses Seminar setzt an drei Erfolgsfaktoren an:

Motivieren: Die Führungskraft sollte motiviert sein und andere motivieren. Wir werden dazu Methoden und Werkzeuge besprechen. Damit schafft sie die Voraussetzung, dass auch die Mitarbeiter mit viel Freude leisten.

Kritisieren: In vielen Unternehmen gibt es zu wenig Rückkopplung über erbrachte Leistungen. Regelmäßige Kritik und Anerkennung geben den Mitarbeitern mehr Orientierung. Der Aufbau von Kritikgesprächen wird praxisnah dargestellt und trainiert.

Delegieren: Die beste Personalentwicklungsmaßnahme ist die Delegation anspruchsvoller Aufgaben. Hier erhalten die Teilnehmenden Gesprächsstrukturen, die verlässliche Absprachen ermöglichen.

Dieses Online-Seminar erarbeitet praktische Führungshilfen zu diesen drei Erfolgsfaktoren. Gerne nutzen wir dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

In der Kursgebühr ist ein Skript im Wert von 15,00 € enthalten.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zu den Online-Vorträgen
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Alles was Sie dafür benötigen, ist ein Rechner mit Internetanschluss sowie Lautsprecher/Kopfhörer. Ein Mikrofon/Headset ist hilfreich, aber nicht unbedingt notwendig.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Zubucherkurs. Verantwortlich für die Einhaltung der Datenschutzbestimmungen ist der Veranstalter, Herr Matthias Dahms.

Bad Mergentheim 507702

Matthias Dahms, Dienstag, 14.12.2021, 18:30 - 21:30 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, 60,00 €

TASTATURSCHREIBEN

Tipptopp - tippen wie die Profis

Ratzfatz sausen 10 flinke Finger über die Computertastatur. Blitzschnell entsteht ein Text auf dem Bildschirm. Ziemlich cool, wenn man wie ein Profi mit allen 10 Fingern tippen kann. Das geht ganz einfach! Mit Spaß, kleinen Übungseinheiten und altersgerechtem Übungsmaterial für Kinder und Jugendliche der Klassenstufen 5 bis 10. Der Kostenbeitrag für das Trainingsmaterial in Höhe von 8 € wird im Kurs abgerechnet.

lgersheim 501075

Michaela Weiter, samstags, ab 22.01.2022, 09:30 -11:00 Uhr, Johann-Adam-Möhler-Schule, 8 Termine,

LIGHTPAINTING

Lightpainting - Magische Bilder mit Licht

Erwachsene ab 18 Jahren

Kreativ den Umgang mit verschiedenen Medien zu beherrschen ist in vielen professionellen Anwendungsgebieten wichtig. In diesem Kurs können die Teilnehmenden lernen, wie man durch lange Belichtungszeiten magische Bilder entstehen lässt. Mit unterschiedlichen Lichtquellen werden in einem abgedunkelten Raum kreative Bilder angefertigt. Dabei sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt: Von leuchtenden Engelsflügeln über Lichtkugeln bis hin zu brennenden Händen ist alles möglich. Auch werden eigene Lichtquellen erstellt. Die Bilder können danach auf einem USB-Stick zusammen mit der gebastelten Lichtquelle mit nach Hause genommen werden. Bitte mitbringen: USB-Stick. Möglichst in schwarzer/dunkler Kleidung in den Kurs kommen. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Lichtquellen usw.) in Höhe von 40,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Bad Mergentheim 503101

Martin Keim, Samstag, 09.10.2021, 15:30 - 19:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 65,00 €

Lightpainting - Magische Bilder mit Licht

Online-Kurs für Erwachsene ab 18 Jahren Erschaffen Sie durch lange Belichtungszeiten magische Bilder. Lernen Sie die Besonderheiten der Fotographie im Dunkeln kennen. Erstellen Sie unterschiedliche Lichtquellen und machen sie mit ihnen kreative Bilder. Von malerischen Bildern bis hin zu Engeln und Lichtkugeln in Ihrem Wohnzimmer - Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zum Online-Kurs bekom-
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Für die Teilnahme am Kurs benötigen Sie:

- Laptop/Computer/Tablet mit Internetanschluss, Lautsprecher/Kopfhörern sowie, wenn möglich, Kamera und Mikrofon/Headset.
- abdunkelbaren Raum (z.B. mit Rollladen).
- Taschenlampe.
- Kamera (am besten mit Stativ), die eine Belichtungszeit von mind. 15 Sekunden ermög-

Gerne können Interessenten vor der Anmeldung zur Überprüfung der Voraussetzungen ihr Kameramodell nennen.

Alle benötigten Bastelmaterialen (Farbfolien, Lichterkette, Schere und weitere) sowie das Skriptheft werden Ihnen im Vorfeld zugesendet und verbleiben danach bei Ihnen. Die Kosten hierfür sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Zubucherkurs. Verantwortlich für die Einhaltung der Datenschutzbestimmungen ist der Veranstalter, Herr Martin Keim.

Bad Mergentheim 503701

Martin Keim, donnerstags, ab 14.10.2021, 18:00 -19:30 Uhr, Online-Kurs, 2 Termine, 55,00 € (inkl. Materialkosten in Höhe von 25,00 €)

Gebühren und Teilnehmerzahlen

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Lightpainting - Magische Bilder mit Licht

Jugendliche ab 12 Jahren

Seit ihr gerne kreativ und lernt den Umgang mit Farben und Mustern kennen? Dann kommt in diesen Kurs! Ihr lernt, wie man durch lange Belichtungszeiten magische Bilder entstehen lässt. Mit unterschiedlichen Lichtquellen werdet ihr kreative Bilder anfertigen - das alles in einem abgedunkelten Raum, damit die Farben schön leuchten! Eurer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt: Von leuchtenden Engelsflügeln über Lichtkugeln bis hin zu brennenden Händen ist alles möglich. Auch werdet ihr eigene Lichtquellen erstellen. Die Bilder könnt ihr nach dem Kurs auf einem USB-Stick zusammen mit der gebastelten Lichtquelle mit nach Hause nehmen. Bitte mitbringen: USB-Stick. Möglichst in schwarzer/dunkler Kleidung zum Kurs kommen. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Lichtquellen usw.) in Höhe von 40,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten. Kinder unter 12 Jahren können sich gerne auf die Interessentenliste für diesen Kurs setzen lassen (telefonisch unter 07931 57-4300). Je nach Alterszusammensetzung der Gruppe kann eine Teilnahme ermöglicht werden.

Bad Mergentheim 503801

Martin Keim, Samstag, 09.10.2021, 10:00 - 15:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 62,00 €

VIDEOWORKSHOP

Videoworkshop - Wie mache ich aus einer Idee ein Video?

für Erwachsene

Videos richtig drehen zu können, macht nicht nur große Freude, sondern verleiht auch ganz neue Ausdrucksmöglichkeiten. Auf was bei der Vorbereitung und bei der Produktion von Videos geachtet werden muss, erfährt man in diesem Kurs. Anhand des Blicks in die Kameratasche eines Profis und von Beispielvideos wird gezeigt, wie das Motiv am besten in Szene gesetzt werden kann. Beim anschließenden Dreh eines eigenen Videos in der Gruppe wird erlernt, wie die richtige Montage der Aufnahmen und die Vertonung mit Musik und Geräuschen funktioniert. Natürlich kann das fertige Video am Ende des Kurses mit nach Hause genommen werden. Bitte mitbringen: USB-Stick und wer hat. Kamera mit Stativ. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Scheinwerfer usw.) in Höhe von 50,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Bad Mergentheim 503102

Martin Keim, Sonntag, 24.10.2021, 10:00 - 16:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 100,00 €

Videoworkshop - Wie mache ich aus einer Idee ein Video auf Youtube?

Online-Kurs für Erwachsene ab 18 Jahren

In diesem Kurs lernen Sie, auf was Sie in der Vorbereitung und bei der Produktion achten müssen. Werfen einen Blick in die Kameratasche eines Profis und lernen an Beispielen, wie Sie das Motiv mit der Kamera und Scheinwerfern am besten in Szene setzen. Anschließend werden Sie mit Ihrer Gruppe ein eigenes Skript erstellen. Im Schnitt lernen Sie die richtige Montage der Aufnahmen und die Vertonung mit Musik und Geräuschen. Danach erfahren Sie, wie Sie das Video auf Youtube am besten hochladen und die Videoanalysen für das nächste Videoprojekt erfolgreich nutzen.

Und so funktioniert's:

- Melden Sie sich bei uns unter www.vhsmgh. de an.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie Zugang zum Online-Kurs bekommen.
- Ein bis zwei Tage vor Veranstaltungstermin erhalten Sie den Link, mit dem Sie das Angebot live verfolgen können.

Für die Teilnahme am Kurs benötigen Sie:

- Laptop/Computer/Tablet mit Internetanschluss, Lautsprecher/Kopfhörern sowie, wenn möglich, Kamera und Mikrofon/Headset.

Bitte beachten Sie: Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Zubucherkurs. Verantwortlich für die Einhaltung der Datenschutzbestimmungen ist der Veranstalter, Herr Martin Keim.

Bad Mergentheim 503702

Martin Keim, donnerstags, ab 11.11.2021, 18:00 - 20:00 Uhr, Online-Kurs, 2 Termine, 35,00 €

Videoworkshop - Wie mache ich aus einer Idee ein Video?

Jugendliche ab 12 Jahren

Videos selbst zu drehen, macht richtig viel Spaß und verleiht euch ganz neue Ausdrucksmöglichkeiten. Aber wie dreht man Videos richtig? Auf was ihr bei der Vorbereitung und der Produktion von Videos achten müsst, erfahrt ihr in diesem Kurs. Denn hier zeigt euch ein Profi, wie ihr eure Motive richtig in Szene setzen könnt. Beim anschließenden Dreh eines eigenen Videos in der Gruppe lernt ihr, wie ihr eure Aufnahmen richtig zusammensetzt und wie ihr Musik und Geräusche hinzufügt. Natürlich könnt ihr euer fertiges Video am Ende des Kurses mit nach Hause nehmen. Bitte mitbringen: USB-Stick und wer hat, Kamera mit Stativ. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Scheinwerfer usw.) in Höhe von 50,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Kinder unter 12 Jahren können sich gerne auf die Interessentenliste für diesen Kurs setzen lassen (telefonisch unter 07931 57-4300). Je nach Alterszusammensetzung der Gruppe kann eine Teilnahme ermöglicht werden.

Bad Mergentheim 503802

Martin Keim, Samstag, 23.10.2021, 10:00 - 16:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 100,00 €

TRICKFILM

Trickfilm - erwecke deine Legostadt zum Leben!

Kinder von 8 bis 11 Jahren

Wie erweckt man eine Legostadt zu leben? In diesem Workshop lernt ihr, wie ihr euren eigenen Trickfilm zu Hause drehen könnt. Dafür werdet ihr in Gruppen einen Trickfilm drehen und schneiden. Mit deiner Gruppe wirst du mehrere Szenen des Films drehen. Später werdet ihr die einzelnen Szenen zu einem aanzen Film zusammenfügen. Hierzu baut ihr aus Lego zunächst eigne Kulissen. Danach heißt es: "Licht? - Kamera? - Action!" - erweckt eure Kulisse mit der Kamera zum Leben. Im Anschluss werdet ihr den Film mit Geräuschen und Musik nachvertonen und schneiden. Euren fertigen Trickfilm könnt ihr danach auf einem USB-Stick mit nach Hause nehmen. Bitte mit Namen gekennzeichnete USB-Sticks mitbringen. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Scheinwerfer usw.) in Höhe von 50,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Bad Mergentheim 503803

Martin Keim, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 100,00 €

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

WELCOME-CENTER



Welcome Center

offene Beratung

Das Unterstützungsangebot richtet sich an internationale Fachkräfte in der Region Heilbronn-Franken, die Fragen rund um das Thema "Arbeiten und Leben in Deutschland" haben. Das Angebot richtet sich außerdem an Unternehmen, die internationale Fachkräfte einstellen (wollen). Das Welcome Center informiert zum Beispiel zu den Themen Spracherwerb, Einreise und Aufenthalt, Arbeitssuche, Anerkennung ausländischer Abschlüsse und zu weiteren Fragen, die beim Ankommen und beim Arbeitseinstieg wichtig sind. An den verschiedenen Standorten werden regelmäßig offene Sprechzeiten angeboten. Darüber hinaus kann auch unkompliziert Kontakt via Telefon, E-Mail oder virtueller Videokonferenz aufgenommen wer-

Bad Mergentheim 500001

Mittwochs, 15.09.2021, 20.10.2021, 17.11.2021, 15.12.2021, 19.01.2022 und 16.02.2022, 13:00 - 16:00 Uhr, Volkshochschule, 6 Termine, gebührenfrei

FOKUS FRAU UND BERUF

Fokus Frau und Beruf

Informieren. Beraten. Stärken

Schwierige Gespräche führen: Ob Vorstellungsgespräch oder Gehaltsverhandlung, im Berufsalltag kommt es immer wieder zu schwierigen Gesprächen. Welche Möglichkeiten gibt es, sich darauf vorzubereiten? Wie kann ich mich gut präsentieren und mein Anliegen oder meine Meinung überzeugend darlegen?

Das Veranstaltungsformat Fokus Frau und Beruf der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken richtet sich an alle Frauen, die berufstätig sind oder es werden wollen. Die Beraterin Silke Diehm beleuchtet zusammen mit den Teilnehmerinnen Fragestellungen des Berufsalltags. Auch besondere Problemstellungen, die sich speziell im Berufsleben einer Frau ergeben können, werden mittels kurzer Impulsvorträge der Beraterin in den Fokus gerückt. Angesprochen sind Frauen, die sich beruflich verändern oder weiterbilden möchten, nach einer Familienphase ihren Wiedereinstieg planen, nach Ausbildung oder Studium ihren Berufseinstieg planen, auf Stellensuche sind oder sich vernetzen wollen.

Die Teilnahme ist kostenfrei, begrenzte Teilnehmerzahl. Eine Anmeldung bei der Kontaktstelle Frau und Beruf bis 04.10.2021 ist unbedingt erforderlich. Informationen bei Silke Diehm, Tel. 07131 3825 350 oder E-Mail s.diehm@heilbronn-franken.com.

Anmeldung: https://eveeno.com/FokusFrau-undBerufBadMergentheim

Kooperationsveranstaltung der Volkshochschule Bad Mergentheim und der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken. Gefördert durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg.

Bad Mergentheim 506701

Silke Diehm, Donnerstag, 07.10.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, gebührenfrei

Fokus Frau und Beruf

Informieren. Beraten. Stärken

Das Veranstaltungsformat Fokus Frau und Beruf der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken richtet sich an alle Frauen, die berufstätig sind oder es werden wollen. Die Beraterin Silke Diehm beleuchtet zusammen mit den Teilnehmerinnen Fragestellungen des Berufsalltags. Auch besondere Problemstellungen, die sich speziell im Berufsleben einer Frau ergeben können, werden mittels kurzer Impulsvorträge der Beraterin in den Fokus gerückt. Angesprochen sind Frauen, die sich beruflich verändern oder weiterbilden möchten, nach einer Familienphase ihren Wiedereinstieg planen, nach Ausbildung oder Studium ihren Berufseinstieg planen, auf Stellensuche sind oder sich vernetzen wollen.

Die Teilnahme ist kostenfrei, begrenzte Teilnehmerzahl. Eine Anmeldung bei der Kontaktstelle Frau und Beruf ist unbedingt erforderlich. Informationen zum Thema der Veranstaltung und zur Anmeldung entnehmen Sie bitte zeitnah im Veranstaltungskalender auf der Homepage der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken www.frauundberuf-hnf.com Kooperationsveranstaltung der Volkshochschule Bad Mergentheim und der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken. Gefördert durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg.

Bad Mergentheim 506702

Silke Diehm, Donnerstag, 10.02.2022, 16:30 - 18:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, gebührenfrei

Fokus Frau und Beruf ONLINE

Vom Bauchgefühl zum kraftvollen Handeln Das Veranstaltungsformat Fokus Frau und Beruf ONLINE der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken richtet sich an alle Frauen, die berufstätig sind oder es werden wollen. Es werden Fragestellungen des Berufsalltags und besondere Problemstellungen, die sich speziell im Berufsleben einer Frau ergeben können, in den Fokus gerückt.

In diesem Semester wird hierzu ein Live-Online-Seminar zum Thema "Vom Bauchgefühl zum kraftvollen Handeln" angeboten.

Lernen Sie das Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®), eine motivierende Selbstmanagementmethode nach Maja Storch und Frank Krause, kennen! Mit Hilfe dieser Methode können eigene (Lebens-)Themen geklärt, Ziele entwickelt, eigene Ressourcen entdeckt und Fähigkeiten erlangt werden, um zielorientiertes Handeln zu ermöglichen. Dabei nutzt das ZRM® vor allem auch die unbewussten Ressourcen. Mit Hilfe dieser Methode kann das Selbstma-

nagement (z.B. in Stresssituationen) verbessert und das individuelle Handlungspotential weiterentwickelt werden. Im Online-Workshop erhalten Sie einen ersten Einblick in diesen sehr effektiven Ansatz und erleben an kleinen Praxisübungen bzw. -beispielen die Wirksamkeit. Moderation: Nadine König, Leiterin Regionalbüro für berufliche Fortbildung Heilbronn, Co-Moderation: Sabine Kunert, Leiterin Regionalbüro für berufliche Fortbildung Ulm

Die Teilnahme ist kostenfrei, aber begrenzte Teilnehmerzahl. Eine Anmeldung bei der Kontaktstelle Frau und Beruf bis zum 12.11.2021 ist unbedingt erforderlich. Informationen bei Silke Diehm, Tel. 07131 3825 350 oder E-Mail s.diehm@heilbronn-franken.com

Anmeldung: https://eveeno.com/FokusFrau-undBerufZRM

Kooperationsveranstaltung der Volkshochschule Bad Mergentheim, der Regionalbüros für berufliche Fortbildung und der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken. Gefördert durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg.

Bad Mergentheim 506703

Silke Diehm, Dienstag, 16.11.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Online-Kurs, 1 Termin, gebührenfrei



junge vhs

Die Welt kennenlernen

Ziel unserer Angebote im Bereich "junge vhs" ist es, Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre dabei zu unterstützen, die Welt zu erfahren und die notwendigen Schlüsselkompetenzen für das spätere Leben zu erwerben. Angebote zur emotionalen und kognitiven Entwicklung unterstützen die Kinder bei der Entwicklung eines "gesunden Selbstvertrauens", künstlerisch-gestalterische Kurse fördern die Entwicklung von Kreativität. Angebote zu Bewegung und Gesundheit sowie zu Fremdsprachen ergänzen das Angebot. All dies sind auch wichtige Grundlagen für den späteren Erwerb beruflicher Fertigkeiten.

ELTERN-KIND-KURSE

Musikwichtel: Musikalischkreativer Eltern-Kind-Kurs

für Kinder von 12 Monaten bis 2 Jahren mit einem Elternteil

Dieser kreative Kurs geht auf den wachsenden Entdeckungsdrang und Erlebnisraum Ihres Kindes ein. Das heißt: gemeinsam singen, tanzen, musizieren, einfache Instrumente basteln und darauf spielen, zusammen toben und lachen, denn die ganze Welt ist voller Musik. Durch altersgerechte Übungen löst sich das Kind dabei schon gelegentlich vom sicheren Schoß der Eltern und bekommt die Möglichkeit Neues auszuprobieren, seine musikalischen Fähigkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Weikersheim 213810

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 15:00 - 16:00 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

Spiel, Spaß und Bewegung

Eltern-Kind-Kurs für Kinder zwischen 2 und 4 Jahren mit einem Elternteil

In diesem Kurs wird alles vereint, was den Kindern Spaß macht und sie in einer gesunden Entwicklung unterstützt. Zusammen singen und musizieren wir auf spielerische Weise und fördern ganz nebenbei Rhythmusgefühl und Sprache. Das Staunen über Bewegungen, Klänge, Echo- und Instrumentalspiel führt zu aktivem Mitmachen und begeistertem Imitieren. Mit Gruppentänzen, Erzählideen und dem Einsatz von Instrumenten wird dem Bedürfnis der Kinder nach musikalischer Entfaltung entsprochen und das Sprech- und Sozialverhalten der Kinder gefördert.

Weikersheim 213811

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 16:15 - 17:15 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

Yoga für Kinder: Eltern-Kind-Kurs

Yoga für Kinder bietet eine Möglichkeit, spielerisch Kraft zu schöpfen, aber auch Aggressionen und Stress abzubauen. Hund, Katze, Maus - welche Yogafigur bist du? Das Nachstellen verschiedener Tier-, Pflanzen- und Landschaftsformen in den Yoga-Haltungen kann bei den Kindern ein tieferes Verständnis für ihre Umwelt entstehen lassen. Selbst die Kleinsten können Ihr Körpergefühl beim kindgerechten Yoga stärken und werden bewegungssicher. Durch den ständigen Wechsel von Anspannung und Entspannung in den Haltungen erleben die Kinder diesen Unterschied. Vielfältige Konzentrationsund Meditationsübungen eröffnen auch schon Kindern neue Möglichkeiten, ihre Aufmerksamkeit und somit den Geist zu schulen. Geübte Entspannungsphasen in der Gruppe helfen dabei, auch zu Hause zu entspannen. Bitte mitbringen: Matte, Kissen und ein zweites Paar



Kinder-Yoga (© Adobe Stock 93143734)

Kurs für Kinder von 2,5 bis 4 Jahren mit einem Elternteil

Bad Mergentheim 301803

Sabine Rumm, donnerstags, ab 13.01.2022, 16:30 - 17:30 Uhr, Turnhalle Stadtmitte, 7 Termine, 34,00 €

Kurs für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit einem Elternteil

Weikersheim 301804

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 15:30 - 16:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG

Schach für Kinder und Jugendliche

Altersstufe: 11 bis 18 Jahren

Du bist zwischen 11 und 18 Jahre alt, kannst schon etwas Schach, möchtest mehr lernen und mit anderen spielen? Dann bist du bei unserem Schachkurs richtig. Unter professioneller Anleitung lernen wir in diesem Kurs unser Spiel zu verbessern. Wir lösen Schachaufgaben gemeinsam und treten im freien Spiel oder in regelmäßigen fairen Wettkämpfen gegeneinander an. Später scheuen wir uns nicht, gegen andere schachbegeisterte Kinder und Jugendliche in Turnieren anzutreten. Ziel des Kurses ist, deine Spielstärke Schritt für Schritt zu steigern und spielerisch die Freude am zielgerichteten Denken zu entdecken. In Kooperation mit den Schachfreunden Anderssen Bad Mergentheim e.V.

Bad Mergentheim 106801

Berthold Riegel, freitags, ab 17.09.2021, 17:00 - 19:30 Uhr, Dominikanerkloster, 20 Termine, gebührenfrei

MUSIK/TANZ

Dance- Mix



für Kinder von 7 bis 10 Jahren

Beim Dance-Mix werden moderne tänzerische Grundformen spielerisch kennengelernt mit dem Ziel, gemeinsam eine einfache Choreografie zu erarbeiten. Dynamische und fließenden Bewegungen werden mit verschiedenen Tanzstilen wie Hip-Hop, Jazz und kreativem Tanz kombiniert. Dabei soll die Beweglichkeit, Koordination, Konzentration, und die tänzerische Kreativität gefördert werden. Bitte mitbringen: Turnschläppchen oder Turnschuhe und ein Getränk.

Bad Mergentheim 205801

Sabine Rumm, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, DOG-Sporthalle, Halle 3, 7 Termine, 34,00 €

Bad Mergentheim 205802

Sabine Rumm, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:00 -19:00 Uhr, DOG-Sporthalle, Halle 3, 7 Termine, 34,00 €



i

Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Musical Dance: Eiskönigin

für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Musical Dance ist eine Mischung aus Jazz-Dance, Modern Dance und anderen zeitgenössischen Tanzstilen. In diesem Kurs haben Kinder die Möglichkeit in die Welt von Elsa und Anna einzutauchen und im Königreich Arendelle Eis, Frost und Schnee tänzerisch zu erleben. Show und Entertainment stehen im Mittelpunkt und die natürliche Bewegungsfreude der Kinder wird zum Tanz. Bitte Turnschläppchen oder Turnschuhe mitbringen.

lgersheim 205805

Sabine Rumm, freitags, ab 14.01.2022, 15:00 - 16:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 3 Termine, 15,00 ϵ

Modern Dance Kids



für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Dieser Kurs vermittelt Grundlagenkenntnisse von Modern Dance, Jazz und kreativem Kindertanz. Schwerpunkte sind kurze Choreographien und kleine Bewegungsabfolgen, die die Kinder selbst erarbeiten. So werden Konzentration, Koordination, eine gesunde Körperhaltung, Kreativität, Musikalität und individuelles Ausdrucksvermögen gefördert.

Weikersheim 205812

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 17:30 - 18:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

GESTALTEN

Gestalten mit Ton



für Grundschüler bis 9 Jahren

Wir wollen in spielerischer Runde schauen, was unsere Hände aus einem Stück Ton frei entstehen lassen können. Kneten, formen, aufbauen und mit Freude dabei sein. Jeder für sich oder miteinander. Schritt für Schritt die eigene Formensprache finden und das eigene Potenzial an Erfinder- und Spielgeist frei entfalten lassen. Du wirst staunen welche fantasievolle Formen, Superhelden oder Drachen entstehen werden. Am zweiten Tag könnt ihr die Objekte mit Engoben (Tonfarben) bunt bemalen. Nach dem Trocknen werden die Kunstwerke im Brennofen gebrannt und stehen zur Abholung bereit. Bitte mitbringen: Bastelkleidung (z. B. Schürze oder altes T-Shirt), etwas Handwerkszeug (stumpfes Messer, Zahnstocher, Teelöffel u. ä.), sowie 7 € für die Materialkosten, die direkt mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

Bad Mergentheim 210801

Roswitha Bug, dienstags, ab 02.11.2021, 14:30 - 16:30 Uhr, Werkraum (Eingang Stadtarchiv), 2 Termine, 20,00 €

Lightpainting - Magische Bilder mit Licht

Jugendliche ab 12 Jahren

Seit ihr gerne kreativ und lernt den Umgang mit Farben und Mustern kennen? Dann kommt in diesen Kurs! Ihr lernt, wie man durch lange Belichtungszeiten magische Bilder entstehen lässt. Mit unterschiedlichen Lichtquellen werdet ihr kreative Bilder anfertigen - das alles in einem abgedunkelten Raum, damit die Farben schön leuchten! Eurer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt: Von leuchtenden Engelsflügeln über Lichtkugeln bis hin zu brennenden Händen ist alles möglich. Auch werdet ihr eigene Lichtquellen erstellen. Die Bilder könnt ihr nach dem Kurs auf einem USB-Stick zusammen mit der gebastelten Lichtquelle mit nach Hause nehmen. Bitte mitbringen: USB-Stick. Möglichst in schwarzer/dunkler Kleidung zum Kurs kommen. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Lichtquellen usw.) in Höhe von 40,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten. Kinder unter 12 Jahren können sich gerne auf die Interessentenliste für diesen Kurs setzen lassen (telefonisch unter 07931 57-4300). Je nach Alterszusammensetzung der Gruppe kann eine Teilnahme ermöglicht werden.

Bad Mergentheim 503801

Martin Keim, Samstag, 09.10.2021, 10:00 - 15:00 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 62,00 €

Videoworkshop - Wie mache ich aus einer Idee ein Video?



Jugendliche ab 12 Jahren

Videos selbst zu drehen, macht richtig viel Spaß und verleiht euch ganz neue Ausdrucksmöglichkeiten. Aber wie dreht man Videos richtig? Auf was ihr bei der Vorbereitung und der Produktion von Videos achten müsst, erfahrt ihr in diesem Kurs. Denn hier zeigt euch ein Profi, wie ihr eure Motive richtig in Szene setzen könnt. Beim anschließenden Dreh eines eigenen Videos in der Gruppe lernt ihr, wie ihr eure Aufnahmen richtig zusammensetzt und wie ihr Musik und Geräusche hinzufügt. Natürlich könnt ihr euer fertiges Video am Ende des Kurses mit nach Hause nehmen. Bitte mitbringen: USB-Stick und wer hat, Kamera mit Stativ. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Scheinwerfer usw.) in Höhe von 50,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Kinder unter 12 Jahren können sich gerne auf die Interessentenliste für diesen Kurs setzen lassen (telefonisch unter 07931 57-4300). Je nach Alterszusammensetzung der Gruppe kann eine Teilnahme ermöglicht werden.

Bad Mergentheim 503802

Martin Keim, Samstag, 23.10.2021, 10:00 - 16:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 100,00 €

Trickfilm - erwecke deine Legostadt zum Leben!



Kinder von 8 bis 11 Jahren

Wie erweckt man eine Legostadt zu leben? In diesem Workshop lernt ihr, wie ihr euren eigenen Trickfilm zu Hause drehen könnt. Dafür werdet ihr in Gruppen einen Trickfilm drehen und schneiden. Mit deiner Gruppe wirst du mehrere Szenen des Films drehen. Später werdet ihr die einzelnen Szenen zu einem ganzen Film zusammenfügen. Hierzu baut ihr aus Lego zunächst eigne Kulissen. Danach heißt es: "Licht? - Kamera? - Action!" - erweckt eure Kulisse mit der Kamera zum Leben. Im Anschluss werdet ihr den Film mit Geräuschen und Musik nachvertonen und schneiden. Euren fertigen Trickfilm könnt ihr danach auf einem USB-Stick mit nach Hause nehmen. Bitte mit Namen gekennzeichnete USB-Sticks mitbringen. Die Kosten für die Nutzung des technischen Equipments (Kameras, Stative, Scheinwerfer usw.) in Höhe von 50,00 € pro Teilnehmer sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

Bad Mergentheim 503803

Martin Keim, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:30 Uhr, Volkshochschule, 1 Termin, 100,00 €

ENTSPANNUNG

Yoga für Grundschulkinder



Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration

Kinder-Yoga fängt das kindliche Bedürfnis nach Bewegung und Ruhe auf und bietet damit einen idealen Ausgleich zum Schulalltag. Dabei können die Kinder Spaß haben und spielerisch Yoga in Geschichten üben. Die Erzieherin zeigt den Kindern bspw., wie man geschmeidig wie eine Schlange, beweglich wie eine Katze, stark wie ein Baum und ruhig wie ein Stein sein kann. So werden spielerisch mit gezielten Übungen Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration gefördert. Dies stärkt das Selbstbewusstsein und die Wahrnehmung. Gleichzeitig kann Yoga entspannen und dabei helfen, die Aufmerksamkeit auf die wesentlichen Dinge zu lenken. Bitte begueme Kleidung, Decke oder Matte und ein Kissen mitbringen.

Weikersheim 301805

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 16:45 - 17:45 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

Entspannungsspaß - für Kinder von 6 - 9 Jahren

Beim Entspannungsspaß werden die Kinder eingeladen gemeinsam kleine Inseln der Ruhe zu erleben, bei denen sie entspannen können und nebenbei noch lernen auf ihren Körper zu achten. Durch ein abwechslungsreiches Stundenbild kommen Kinder mit vielen Elementen aus Yoga zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Bitte Matte, Kissen, ein zweites Paar Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

lgersheim 301808

Sabine Rumm, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:00 -18:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 34.00 €

Wald erleben -Gemeinsame Wohlfühlzeit

Eltern-Kind-Kurs für Kinder von 3 bis 7 Jahren mit einem Elternteil

Gemeinsam auf Entdeckungsreise gehen und den Wald mit allen Sinnen wahrnehmen, d.h. Tiere und Pflanzen kennenlernen, genauer hinhören, fühlen, riechen und Neues bestaunen. Dabei lernen wir spielerisch unsere Sinne zu schärfen, und dabei die ganz besondere Atmosphäre des Waldes zu genießen. Bitte wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen. Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

Igersheim 301809

Sabine Rumm, Samstag, 25.09.2021, 15:00 - 17:00 Uhr, Treffpunkt: Holzlagerplatz, 1 Termin, 12,00 €

KOCHEN/BACKEN

Kochen und backen zu Nikolaus

für Kinder ab 7 Jahren

Was kommt da Leckeres aus dem Topf? Was duftet da im Backofen? Dieser Kochkurs birgt einige Überraschungen und wird euch begeistern! Freut euch auf Apfelkuchen im Glas, Kirsch-Marzipan-Crumble, Kartoffelschmarrn mit Rosenkohl in Hagebuttensoße und Sellerie-Püree. Es werden selbstverständlich ausschließlich Lebensmittel aus ökologisch Herstellung verarbeitet. Naschen ist erlaubt und die Produkte dürfen anschließend natürlich mit nach Hause genommen werden. Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 15 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte Schürze, Geschirrtücher, 3 Gläser mit Deckel, 2 Brotboxen und Einmalhandschuhe mitbringen. Die Rücktrittsfrist endet 7 Tage vor Kursbeginn.

lgersheim 305801

Martina Gutschick-Hellinger, Samstag, 04.12.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 15,00 €

SPRACHEN

Ferienkurs Englisch

für Schüler/innen der 6. und 7. Klassen

In diesem Ferienkurs beschäftigen wir uns auf abwechslungsreiche und spielerische Art und Weise mit verschiedenen Aspekten der englischen Sprache, z. B. Aussprache, Wortschatz, Hörverständnis und Grammatik. Es wird geübt, gespielt und viel gesprochen. Bitte Schreibutensilien und ein Getränk mitbringen.

Bad Mergentheim 406801

Irina Hertlein, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 09:00 - 11:00 Uhr, 4 Termine, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 €

English Refresher Course (Grammar)

Schüler/innen der 8. - 10. Klasse Realschule

Würdest du gerne deine Grammatikkenntnisse auffrischen? In den Herbstferien hast du die Möglichkeit, entstandene Wissenslücken und Defizite zu schließen. Gerade in dieser besonderen und schwierigen Zeit der Pandemie - in welcher Präsenzunterricht so gut wie nie stattfand - hast du jetzt die Chance, dies in einem Refresher Course Grammar nachzuholen. Gemeinsam wollen wir Tenses, If-Sätze, Active and Passive Voice etc. wiederholen und üben. Darüber hinaus wird aber auch der Wortschatz nicht zu kurz kommen. Bitte Lehr- und Übungsbuch von Ellen Henrichs, Englische Grammatik, München: Bassermann Verlag 2004 mitbringen.

Bad Mergentheim 406802

Petra Knolmayer, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 10:00 - 13:30 Uhr, 4 Termine, Dominikanerkloster, 4 Termine, 58,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

Ferienkurs English Conversation

für Schüler/innen der 8. - 9. Klassen

Du lernst fleißig Vokabeln und Grammatik in der Schule, hast aber zu wenig Gelegenheit, auf Englisch zu kommunizieren? Dieser Kurs ermöglicht es dir, Englisch als ein "echtes" Kommunikationsmittel zu entdecken. Auf spielerische und entspannte Art und Weise besprechen wir verschiedene interessante Themen, spielen Sprach- und Rollenspiele und helfen dir dadurch, die eventuell vorhandenen Sprachhemmungen zu überwinden und dein Englisch zu aktivieren. Somit steht nicht die Fehlersuche im Vordergrund, sondern Kommunikation und Spaß! Bitte Schreibutensilien und evtl. ein Getränkt mitbringen.

Bad Mergentheim 406804

Linda Balz, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 10:00 - 12:00 Uhr, 4 Termine, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Discussion Club



für Schüler/innen der 10.-12. Klassen

Hast du zu wenig Gelegenheit, auf Englisch zu kommunizieren? Dann komme zu unserem Discussion Club! An vier Nachmittagen in den Herbstferien kannst du mit Gleichaltrigen in entspannter Atmosphäre verschiedene interessante Themen auf Englisch diskutieren. Die Dozentin, eine Muttersprachlerin, unterstützt dich und stellt die notwendigen Redemittel zur Verfügung. Somit kannst du die eventuell vorhandenen Sprachhemmungen abbauen und mehr Selbstsicherheit gewinnen. Bitte Schreibutensilien und evtl. ein Getränk mitbringen.

Bad Mergentheim 406805

Linda Balz, dienstags - freitags, 02.11.2021 - 05.11.2021, 15:00 - 17:00 Uhr, 4 Termine, Volkshochschule, 4 Termine, 39,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Programm der Außenstelle Igersheim

Außenstellenleiterin: Irmgard Heinen

Telefon: 07931 492121

E-Mail: vhs.igersheim@bad-mergentheim.de

STUDIENREISEN

Wien Charme zu jeder Jahreszeit

Vier-Tages-Fahrt

Wien hat Charme - zu jeder Jahreszeit. Nehmen Sie sich die Zeit und besuchen Sie mit uns die Hauptstadt Österreichs. Wien war und ist Heimat verschiedener Kulturen aus aller Herren und Damen Länder, und das sieht man bis heute an vielen Ecken. Erleben Sie die Sehenswürdigkeiten Wiens bei einer Stadtrundfahrt und entdecken Sie den Wienerwald und das Umland von Wien bei einem Tagesausflug.

Das ausführliche Programm mit den Preisen und Konditionen finden Sie auf Seite 2 im Programmheft!

lgersheim 100001

Donnerstag, 21.10.2021, bis Sonntag, 24.10.2021, Treffpunkt: Parkhaus Altstadt/Schloss, 4 Tage, 470,00

Hamburg

Drei-Tages-Fahrt mit Möglichkeit zum Musicalbesuch

Hamburg - eine grüne Stadt am Wasser, mit einem der größten Häfen der Welt und dem herrlichen Elbufer, bekannt und berühmt durch St. Pauli mit den Landungsbrücken und der Reeperbahn, durch stolze Bauwerke aus der Zeit

der Hanse und nicht zuletzt durch die Musicals. Erleben Sie einen unvergesslichen Abend in einem der berühmtesten Musicaltheater und lassen Sie sich entführen in eine Welt voller wunderbarer Melodien und Gefühle.

Das ausführliche Programm und mit den Preisen und Konditionen finden Sie auf Seite 3 im Programmheft!

lgersheim 100002

Freitag, 01.10.2021, bis Sonntag, 03.10.2021, Treffpunkt: Parkhaus Altstadt/Schloss, 3 Tage, 298,00 €

POLITIK-GESELLSCHAFT-UMWELT

Heimische Pilze im Herbst

Gerade der Herbst fasziniert viele Menschen durch die große Farbenvielfalt. Aber nicht nur die Bäume besitzen Farbe, nein auch andere Arten, z. B. die Pilze stehen buntsortiert im Wald. Diese Vielfalt der Pilze verwirrt, macht aber doch gleichzeitig Lust auf ein gutes Pilzgericht. Um das Kennenlernen unserer heimischen Pilzarten geht es bei dieser Exkursion. Bei einem Gang durch den Wald werden die Pilzfunde erläutert, typische Merkmale einiger häufiger Speisepilze erklärt und die Unterschiede zu ihren giftigen Doppelgängern aufgezeigt. Wichtig ist immer wieder der Vergleich in der Natur. Gerade Anfänger im Pilze sammeln sollten sich nicht allein auf ein gutes Bestimmungsbuch für Pilze verlassen. Das richtige Sammeln von Pilzen, ihr Speisewert und ihr Nutzen für den Naturhaushalt sind Inhalt dieser Pilzführung. Haltbarmachung und Zubereitungsmöglichkeiten werden auf Wunsch gerne vermittelt. Sie bekommen einen guten Einblick in die Welt dieser seltsamen und zugleich faszinierenden Wesen. Es ist eine Lehrwanderung, also kein Körbchen zu Sammelzwecken mitbringen. Bitte sorgen Sie für gutes Schuhwerk. Beginn ist um 14:30 Uhr; Treffpunkt: Einfahrt zur Fa. Wittenstein in Harthausen. In Fahrgemeinschaften fahren wir zu einem nahegelegenen Wald.

Igersheim 104103

Monika Schmid, Freitag, 15.10.2021, 14:30 - 16:30 Uhr, Treffpunkt: Einfahrt zur Fa. Wittenstein in Harthausen, 1 Termin, 7,00 €

Rundreisen Urlaubsreisen Stadereisen Musicals Badereisen Gruppenreisen u.v.m. mit Bussen der Luxusklasse

Rundreisen Urlaubsreisen Stadtereisen Musicals Badereisen Gruppenreisen u.v.m. mit Büssen der Luxusklasse Lillig Touristik GmbH & Co. KG 97980 Bad Mergentheim Tel. 07931-99160 oder www.lillig-touristik.de

Obstbaumschnitt

Einweisung ins Schneiden von Obstbäumen

Wer einen Garten hat, weiß, dass dieser ständiger Pflege bedarf, damit die darin gesetzten Obstbäume entsprechend wachsen und gedeihen können. Der richtige Rückschnitt ist für die Gesundheit und Kräftigung der Pflanzen von großer Bedeutung. Dabei können alte Obstbäume durch entsprechendes Ausschneiden der Äste verjüngt und insgesamt die Vitalität der Bäume gesteigert werden. Treffpunkt für diesen Kurs ist das Feuerwehrhaus Igersheim. Bitte Werkzeug zum Schneiden mitbringen.

Igersheim 104104

Johannes Schmitt, Samstag, 16.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr, Feuerwehrhaus Igersheim, 1 Termin, 15,00 €



Obstbaumschnitt (© Adobe Stock 329559798

KULTUR-GESTALTEN

Lesen alter Handschriften

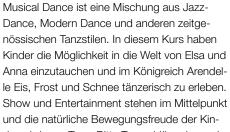
Sie haben eine Feldpostkarte Ihres Opas oder einen Brief der Oma und können den Text nicht lesen? In diesem Kurs erarbeiten wir Schritt für Schritt das Entziffern verschiedener Dokumente und Handschriften aus alter Zeit. Alte Dokumente, Briefe, Poesiealben u. ä. in alten Schriftarten können gern zum Kurs mitgebracht und dann gemeinsam entschlüsselt werden. In der Kursgebühr enthalten ist eine Arbeitsmappe.

lgersheim 202101

Christine Schmidt, donnerstags, ab 30.09.2021, 17:30 - 19:30 Uhr, Kulturhaus, vhs-Raum, 6 Termine, 81,00 €

Musical Dance: Eiskönigin

für Kinder von 5 bis 7 Jahren



der wird zum Tanz. Bitte Turnschläppchen oder Turnschuhe mitbringen.

Igersheim 205805
Sabine Rumm, freitags, ab 14.01.2022, 15:00 - 16:00
Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 3 Termine,
15,00 €

Erste Erfahrungen im Umgang mit der Nähmaschine

für Erwachsene und Kinder ab ca. 10 Jahren

Schritt für Schritt lernen Sie den Umgang mit einer Nähmaschine, beginnend mit den vielfältigen Funktionen und Einstellungsmöglichkeiten, dem Einfädeln, Spulen, der Einstellung der Stiche etc. Ziel des Kurses ist die Herstellung einer Stofftasche. Bitte eine kleine Schere mitbringen. Die Nähmaschinen werden gestellt, es kann aber auch eine eigene Nähmaschine mitgebracht werden. Die Materialkosten in Höhe von 6 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

lgersheim 209201

Irene Michel, samstags, ab 15.01.2022, 10:00 - 11:30 Uhr, Johann-Adam-Möhler-Schule, Handarbeitsraum, 4 Termine. 34.00 €

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

GESUNDHEIT

Yoga am Morgen

"Jeder Mensch kann Yoga üben - solange er atmet!" (Sri K. Pattabhi Jois). Das Yoga am Morgen beginnt mit Atemübungen (Pranayamas)
und anregenden Körperübungen (Asanas) bis
hin zum Sonnengruß (Surya Namaskar), die in
diesem Kurs vermittelt werden. Bitte tragen Sie
bequeme Kleidung und bringen eine Gymnastik- oder Yogamatte mit, evtl. noch eine Decke
und ein kleines Kissen.

lgersheim 301104

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 30.09.2021, 09:00 - 10:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 8 Termine, 63,00 €

lgersheim 301105

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 03.02.2022, 09:00 -10:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 55,00 €

Hatha Yoga

Yoga üben heißt, den Körper, den Geist und die Seele miteinander in Einklang bringen. Mit Yoga können wir Muskulatur aufbauen und gleichzeitig entspannen. Ziel des Übens ist es, einen flexiblen starken Körper und einen regen klaren Geist zu bekommen. Beim Üben der Haltungen und Atemübungen gehen wir langsam und schrittweise vor; deshalb ist dieser Kurs auch für Anfänger gut geeignet.

Bitte bequeme Kleidung, eine Matte zum Liegen, evtl. Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

lgersheim 301116

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 30.09.2021, 19:00 -20:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 8 Termine, 63,00 €

lgersheim 301119

Beatrix Rieger, donnerstags, ab 03.02.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 55,00 €

Shiatsu - Do-In

ein Weg zu Gesundheit und Wohlbefinden

Shiatsu ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode mit Wurzeln in der traditionellen fernöstlichen Medizin. Mit speziellen Körperübungen wie dem Do-In, einer Kombination aus Bewegungs- und Atemübungen sollen Körper, Geist und Seele wieder mehr ins Gleichgewicht kommen. Das Do steht für "den Kanal öffnen, durchgängig machen", das In für strecken, dehnen und bewegen. Gleichzeitig werden bei den Körperübungen Organe, Faszien und das Nervensystem aktiviert. Do-In wird teilweise im Sitzen, Liegen oder Stehen ausgeführt und ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Kleidung, Socken oder Gymnastikschuhe, evtl. ein kleines Kissen und eine Decke mit.

lgersheim 301205

Gisela Dittkuhn, montags, ab 25.10.2021, 19:30 -20:45 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 5 Termine, 42,00 € (Gebühr für 5 Teilnehmer)

Igersheim 301206

Gisela Dittkuhn, montags, ab 24.01.2022, 19:30 -20:45 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 5 Termine, 42,00 € (Gebühr für 5 Teilnehmer)

Zeit für mich — Techniken zur Entspannung

"Den Tag einfach ausklingen lassen". Nach diesem Motto könnte verfahren, wer diesen Kurs besucht hat. Der Kurs bietet einen Querschnitt durch verschiedene Entspannungsmethoden wie Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Meditation und Klangschalen. Durch mehrere, aufeinanderfolgende Entspannungseinheiten schaffen Sie sich einen entspannten Tagesausklang und kommen ganz zu sich.

Bitte bringen Sie eine Decke, eine dicke Matte, kuschelige Socken und ein kleines Kissen mit.

Igersheim 301257

Mirjam Rögner-Schneider, dienstags, ab 09.11.2021, 18:30 - 20:30 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 3 Termine, 45,00 €

Igersheim 301258

Mirjam Rögner-Schneider, dienstags, ab 01.02.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, Igersheim, Erlenbachhalle, Seminarraum, 3 Termine, 45,00 €

Waldbaden - entspannen und entschleunigen

Shinrin Yoku ist japanisch und heißt so viel wie "Waldbaden". Dort ist es schon seit vielen Jahrzehnten zu einer anerkannten Stress-Management-Methode avanciert. Ziel ist es, ganz bewusst in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen, sich achtsam zu bewegen, ruhig und tief zu atmen, aufmerksam zu beobachten, sich treiben zu lassen und den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen. Eine Methode, die sich positiv auf die Gesundheit auswirkt, den Stresspegel reduziert und das Immunsystem stärkt. Waldbaden ist für Menschen geeignet, die sich nach Ruhe und Entspannung sehnen und sich gerne in der Natur aufhalten. Bitte tragen Sie wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk. Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

Igersheim 301259

Sabine Rumm, Samstag, 02.10.2021, 16:30 - 18:00 Uhr, Treffpunkt: Holzlagerplatz, 1 Termin, 12,00 €



Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Meditativer Tanz

Meditative Kreistänze führen zur eigenen Mitte, schenken Ausgeglichenheit und Ruhe und vermitteln Vitalität und Lebensfreude. Tänze aus verschiedenen Kontinenten, Ländern und Kulturkreisen unterstützen Sie, Ihre eigenen Kraftquellen zu spüren. Mal beschwingt und heiter, mal ruhig und besinnlich, sind die Tänze leicht zu erlernen und können auch von ungeübten Teilnehmern nach kurzer Zeit mitgetanzt werden. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforder-

lgersheim 301261

Sabine Knolmayer, dienstags, ab 12.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Tanzraum Schlesierstraße, 5 Termine, 40.00 €

Igersheim 301262

Sabine Knolmayer, montags, ab 17.01.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Tanzraum Schlesierstraße, 6 Termine, 48,00€

Entspannungsspaß für Kinder von 6 - 9 Jahren

Beim Entspannungsspaß werden die Kinder eingeladen gemeinsam kleine Inseln der Ruhe zu erleben, bei denen sie entspannen können und nebenbei noch lernen auf ihren Körper zu achten. Durch ein abwechslungsreiches Stundenbild kommen Kinder mit vielen Elementen aus Yoga zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Bitte Matte, Kissen, ein zweites Paar Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

lgersheim 301808

Sabine Rumm, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:00 -18:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 7 Termine, 34,00 €

Wald erleben -Gemeinsame Wohlfühlzeit

Eltern-Kind-Kurs für Kinder von 3 bis 7 Jahren mit einem Elternteil

Gemeinsam auf Entdeckungsreise gehen und den Wald mit allen Sinnen wahrnehmen, d.h. Tiere und Pflanzen kennenlernen, genauer hinhören, fühlen, riechen und Neues bestaunen. Dabei lernen wir spielerisch unsere Sinne zu schärfen, und dabei die ganz besondere Atmosphäre des Waldes zu genießen. Bitte wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen. Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt.

Sabine Rumm, Samstag, 25.09.2021, 15:00 - 17:00 Uhr, Treffpunkt: Holzlagerplatz, 1 Termin, 12,00 €

Functioning - Happy Balance

Das Fitnessprogramm für mehr Wohlbefinden, mehr Energie und einen strafferen Körper. Intensive Fettverbrennung und Funktionstraining - diese Kombination lässt die Trainingswünsche in Erfüllung gehen. Die Kombinationen aus Kraftausdauerübungen, dynamischen Ganzkörperübungen sowie leichten Aerobicund Fit-Bo-Elementen sind leicht zu erlernen und machen Spaß. Die Bewegungen werden mit dem eigenen Körpergewicht aber auch z. B. mit Therabändern, Redondobällen, Flexibar usw. durchgeführt. Zum Abschluss der Stunde erfolgt eine sanfte Muskel- und Faszien-Pflege, u. a. mit der Blackroll. Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und falls vorhanden Blackroll mitbringen.

lgersheim 302104

Birgit Weiler, donnerstags, ab 16.09.2021, 17:00 -18:00 Uhr, Kleinsporthalle, 12 Termine, 65,00 €

Birgit Weiler, donnerstags, ab 13.01.2022, 17:00 -18:00 Uhr, Kleinsporthalle, 12 Termine, 65,00 €

Bewegung mit den Smovey®-Ringen

Die zwei Kunststoffringe begeistern durch ihre einfache Handhabung und Vielseitigkeit. In einem Ring laufen vier Stahlkugeln, die bei schwingender Bewegung Vibrationen erzeugen, welche sich wohltuend auf den ganzen Körper auswirken. Regelmäßige Bewegung aktiviert die Oberflächen- und Tiefenmuskulatur, kräftigt das Herz-Kreislauf-System, verbessert sowohl die Koordination als auch die Kondition und fördert das Wohlbefinden. Für Teilnehmer, die keine Smovey®-Ringe besitzen, wird eine Leihgebühr von 2 € pro Termin direkt im Kurs abgerechnet. Bitte Sportkleidung und Hallenschuhe mitbringen. Bei schönem Wetter findet der Kurs im Freien statt.

lgersheim 302120

Petra Kachel, montags, ab 20.09.2021, 20:15 - 21:15 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 12 Termine,

lgersheim 302121

Petra Kachel, montags, ab 10.01.2022, 20:15 - 21:15 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine,

Pilates

Pilates ist eine sanfte und dynamische Trainingsweise nach den Prinzipien von Joseph Pilates. Das besondere Augenmerk liegt dabei auf Konzentration, Zentrierung, Atmung, Bewegungsfluss, Präzision und Kontrolle. Jede Übung stabilisiert das Körperzentrum, welches sich aus Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur zusammensetzt. Anhand abwechslungsreicher Übungen mit dem Pilatesball (Overball) macht das Training zusätzlich Spaß und verbessert Körperbewusstsein, Körperhaltung und Bewegungsabläufe, welche sich auch im Alltag gut umsetzen lassen. Bitte bringen Sie eine Matte, ein Handtuch, warme Socken, einen Pilatesball (Overball ca. 20 - 25 cm) und ein Theraband mit.

lgersheim 302210

Tanja Simon, mittwochs, ab 22.09.2021, 18:30 - 19:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60,00 €

Tanja Simon, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:45 - 20:45 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60.00 €

lgersheim 302212

Tanja Simon, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:30 - 19:30 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60,00€

lgersheim 302213

Tanja Simon, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:45 - 20:45 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 60,00€

Anmeldepflicht

bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen!

Nach § 6 der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg sind wir gehalten, von den Teilnehmenden aller unserer Veranstaltungen Name und Kontaktdaten bereitzuhalten, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Daher müssen wir immer auch bei allen Einzelveranstaltungen wie z.B. Vorträgen eine Anmeldung von Ihnen vorliegen haben - auch dann, wenn die jeweilige Veranstaltung für Sie gebührenfrei ist. Eine Abendkasse können wir in diesem Semester leider nicht anbieten. Wir bitten Sie vielmals um Ihr Verständnis.

Bauchtanz

Bauchtanz trainiert auf sanfte Weise den ganzen Körper. Er ist ein ebenso wirksames wie umfassendes Fitnesstraining für Frauen in jedem Alter. Die fließenden und rhythmischen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar. Gleichzeitig werden kaum genutzte Muskeln wieder mobilisiert sowie die Koordination und das Gefühl für den eigenen Körper verbessert. In diesem Kurs werden die Bewegungen und Abfolgen Schritt für Schritt erklärt und zu orientalischer Musik eingeübt. Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: bequeme Gymnastikkleidung, Schläppchen oder rutschfeste Socken und ein Tuch für die Hüfte.

Igersheim 302260

Ina Rehda, freitags, ab 08.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 6 Termine, 40,00 €

lgersheim 302261

Ina Rehda, freitags, ab 14.01.2022, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 6 Termine, 40,00 €

Zumba®

Inspiriert von lateinamerikanischer Musik verbindet dieses Fitnessprogramm Elemente aus Aerobic und Intervall-Training mit verschiedenen Tanzschritten und einem mitreißenden Musikmix aus Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton. Aus dieser Kombination entsteht ein dynamisches und sehr effektives Fitness-Training, das so viel Spaß macht, dass man nicht genug davon bekommt. Der Einstieg ist einfach und für jeden geeignet. Die Abfolge der Schritte und Drehungen ist leicht erlernbar. Das Wichtigste ist, sich gerne zur Musik zu bewegen. Ehe du dich versiehst, steigerst du deine Ausdauer, Koordination und Fettverbrennung, ohne zu merken, dass du Sport treibst. Zumba® ist Party und Lebensfreude pur! Bitte Sportschuhe, ein Handtuch und Getränk mitbringen.

lgersheim 302303

Eglis Marlene Krüger, montags, ab 04.10.2021, 10:00 - 11:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 45,00 €

lgersheim 302304

Eglis Marlene Krüger, montags, ab 10.01.2022, 10:00 - 11:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 10 Termine, 45,00 €

Krav Maga - Selbstverteidigung

Krav Maga ist ein äußerst effizientes Selbstverteidigungssystem, das ursprünglich aus Israel stammt. Es basiert auf natürlichen bei jedem Menschen bereits vorhandenen Reflexen. Diese müssen nicht erst langwierig antrainiert werden und sind auch unter hohem Druck schnell abrufbar. Die Reflexe werden durch direkte, einfache und effiziente Techniken ergänzt. Damit wird eine möglichst schnelle Beendigung von Angriffen erreicht. Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen.

lgersheim 302353

Torsten Specht, Freitag, 22.10.2021, 17:00 - 21:00 Uhr, Samstag, 23.10.2021, 09:00 - 13:00 Uhr, Dorfgemeinschaftshaus Neuses, 2 Termine, 49,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Sie haben immer mal wieder Kummer mit dem Rücken? Sie können etwas dagegen tun! Bewegung, Kräftigung und Dehnung der Muskulatur des Rückens und des ganzen Körpers, dazu Entspannung und Spiele stehen auf dem Programm. Der Kurs möchte Ihnen auch eine intensive Körperwahrnehmung und ein Bewusstsein für wirbelsäulenschonende Alltagsbewegungen vermitteln.

lgersheim 303503

Renate Graf, montags, ab 20.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 12 Termine, 61,00 €

lgersheim 303504

Renate Graf, montags, ab 20.09.2021, 19:15 - 20:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 12 Termine, 61,00 €

Igersheim 303507

Renate Graf, montags, ab 10.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 10 Termine, 51,00 €

lgersheim 303508

Renate Graf, montags, ab 10.01.2022, 19:15 - 20:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 10 Termine, 51,00 €

Rücken-Intensiv-Fitness

Ein Kurs für alle, die Spaß an Bewegung und Fitness haben. Schwerpunkt ist das Training für einen gesunden Rücken, kombiniert mit Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit für den ganzen Körper.

Igersheim 303520

Markus Pacyga, montags, ab 27.09.2021, 18:45 - 19:45 Uhr, Kleinsporthalle, 10 Termine, 42,00 €

Igersheim 303521

Markus Pacyga, montags, ab 10.01.2022, 18:45 - 19:45 Uhr, Kleinsporthalle, 10 Termine, 42,00 €

Wassergymnastik

Wassergymnastik ist ein gelenkschonendes Training für den ganzen Körper. Durchgeführt wird es im 30°C-warmen, brusttiefen Wasser. Im Kurs werden Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination trainiert. Für Osteoporose-Patienten oder vorbeugend hierfür ist der Kurs sehr gut geeignet. Bitte Badebekleidung und Handtücher mitbringen.

lgersheim 303561

Nelja Balles, freitags, ab 24.09.2021, 10:00 - 10:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 10 Termine, 48,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303562

Nelja Balles, freitags, ab 14.01.2022, 10:00 - 10:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 10 Termine, 48,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist machen werden.

Wassergymnastik für werdende Mütter

auch für nicht schwangere Teilnehmerinnen

Wassergymnastik kann Kurse für die Geburtsvorbereitung nicht ersetzen aber sinnvoll ergänzen. Wir praktizieren die Wassergymnastik im 30°C-warmen Wasser. Hierbei kann der Körper sehr gut entspannen. Es werden Bänder und Gelenke weniger belastet als beim Trockentraining, da vom Wasser rund 50 % des Körpergewichts getragen wird. Die Durchblutung wird unterstützt und der Kreislauf angeregt, wodurch mehr Sauerstoff ins Blut gelangt. Diese bessere Durchblutung kommt auch dem Baby zu Gute. Besonderen Spaß bereitet der Kurs auch Paaren, die gemeinsam entspannen und abtauchen möchten. Bitte Badebekleidung und Handtücher mitbringen.

lgersheim 303563

Nelja Balles, freitags, ab 24.09.2021, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303564

Nelja Balles, freitags, ab 29.10.2021, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303565

Nelja Balles, freitags, ab 14.01.2022, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

Igersheim 303566

Nelja Balles, freitags, ab 18.02.2022, 11:00 - 11:45 Uhr, Flair Hotel Lochner in Markelsheim, 5 Termine, 29,00 € zzgl. Eintritt (2,70 €/Kurstag mit Zehnerkarte)

ERNÄHRUNG/KOCHEN



Gemüsegarten (© Fotolia 43200237)

Gesund kochen mit gelben Wurzeln

Anders als beim grünen Gemüse können Carotinoide in gelbem Gemüse gegart besser verwertet werden. Von allen heimischen Gemüsearten haben Karotten den höchsten Gehalt an Carotinoiden (z.B. Beta-Carotin). Zu den Power-Wurzeln zählen aber auch gelbe Bete, Curcuma und Ingwer. Beim gemeinsamen Kochen wird gezeigt, wie vielseitig gelbes Wurzelgemüse in der Küche einsetzbar ist und wie raffinierte Speisen zubereitet werden können: marinierte Karotten, Karottensalat an Ingwer und roten Beeren, Karottenauflauf mit Schinken und Speck, Rinderfilet mit Karotten und Kürbis und eine Nachspeise aus gelbem Kokosgrieß. Es werden ausschließlich Lebensmittel aus ökologischer Herstellung verarbeitet. Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 15 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte Schürze, Geschirrtücher, 5 Gläser mit Deckel, Messer, Schneidebrett und Einmalhandschuhe mitbringen. Die Rücktrittsfrist endet 7 Tage vor Kursbeginn.

Igersheim 305105

Martina Gutschick-Hellinger, Samstag, 16.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 21,00 € Gebühr für 5 Teilnehmende.

Bier selber brauen

der etwas andere Kochkurs!

In diesem Kurs begleiten Sie Wasser, Hopfen und Malz auf ihrem Weg zum Bier, d. h. maischen, rasten, läutern und kochen. Dabei werden Sie natürlich auch testen, probieren und schmecken. Am Ende dieses Brautages haben Sie viel über Bier gelernt und wissen, wie aus Wasser, Hopfen und Malz Bier entsteht. Dies lässt sich dann auch praktisch zu Hause umsetzen. Darüber hinaus wird in diesem Kurs viel Wissenswertes über Bier vermittelt und selbstverständlich sollen auch unterschiedliche, selbstgebraute Biere verkostet werden. Materialkosten in Höhe von 19,50 € für Zutaten, Essen, Trinken und Skript werden im Kurs direkt mit dem Kursleiter abgerechnet.

Igersheim 305352

Dieter Gundel, Samstag, 26.02.2022, 10:30 - 16:30 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 70,00 € Gebühr für 5 Teilnehmende.

Kochen und backen zu Nikolaus

für Kinder ab 7 Jahren

Was kommt da Leckeres aus dem Topf? Was duftet da im Backofen? Dieser Kochkurs birgt einige Überraschungen und wird euch begeistern! Freut euch auf Apfelkuchen im Glas, Kirsch-Marzipan-Crumble, Kartoffelschmarrn mit Rosenkohl in Hagebuttensoße und Sellerie-Püree. Es werden selbstverständlich ausschließlich Lebensmittel aus ökologischer Herstellung verarbeitet. Naschen ist erlaubt und die Produkte dürfen anschließend natürlich mit nach Hause genommen werden. Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 15 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet. Bitte Schürze, Geschirrtücher, 3 Gläser mit Deckel, 2 Brotboxen und Einmalhandschuhe mitbringen. Die Rücktrittsfrist endet 7 Tage vor Kursbeginn.

lgersheim 305801

Martina Gutschick-Hellinger, Samstag, 04.12.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Einrichtungshaus Wiedemann, Schauküche, 1 Termin, 15,00 €

Anmeldepflicht

bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen!

Nach § 6 der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg sind wir gehalten, von den Teilnehmenden aller unserer Veranstaltungen Name und Kontaktdaten bereitzuhalten, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Daher müssen wir immer auch bei allen Einzelveranstaltungen wie z.B. Vorträgen eine Anmeldung von Ihnen vorliegen haben - auch dann, wenn die jeweilige Veranstaltung für Sie gebührenfrei ist. Eine Abendkasse können wir in diesem Semester leider nicht anbieten. Wir bitten Sie vielmals um Ihr Verständnis.

Offener Senioren-Treff

Dienstags von 14:30 bis 16:30 Uhr. Weitere Informationen: infodienstsenioren@igersheim-aktiv.de.

Die Kartenspielgruppe für Senior/innen

Mittwochs von 14:30 bis 18:00 Uhr. Weitere Informationen: infodienstsenioren@igersheim-aktiv.de.

Offener Talente-Treff

Mittwochs ab 18:30 Uhr.

Eltern-Kind-Basteln

14-tägig donnerstags von 18.30 bis 20.00 Uhr. Weitere Informationen: elki@igersheim-aktiv.de.

FinFlternFamilie

14-tägig freitags von 16:00 – 18:00 Uhr. Weitere Informationen: EinElternFamilie(@)igersheim-aktiv.de.

Weitere Infos zu den Gruppen und Treffs:

BürgerNetzWerk der Gemeinde Igersheim Koordinatorin: Ingrid Kaufmann-Kreußer Telefon: 07931/497-0

E-Mail: buergernetzwerk(@)igersheim.de Homepage: www.igersheim-aktiv.de

Italienisch A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Möchten Sie gerne die italienische Sprache und Kultur kennenlernen? Wir konzentrieren uns nicht nur auf Wortschatz und Grammatik, sondern auch auf aktives Sprechen und Hörverstehen. Erfahren Sie dabei Wissenswertes über Land und Leute. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

lgersheim 409102

Enza Ambrico, dienstags, ab 05.10.2021, 19:45 - 21:15 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Italienisch A1.2

In diesem Kurs werden Sie nicht nur italienisch lernen, sondern nehmen auch etwas von der Lebensfreude und der Kultur Italiens mit nach Hause. Wir vertiefen den Wortschatz und wiederholen bei Bedarf die wichtigsten Kapitel der italienischen Grammatik. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen (ca. 4 Semester). Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

lgersheim 409105

Enza Ambrico, dienstags, ab 05.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)



Italienisch (© Adobe Stock 94446227)

Italienisch A2-B1

In diesem Fortsetzungskurs werden Sie Ihre bereits vorhandenen Grundkenntnisse weiter ausbauen und haben die Möglichkeit, viel Interessantes über die italienische Kultur zu erfahren. Die Dozentin ist eine Muttersprachlerin. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. Das Lehrwerk wird im Kurs bekanntgegeben.

Enza Ambrico, mittwochs, ab 06.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr, Kulturhaus, Kulturkeller, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Tipptopp - tippen wie die Profis

Ratzfatz sausen 10 flinke Finger über die Computertastatur. Blitzschnell entsteht ein Text auf dem Bildschirm. Ziemlich cool, wenn man wie ein Profi mit allen 10 Fingern tippen kann. Das geht ganz einfach! Mit Spaß, kleinen Übungseinheiten und altersgerechtem Übungsmaterial für Kinder und Jugendliche der Klassenstufen 5 bis 10. Der Kostenbeitrag für das Trainingsmaterial in Höhe von 8 € wird im Kurs abgerechnet.

lgersheim 501075

Michaela Weiter, samstags, ab 22.01.2022, 09:30 -11:00 Uhr, Johann-Adam-Möhler-Schule, 8 Termine, 53,00 €

OFFENE TREFFS

Angebote des BürgerNetzwerkes Igersheim

Nähere Informationen hierzu unter Telefon 07931/497-44 oder E-Mail buergernetzwerk@ igersheim.de

Wengerter im Bürgerweinberg

Ohne Termin.

Weitere Informationen: www.lgersWein.de.

Heim@lgersheim

Ohne Termin. Weitere Infromationen: Bettina.Baumbusch@igersheim.de

Offener PC-Treff für Senioren

Montags von 10.00 - 12.00 Uhr. Weitere Informationen: www.igersheim.de.

Spaß mit Nadel und Faden

Montags von 16.00 - 17.30 Uhr. Weitere Infromationen: handarbeitstreff@igersheim-aktiv.de.

Restaurierungs-Team des Heimatvereins

Dienstags von 10:00 bis 12:00 Uhr. Weitere Informationen: Georg Jetzinger, Tel. 07931/3617.



Programm der Außenstelle Niederstetten

Außenstellenleiterin: Sabrina Schürger

Telefon: 0152 38927077 E-Mail: vhs.niederstetten@ bad-mergentheim.de

KULTUR-GESTALTEN

Landschaftsmalerei

Aquarellmalerei

Als Einstiegskurs in die Kunst der Landschaftsmalerei mit Aquarellfarben und Ölpastellkreiden befassen wir uns mit Fragen der Komposition, mit technischen Fragen und mit der Geschichte der Landschaftsmalerei. So können die Teilnehmenden lernen, nach der Natur zu malen, aber auch aus der Idee heraus das Bild einer Landschaft selbst zu entwickeln. Bitte ein günstiges Einsteigerset mit Ölpastellkreide, Aquarellfarben, Pinsel und Papier mitbringen.

Niederstetten 207104

Peter Heinrich Striffler, freitags, ab 12.11.2021, 15:00 - 16:30 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 3 Termine, 26,00 €



Malerei (© Fotolia 62652907)

Malen wie Bob Ross

Landschaftsmalerei

In diesem Kurs wird gezeigt, wie man mit der Nass-in-Nass-Öl-Maltechnik des amerikanischen Malers Bob Ross, komplexe Landschaften in Öl malt. Als Vorlage zum Nachmalen dient an diesem Kurstag das Motiv "Change of Seasons". Schritt für Schritt werden die einzelnen Bildkomponenten gestaltet und dabei die spezielle Maltechnik und die Verwendung der Farben erläutert. Am Ende des Kurstages kann ein komplett fertiggestelltes Gemälde mit nach Hause genommen werden. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Küchenrolle, Babyöltücher und eine Mülltüte. Diese Technik wird ausschließlich mit Bob-Ross-Produkten durchgeführt. Die Materialkosten in Höhe von 60 € werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet.

Niederstetten 207121

Thomas Johnson, Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 1 Termin, 50,00 €

Einstieg in die digitale Fotografie

Eine moderne Spiegelreflexkamera bietet eine Fülle von Einstellungsmöglichkeiten, die oft nicht genutzt werden. Wir lernen diese Möglichkeiten zu nutzen. Weg von der Vollautomatikeinstellung, hin zum kreativen Bild! Wir erarbeiten in einem zeitlich entspannten und angemessenen Rahmen folgende Themen: Speicherkarten, Bildsensortypen, Verschlusszeit, Blende und ISO, Belichtungsmessmethoden und Belichtungswaage der Kamera, die Schärfentiefe im Bild, der Weißabgleich, unterschiedliche Objektive, Vor- und Nachteile der Brennweiten. Ein Skript ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihre digitale Spiegelreflexkamera, die Bedienungsanleitung im Original, einen geladenen Akku, Speichermedien und Schreibmaterial mit. Der erste und der letzte Kurstermin geht jeweils von 18 bis 20 Uhr.

Niederstetten 211105

Andreas Zobel, dienstags, ab 21.09.2021, 18:00 -19:30 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 6 Termine, 80,00 €

GESUNDHEIT

Hatha Yoga

Ein Weg, um körperliche Entspannung und geistige Stabilität zu finden, ist Yoga. Das System der Körper-, Atem- und Entspannungs- übungen hilft, die Gesundheit zu erhalten und die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten und schädliche Umwelteinflüsse zu steigern. Yoga kann in jedem Alter begonnen werden. Bei den Übungen wird der funktionelle Zusammenhang aller Wirbelsäulenabschnitte beachtet, da eine Fehlfunktion in einem Bereich die ganze Wirbelsäule beeinflusst. Sich zu entspannen ist die Voraussetzung für die Beseitigung schmerzhafter Verspannungen.

Niederstetten 301114

Simone Rohner, donnerstags, ab 16.09.2021, 18:30 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55,00 €

Niederstetten 301115

Simone Rohner, donnerstags, ab 16.09.2021, 20:00 - 21:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55.00 €

Niederstetten 301117

Simone Rohner, donnerstags, ab 13.01.2022, 18:30 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55,00 €

Niederstetten 301118

Simone Rohner, donnerstags, ab 13.01.2022, 20:00 - 21:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 10 Termine, 55,00 €

Bodyfit

Du möchtest deine Figur verbessern, Fett verbrennen und deine Ausdauer trainieren? Dann bist du beim Bodyfit genau richtig! Hier werden die Bewegungen pro Muskelgruppe öfter wiederholt als beim Kraftsport. Mit vielen Übungen wird den Pfunden der Kampf angesagt, deine Muskulatur gestärkt und der Körper gestrafft! Schon nach wenigen Trainingseinheiten wirst du eine Stärkung des eigenen Wohlbefindens und deiner Muskulatur spüren. Bitte Matte mitbringen.

Niederstetten 302111

Nadin Ihlow, dienstags, ab 14.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Niederstetten 302112

Nadin Ihlow, dienstags, ab 11.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Tanze dich schlank und fit!

Hier ist der Name Programm. Du möchtest deine Fitness steigern und dich richtig auspowern? Dann ist dies das richtige Fitnessprogramm für dich. Mit viel Spaß wird zu unterschiedlichen Tanzstilen getanzt und dein Body dabei in Form gebracht. In dem Dance-Workout wird dir gezeigt, wie du deine Bewegungsaktivität erhöhst, deine Muskeln stärkst und deine Ausdauer verbesserst. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Du lernst die Basic Steps der einzelnen Styles und trainierst ganz automatisch deinen Körper. Schnell und effektiv, spaßig und locker, hin zu einem neuen Körpergefühl!

Niederstetten 302410

Nadin Ihlow, dienstags, ab 14.09.2021, 19:30 - 20:30 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Niederstetten 302411

Nadin Ihlow, dienstags, ab 11.01.2022, 19:30 - 20:30 Uhr, Sporthalle, Neue Halle 4, 10 Termine, 44,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Der Alltag führt leicht zu einseitigen muskulären Belastungen und damit einhergehend zu Muskelverspannungen und -abschwächungen. Durch gezielte Kräftigungs-, Dehnungsund Mobilisationsübungen wird insbesondere die Rücken- und Bauchmuskulatur angesprochen und trainiert und dadurch die Wirbelsäule aufgerichtet und stabilisiert. Verbesserung des Körpergefühls und Entspannung helfen, Rückenbeschwerden vorzubeugen. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Niederstetten 303510

Corinna Weber, mittwochs, ab 15.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 8 Termine, 33,00 €

Niederstetten 303511

Corinna Weber, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, 8 Termine, 33,00 €

Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen

Vortrag

Viele Menschen leiden unter chronischen Kopfschmerzen oder Schlafstörungen, ohne eine Ursache dafür finden zu können. Schmerz- und Schlafmittel scheinen oft der einzige Ausweg zu sein. Gibt es Alternativen, um den Verbrauch von nebenwirkungsreichen Medikamenten auf Dauer einschränken zu können? Ob und wie Homöopathie hier Unterstützung bieten kann, wird an diesem Abend besprochen. Die in diesem Vortrag angesprochenen Methoden verstehen sich als Ergänzung zur wissenschaftlichen Schulmedizin.

Niederstetten 306102

Petra Beck, Donnerstag, 07.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr, Bildungszentrum Niederstetten, 1 Termin, 11,00 €

SPRACHEN

Englisch für Wiedereinsteiger A1.1

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen, die ihre Englischkenntnisse gründlich von Anfang an erwerben oder auffrischen wollen. Wir behandeln die wichtigsten Basisthemen. Dabei werden die Grundlagen der Grammatik, der Basiswortschatz und die Fertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen trainiert. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Niederstetten 406102

Sonja Beisswenger, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Spanisch A1 - Anfänger

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne oder mit nur geringen Spanischkenntnissen. Es werden die Grundlagen der spanischen Sprache und der Kommunikation erlernt: Aussprache, Grammatik, Vorstellung, Wegbeschreibungen uvm. Auch Themen zur Landeskunde, wie zum Beispiel prominente Personen der spanischsprachigen Welt, sollen angesprochen werden.

Niederstetten 422101

Sonja Beisswenger, dienstags, ab 14.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, Alte Schule am Frickentalplatz, Seminarraum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist, machen werden.



Programm der Außenstelle Weikersheim

Außenstellenleiterin: Barbara Wirth

Telefon: 07934 9937620

E-Mail: vhs.weikersheim.bad-mergentheim.de

POLITIK-GESELLSCHAFT-UMWELT

Einweisung in den Obstbaumschnitt

Obstbäume sind Kulturpflanzen, die unsere Pflege benötigen, um dadurch stabil zu wachsen und uns leckere Früchte zu bescheren. Grundvoraussetzung dafür ist die Förderung der Stammverlängerung, die Anordnung der Leitäste und eine ideale Verteilung des Fruchtgehölzes. Der richtige Schnitt verhindert unnötiges Treiben von Wasserschossen. So erreicht man einen idealen Saftfluss, es entsteht ein stabiles Grundgerüst des Baumes. Außerdem kann dadurch ein Abreißen von Ästen und der Befall von Parasiten wie Pilzen, Flechten, Keimen usw. verhindert werden. Treffpunkt ist der Sportplatz in Laudenbach. Es kann das eigene Werkzeug mitgebracht werden.

Weikersheim 104105

Johannes Deschner, Samstag, 30.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr, Treffpunkt: Sportplatz Laudenbach, 1 Termin, 23,00 €



Obstbaumschnitt (© Adobe Stock 329559798)

KULTUR-GESTALTEN

Modern Dance Kids

für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Dieser Kurs vermittelt Grundlagenkenntnisse von Modern Dance, Jazz und kreativem Kindertanz. Schwerpunkte sind kurze Choreographien und kleine Bewegungsabfolgen, die die Kinder selbst erarbeiten. So werden Konzentration, Koordination, eine gesunde Körperhaltung, Kreativität, Musikalität und individuelles Ausdrucksvermögen gefördert.

Weikersheim 205812

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 17:30 - 18:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

Offene Keramik-Werkstatt

Gefäße und mehr

Die Töpferei Salzer öffnet auch in diesem Jahr wieder ihre Werkstatt für Interessierte. Alles steht bereit, um Gefäße zu formen oder figürliche Projekte umzusetzen. Töpfermeister Walter Salzer stellt Ton, Hilfsmittel und einen reichen Schatz an langjähriger Berufserfahrung zur Verfügung. Teilnehmende am Kurs können entweder mit eigenen Ideen und Vorhaben ans Werk gehen oder aus Grundübungen eigene Ideen entwickeln. An die sechs Abende schließt sich an einem Samstag das gemeinsame Brennen im großen Holzofen an. Die Materialkosten werden abhängig vom Gewicht der fertigen Keramikobjekte mit 2,50 €/kg mit der Kursleitung abgerechnet.

Weikersheim 210403

Walter Salzer, dienstags, ab 21.09.2021, 19:30 - 22:00 Uhr, Hof Aischland, 6 Termine, 68,00 €

Klöppeln - ein altes Handwerk

In gemütlicher Runde werden Sie in das alte Handwerk des Klöppelns eingeführt. Ziel des Kurses ist es, die Grundbegriffe des Klöppelns zu erlernen, um leichte Klöppelbriefe wie z. B. Lesezeichen und Schmetterlinge anfertigen zu können. Nur Mut, es ist leichter als es aussieht! Der Kurs ist auch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bringen Sie eine spitze Schere, einen karierten Block, Klebstoff sowie dünnen Karton mit. Das Klöppelwerkzeug wird gegen eine Kaution in Höhe von 70 € zur Verfügung gestellt.

Weikersheim 210500

Barbara Dengler, mittwochs, ab 22.09.2021, 19:30 - 21:30 Uhr, vhs-Zentrum, 10 Termine, 70,00 €

Musikwichtel: Musikalischkreativer Eltern-Kind-Kurs

für Kinder von 12 Monaten bis 2 Jahren mit einem Elternteil

Dieser kreative Kurs geht auf den wachsenden Entdeckungsdrang und Erlebnisraum Ihres Kindes ein. Das heißt: gemeinsam singen, tanzen, musizieren, einfache Instrumente basteln und darauf spielen, zusammen toben und lachen, denn die ganze Welt ist voller Musik. Durch altersgerechte Übungen löst sich das Kind dabei schon gelegentlich vom sicheren Schoß der Eltern und bekommt die Möglichkeit Neues auszuprobieren, seine musikalischen Fähigkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Weikersheim 213810

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 15:00 - 16:00 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €

Spiel, Spaß und Bewegung

Eltern-Kind-Kurs für Kinder zwischen 2 und 4 Jahren mit einem Elternteil

In diesem Kurs wird alles vereint, was den Kindern Spaß macht und sie in einer gesunden Entwicklung unterstützt. Zusammen singen und musizieren wir auf spielerische Weise und fördern ganz nebenbei Rhythmusgefühl und Sprache. Das Staunen über Bewegungen, Klänge, Echo- und Instrumentalspiel führt zu aktivem Mitmachen und begeistertem Imitieren. Mit Gruppentänzen, Erzählideen und dem Einsatz von Instrumenten wird dem Bedürfnis der Kinder nach musikalischer Entfaltung entsprochen und das Sprech- und Sozialverhalten der Kinder gefördert.

Weikersheim 213811

Sabine Rumm, montags, ab 17.01.2022, 16:15 - 17:15 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 25,00 €



Der Main-Tauber-Kreis gewährt den öffentlich geförderten Trägern der allgemeinen Erwachsenenbildung Zuschüsse, insbesondere zur Unterstützung der Bereiche Familienbildung, Politik und Umwelt. Dadurch können allgemeinbildende Kurse, die der Familienbildung dienen oder sich direkt an Kinder richten, z. B. Junge Volkshochschule, zu günstigeren Konditionen angeboten werden.

Bitte mitbringen: Matte, Kissen und ein zweites Paar Socken.

Kundalini Yoga

Dynamik und Ruhe

GESUNDHEIT

Diese Yogaform mit dynamischen Übungen fokussiert sich stark auf das Spüren der eigenen Lebensenergie. Das Atmen hat hier einen zentralen Stellenwert. Ausgeglichenheit, Kreativität und Gesundheit können gestärkt werden. Yoga ist in seinen Ursprüngen ein ganzheitliches System. Es werden Körper-, Atem- und Meditationsübungen praktiziert, die den Körper kräftigen, die Flexibilität erweitern und Verspannungen lösen können. Bitte bringen Sie Matte, Decke, Sitzkissen, bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mit.

Weikersheim 301107

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 17:00 - 18:00 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301108

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 18:15 - 19:15 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301109

Renate Löhr, mittwochs, ab 15.09.2021, 19:25 - 20:25 Uhr, Gymnasium, 12 Termine, 72,00 €

Weikersheim 301111

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 17:00 - 18:00 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Weikersheim 301112

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 18:15 - 19:15 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Weikersheim 301113

Renate Löhr, mittwochs, ab 12.01.2022, 19:25 - 20:25 Uhr, Gymnasium, 11 Termine, 66,00 €

Yoga für Kinder: Fltern-Kind-Kurs

für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit einem Eltern-

Yoga für Kinder bietet eine Möglichkeit, spielerisch Kraft zu schöpfen, aber auch Aggressionen und Stress abzubauen. Hund, Katze, Maus - welche Yogafigur bist du? Das Nachstellen verschiedener Tier-, Pflanzen- und Landschaftsformen in den Yoga-Haltungen kann bei den Kindern ein tieferes Verständnis für ihre Umwelt entstehen lassen. Selbst die Kleinsten können Ihr Körpergefühl beim kindgerechten Yoga stärken und werden bewegungssicher. Durch den ständigen Wechsel von Anspannung und Entspannung in den Haltungen erleben die Kinder diesen Unterschied. Vielfältige Konzentrationsund Meditationsübungen eröffnen auch schon Kindern neue Möglichkeiten, ihre Aufmerksamkeit und somit den Geist zu schulen. Geübte Entspannungsphasen in der Gruppe helfen dabei, auch zu Hause zu entspannen.

Weikersheim 301804

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 15:30 - 16:30 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

Yoga für Grundschulkinder

Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration

Kinder-Yoga fängt das kindliche Bedürfnis nach Bewegung und Ruhe auf und bietet damit einen idealen Ausgleich zum Schulalltag. Dabei können die Kinder Spaß haben und spielerisch Yoga in Geschichten üben. Die Erzieherin zeigt den Kindern bspw., wie man geschmeidig wie eine Schlange, beweglich wie eine Katze, stark wie ein Baum und ruhig wie ein Stein sein kann. So werden spielerisch mit gezielten Übungen Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration gefördert. Dies stärkt das Selbstbewusstsein und die Wahrnehmung. Gleichzeitig kann Yoga entspannen und dabei helfen, die Aufmerksamkeit auf die wesentlichen Dinge zu lenken. Bitte bequeme Kleidung, Decke oder Matte und ein Kissen mitbringen.

Weikersheim 301805

Sabine Rumm, montags, ab 20.09.2021, 16:45 - 17:45 Uhr, Weikersheim, Zehntscheune Laudenbach, 5 Termine, 24,00 €

Funktionsgymnastik

bei Knie- und Hüftproblemen

Hüft- und Kniebeschwerden führen zu erheblichen Einschränkungen im Alltag. Mit Hilfe von Muskelkräftigung, Gelenkstabilisation, muskulärem Koordinationstraining und gezielten Dehnübungen können Sie wieder mehr Beweglichkeit erreichen. Das Spektrum der Übungen reicht von leicht nachvollziehbaren Bewegungsabläufen für den Alltag, über Dehnung und Kräftigung der Muskulatur bis zur Schulung von Gleichgewicht und Körperwahrnehmung. Der Kurs ist ausgerichtet auf Menschen mit Arthrose im Hüft- oder Kniebereich, mit künstlichen Hüft- oder Kniegelenken und auch mit einer nicht diagnostizierten Bewegungseinschränkung im Hüft- oder Kniebereich. Sollte ein operativer Eingriff stattgefunden haben, müssen

seitdem mindestens drei Monate Genesungszeit vergangen sein, bis dieser Kurs begonnen werden kann. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302141

Kathy Mohr, dienstags, ab 09.11.2021, 17:00 - 17:45 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 5 Termine, 34,00 €

Weikersheim 302142

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 17:00 - 17:45 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 54,00 €



Pilates (© Fotolia 45278008)

Pilates meets Progressive Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung ist eine wissenschaftlich anerkannte und bewährte Tiefenentspannungsmethode nach Jacobson. Jacobson stellte fest, dass sich durch Stress, Angst, innere Unruhe und Leere, die Muskeln anspannen. Bei "Dauerstress" kann dies zu chronischen Schmerzzuständen, Herz-Kreislauf-Beschwerden sowie psychosomatischen Erkrankungen führen. Durch den gezielten Wechsel von Anspannen und Lösen mobilisieren Sie zielgerichtet alle Muskelgruppen Ihres gesamten Körpers. In diesem Kurs symbiosiert die Progressive Muskelrelaxation mit dem Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates, einem ganzheitlichen Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden. Das Training beinhaltet Kraft- und Dehnübungen sowie Atemübungen, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen.

Weikersheim 302219

Christina Kirchner, mittwochs, ab 17.11.2021, 18:15 -19:30 Uhr, Physio & Sports Rehasport e.V., 6 Termine, 82,00 €

Aufsichtspflicht

In Kursen für Kinder und Jugendlichen unter 14 Jahren übt die Volkshochschule keine Dienstaufsicht, wie sie z.B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/innen unter 14 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen müssen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen dürfen.

Pilates in allen Varianten

"Nach 10 Stunden fühlst du einen Unterschied. Nach 20 siehst du den Unterschied - nach 30 hast du einen neuen Körper." (Joseph Pilates). Pilates ist ein ganzheitliches effektives Trainingssystem aus kombinierten Kräftigungs- und Dehnungsübungen. Der Schwerpunkt des Pilatestrainings liegt auf der Kräftigung der tief liegenden Bauch- und Rückenmuskulatur und des Beckenbodens ("Powerhouse"). Gleichwohl fördert Pilates nicht nur die Haltung sondern auch die Durchblutung. Durch verschiedene Varianten der Übungen ist für jeden etwas dabei. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302220

Kathy Mohr, dienstags, ab 09.11.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 5 Termine, 45,00 €

Weikersheim 302221

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 72,00 €

Pilates in allen Varianten

für Fortgeschrittene

Aufbauend auf Ihren Grundkenntnissen in Pilates wird in diesem Kurs Ihr Übungsrepertoire erweitert. Durch eine bewusste und konzentrierte Ausführung der verschiedenen Übungen schulen Sie Ihre Körperhaltung, Koordination, Atmung, Konzentration und Ausdauer - so verbessern Sie kontinuierlich Ihre Körperwahrnehmung. Der Kurs setzt voraus, dass die Pilates-Atmung, die Aktivierung des Powerhouses, bekannt ist und angewendet werden kann. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302222

Kathy Mohr, dienstags, ab 11.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 72,00 €

Beckenboden Intensivtraining

für Frauen und Männer

Der Beckenboden bildet mit den Bauchmuskeln, den Rückenmuskeln und dem Zwerchfell als oberen Abschluss unsere stabilisierende
Mitte. Durch schweres Tragen, einseitige Bewegungen, Schwangerschaft oder hormonelle Veränderungen wird unser Beckenboden im
Alltag Belastungen ausgesetzt, die zu starken
Beschwerden führen können. Auch wenn man
den Beckenboden nicht sieht oder spürt - kann
man lernen, die Muskeln des Beckenbodens zu
bewegen und durch ein regelmäßiges Training
zu stärken - ähnlich wie die Muskeln an Armen
und Beinen. Mit gezielten Übungen zur Wahrnehmung, Kräftigung und Entspannung des Be-

ckenbodens können Sie aktiv Beckenbodenproblemen vorbeugen bzw. entgegenwirken und zu einem positiven Körpergefühl entscheidend beitragen. Bitte bequeme Sportsachen tragen und ein großes Handtuch mitbringen.

Weikersheim 302253

Kathy Mohr, freitags, ab 14.01.2022, 09:00 - 10:00 Uhr, Physio Centrum Kirchner & Partner GbR, 8 Termine, 72,00 €

Zumba®

Inspiriert von lateinamerikanischer Musik verbindet dieses Fitnessprogramm Elemente aus Aerobic und Intervall-Training mit verschiedenen Tanzschritten und einem mitreißenden Musikmix aus Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton. Aus dieser Kombination entsteht ein dynamisches und sehr effektives Fitness-Training, das so viel Spaß macht, dass man nicht genug davon bekommt. Der Einstieg ist einfach und für jeden geeignet. Die Abfolge der Schritte und Drehungen ist leicht erlernbar. Das Wichtigste ist, sich gerne zur Musik zu bewegen. Ehe du dich versiehst, steigerst du deine Ausdauer, Koordination und Fettverbrennung, ohne zu merken, dass du Sport treibst. Zumba® ist Party und Lebensfreude pur! Bitte Sportschuhe, ein Handtuch und Getränk mitbringen.

Weikersheim 302302

Eglis Marlene Krüger, freitags, ab 24.09.2021, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 10 Termine, 45,00 €

Weikersheim 302306

Eglis Marlene Krüger, freitags, ab 21.01.2022, 19:00 - 20:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 10 Termine, 45,00 €

Rücken-Fit

Möchten Sie lernen, auf angenehme Weise Ihren Rücken zu stärken? Dann sind Sie hier richtig! Mit funktioneller Gymnastik, Wahrnehmungsübungen und Stretching schaffen Sie den notwendigen Ausgleich für einen rückenstrapazierten Alltag. Sie erhalten praxisnahe Tipps, durch die Ihre Bewegungen im Alltag ökonomischer und leichter werden. Bei jedem Treffen lernen Sie neue Bewegungsabläufe und Elemente kennen, unter anderem kommt das Flexi-Bar zum Einsatz. Bitte, falls vorhanden, Theraband und Blackroll mitbringen.

Weikersheim 303515

Birgit Weiler, freitags, ab 17.09.2021, 17:00 - 18:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Weikersheim 303516

Birgit Weiler, freitags, ab 17.09.2021, 18:00 - 19:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €

Weikersheim 303517

Birgit Weiler, freitags, ab 14.01.2022, 17:00 - 18:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine. 64.00 €

Weikersheim 303518

Birgit Weiler, freitags, ab 14.01.2022, 18:00 - 19:00 Uhr, Alte Sporthalle, Kleine Halle (Gymnastikraum), 12 Termine, 64,00 €



Aqua-Fitness (© Adobe Stock 161903893)

Aqua-Fitness

Das Aqua-Fitness-Training ist ein effektives Ganzkörpertraining mit Wassergymnastik und Aqua-Jogging. Es trainiert Kraft und Ausdauer, erhöht die Beweglichkeit und verbessert die Koordination. Durch den Wasserauftrieb werden die Gelenke und die Wirbelsäule entlastet, die Muskulatur gekräftigt, der Stoffwechsel angeregt und das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Aqua-Fitness macht fit und vital.

Weikersheim 303604

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 21.09.2021, 20:00 - 20:45 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Weikersheim 303605

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 21.09.2021, 20:45 - 21:30 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, $68,00 \in$

Weikersheim 303609

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 11.01.2022, 20:00 - 20:45 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Weikersheim 303610

Zsuzsanna Lendvai, dienstags, ab 11.01.2022, 20:45 - 21:30 Uhr, Hallenbad, 10 Termine, 68,00 €

Anmeldepflicht

bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen!

Nach § 6 der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg sind wir gehalten, von den Teilnehmenden aller unserer Veranstaltungen Name und Kontaktdaten bereitzuhalten, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können. Daher müssen wir immer auch bei allen Einzelveranstaltungen wie z.B. Vorträgen eine Anmeldung von Ihnen vorliegen haben - auch dann, wenn die jeweilige Veranstaltung für Sie gebührenfrei ist. Eine Abendkasse können wir in diesem Semester leider nicht anbieten. Wir bitten Sie vielmals um Ihr Verständnis.

Herbstliche Wildkräuter

Gesunde und vitale Wildpflanzen werden bei einer Entdeckungstour in der heimischen Natur kennengelernt. Beim Sammeln von essbaren Kräutern, Wurzeln, Früchten und Samen lernen wir deren vielseitige Verwendungsmöglichkeiten kennen. Während des Spazierganges wird gesammelt, was die Natur hergibt. Im Anschluss an den Kurs gibt es Rezepte, um aus dem selbst Gesammelten Zuhause gesunde Leckereien herzustellen. Treffpunkt ist der Sportplatz in Laudenbach. Die Materialkosten von 2,00 € werden direkt im Kurs abgerechnet.

Weikersheim 305106

Luise Denninger, Samstag, 23.10.2021, 14:30 - 16:00 Uhr, Treffpunkt: Sportplatz Laudenbach, 1 Termin, 10,00 €

Brot backen

wie zu Großmutters Zeiten

In diesem Brotbackkurs wird das alte Geheimnis zur Herstellung eines Roggenmischbrotes vermittelt - ganz ohne chemische Zusätze. Beginnend bei den Grundlagen wird erklärt, wie ein 3-Stufen-Sauerteig richtig gepflegt wird und wie unterschiedliche Aromen erzielt werden können. Dabei gibt es viele Tipps und Rezepte für ein gutes Gelingen. Das selbstgebackene Brot und die Vollkornbrötchen können mit nach Hause genommen werden. Bitte mitbringen: Kuchenkastenform, Behälter für die Brötchen und evtl. ein kleines Schraubgefäß für den Sauerteigansatz sowie eine Schürze und Topflappen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 2 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Weikersheim 305311

Sabine Wecker, Freitag, 29.10.2021, 17:00 - 20:30 Uhr, Gemeinschaftsschule, 1 Termin, 29,00 €

Bier selber brauen

der etwas andere Kochkurs!

In diesem Kurs begleiten Sie Wasser, Hopfen und Malz auf ihrem Weg zum Bier, d. h. maischen, rasten, läutern und kochen. Dabei werden Sie natürlich auch testen, probieren und schmecken. Am Ende dieses Brautages haben

Sie viel über Bier gelernt und wissen, wie aus Wasser, Hopfen und Malz Bier entsteht. Dies lässt sich dann auch praktisch zu Hause umsetzen. Darüber hinaus wird in diesem Kurs viel Wissenswertes über Bier vermittelt und selbstverständlich sollen auch unterschiedliche, selbstgebraute Biere verkostet werden. Materialkosten in Höhe von 19,50 € für Zutaten, Essen, Trinken und Skript werden im Kurs direkt mit dem Kursleiter abgerechnet.

Weikersheim 305351

Dieter Gundel, Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr, Gemeinschaftsschule, 1 Termin, 54,00 €

SPRACHEN

Englisch A1.1

Anfänger

Nie mehr sprachlos! Dieser Bildungsurlaub vermittelt Teilnehmern ohne Vorkenntnisse bzw. mit geringen Vorkenntnissen neben der Landeskunde die wichtigsten Themen und Redewendungen für einen Aufenthalt in einem englischsprachigen Land. In einem entspannten Lerntempo werden Ihnen die wichtigsten Begriffe für die Bereiche Unterkunft, Ausflüge, Einkäufe und Essen, Arbeit und Beruf vermittelt. Im Unterricht wird vor allem das freie Sprechen geübt.

Weikersheim 406104

Keyla Pamela Zeller, samstags, ab 09.10.2021, 10:45 - 12:15 Uhr, vhs-Zentrum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Spanisch A1 - Anfänger

Haben Sie Interesse an der spanischen Sprache? Dann kommen Sie in diesen Kurs! Auf unterhaltsame und kommunikative Weise erlernen Sie die elementaren Strukturen der Grammatik und bauen nach und nach einen Grundwortschatz auf. Die Kursleiterin ist Muttersprachlerin. Durch sie erhalten Sie viele Einblicke in die spanische und lateinamerikanische Kultur und Gesellschaft. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne oder mit nur geringen Spanischkenntnissen.

Weikersheim 422102

Keyla Pamela Zeller, samstags, ab 09.10.2021, 09:00 - 10:30 Uhr, vhs-Zentrum, 15 Termine, 158,00 € (Gebühr bei 5 Teilnehmenden)

Gebühren und Teilnehmerzahlen

während Corona

Das Coronavirus bestimmt immer noch unseren Alltag und führt zu der Notwendigkeit, bestimmte Hygienemaßnahmen einzuhalten. Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,5 Metern zwischen den Personen. Daher müssen wir bei manchen Kursen die Teilnehmerzahl begrenzen und in diesen Kursen höhere Gebühren als üblich erheben. Wir bitten Sie vielmals um Verständnis für dieses Vorgehen und versichern Ihnen, dass wir dies nur in Ausnahmefällen und wo es unbedingt nötig ist, machen werden.

Teilen Sie Ihr Können und Ihre Leidenschaft mit uns!

Werden Sie Kursleiterin/Kursleiter an der Volkshochschule.

Sieben gute Gründe, vhs-Kursleiter/in zu werden

1.)

Die Volkshochschule macht unsere Welt allgemein verständlich. Wirken Sie daran mitl

2.)

Sie verfügen über fundiertes Wissen und die Fähigkeit, es anderen zu vermitteln. Bereichern Sie damit unser Programm!

3

Teilen Sie Ihr Können und Ihre Leidenschaft mit anderen - live und in persönlicher Begegnung.

4.)

Sie haben Freude an der Begegnung mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und Nationen. Dann kommen Sie zur vhs!

5

Die Volkshochschule führt Menschen unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher sozialer Herkunft zusammen und gleicht Benachteiligungen aus. Helfen Sie uns dabei!

6.

Die Volkshochschule ist die Einrichtung der Weiterbildung. Werden Sie Teil dieser Erfolgsgemeinschaft.

7.)

Lehren und Lernen sind Falten desselben Gewandes. Als Kursleiter/in verstehen auch Sie die Welt besser.

Die vhs Bad Mergentheim ist Mitglied des Volkshochschulverbandes Baden -Württemberg und der Regionalversammlung Franken. Wir bieten unseren Mitarbeitenden und Lehrkräften unterschiedliche Möglichkeiten der Fortbildung.

Das Fortbildungsprogramm der Region finden Sie als pdf auf der Startseite unserer Homepage unter: www.vhsmgh.de/download.

Die Fortbildungen des Volkshochschulverbandes auf www.vhs-bw.de.

Kursorte

Kursräume Bad Mergentheim

Volkshochschule/Altes Rathaus Marktplatz 1

Dominikanerkloster

Hans-Heinrich-Ehrler-Platz

neben der Marienkirche, bei Parkhaus Altstadt Schloss

Alte Turnhalle in Wachbach

Dorfstraße 130

Best Western Premier Parkhotel

Lothar-Daiker-Straße 6

Deutschorden-Gymnasium (Aula / DOG-

Sporthalle)

Kopernikusstraße 11

Dorfgemeinschaftshaus Neunkirchen

Zur Mühle 9 (neben dem evangelischen Kindergarten)

Fachklinik Schwaben

Lothar-Daiker-Straße 17

Kopernikus-Realschule

Kopernikusstraße 4

Turnhalle Wachbach

Erpfentalstraße (unterhalb der Grundschule)

Turnhalle Stadtgarten

Würzburger Straße 16

Turnhalle Stadtmitte

Schulgasse 3

Weltladen Bad Mergentheim

Zaisenmühlstraße 3

Werkraum (Eingang Stadtarchiv)

Hans-Heinrich-Ehrler-Platz

Werkstadt Schmidgall

Propsteistraße 17

Würth Industriepark

Drillberg 6

Kursräume Igersheim

Bushaltestelle Ortsmitte

Bad Mergentheimer Straße

Bushaltestelle Möhlerplatz Möhlerplatz

Dorfgemeinschaftshaus Neuses

Steigstraße

Einrichtungshaus Wiedemann

Herrenwiesenstraße 7

Erlenbachhalle/Kleinsporthalle

Erlenbachtalstraße 9

Flair Hotel Lochner in Markelsheim

Markelsheim, Hauptstaße. 39

Johann-Adam-Möhler-Schule

Erlenbachtalstraße 7

Kleinsporthalle

Erlenbachtalstraße 9

Kulturhaus Igersheim

Pfarrgang 3, neben der katholischen Kirche

Tanzraum Schlesierstraße

Schlesierstr. 12

Kursräume Weikersheim

vhs-Zentrum

Kelterstraße 13

Alte Sporthalle

Laudenbacher Straße 22

Gemeinschaftsschule Weikersheim

Humboldtstraße 5

Gymnasium Weikersheim

Laudenbacher Straße 20

Hallenbad Weikersheim

Laudenbacher Straße 20

Hof Aischland

Hof Aischland 2

Physio & Sports Rehasport e.V.

Uferweg 14

Physio Centrum Kirchner & Partner GbR

Hauptstraße 1/1

Zehntscheune Laudenbach

Schlössle 9

Kursräume Niederstetten

Alte Schule am Frickentalplatz

Lange Gasse 32

Bildungszentrum Niederstetten

Hauptstraße 52

Sporthalle/Neue Halle 4

Oberstetter Straße 12



Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kredit-

Der jeweilige Lastschrifteinzug erfolgt 3 Wochen nach Kursbeginn. Ich/wir bin/sind da-

mit einverstanden, dass dieser Hinweis die schriftliche Benachrichtigung über den Last-

Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen. Bitte sorgen Sie für eine ausreichende Kon-

institut vereinbarten Bedingungen.

schrifteinzug ersetzt.

todeckung.

Volkshochschule Bad Mergentheim, Marktplatz 1, Bad Mergentheim Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 51 ZZZ 000000 11 564 Telefon 0 79 31 57- 43 00 oder – 43 02, Telefax 0 79 31 57- 49 07 E-Mail: vhs@bad-mergentheim.de

Kursanmeldung

Name, Vorname*		Geburtsjahr*
Straße, Hausnur	mmer*	PLZ, Ort*
Telefon tagsüber	r/abends*	Mobil
		E-Mail
		Bitte senden Sie mir in Zukunft auch Informationen per E-Mail.
Anmelduna für (b	pitte vollständig ausfüllen)	* Pflichtangabe
Kurs-Nr.	Gebühr Kurztitel	
Kurs-Nr.	Gebühr Kurztitel	
Taro Tin	Goodin Natzurei	
Lastschriften Die Umstellung auf das europäische SEPA-Verfahren erfordert die Erteilung eines neuen Lastschrift-Mandats mit persönlicher Unterschrift jedes Teilnehmenden. Sie finden unten ein entsprechendes Formular und auf unserer Homepage www.vhsmgh.de.		Mit meiner Unterschrift erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Bad Mergentheim an.
		Datum, Ort Unterschrift
_	Volkshochschule Bad Mergentheim Igersheim – Niederstetten – Weikersheim ines SEPA-Basis-Lastschriftmandats f	Volkshochschule Bad Mergentheim, Marktplatz 1, Bad Mergentheim Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 51 ZZZ 000000 11 564 Telefon 0 79 31 57- 43 00 oder – 43 02, Telefax 0 79 31 57- 49 07 E-Mail: vhs@bad-mergentheim.de
Name, Vorname	ginal abgeben, da ansonsten nicht gültig.	Geburtsdatum*
Straße, Hausnur		PLZ, Ort*
Telefon tagsüber / abends*		Mobil
Teilnehmernumn		E-Mail:
(wird von der vhs e		Bitte senden Sie mir in Zukunft auch Informationen per E-Mail. * Pflichtangabe
SEPA-Basis-Lastschriftmandat für wiederkehrende Zahlungen: Ich/wir ermächtige/n die Volkshochschule Bad Mergentheim, fällige Kursgebühren von meinem Konto per Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.		
	nnerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die	e

IBAN

Datum, Ort

der vhs Bad Mergentheim an.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich ebenso die Geschäftsbedingungen

Unterschrift des Kontoinhabers

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Zustandekommen des Vertrags

Der Vertrag kommt durch die Anmeldung und die automatische Annahme durch die vhs zustande. Die Anmeldung kann telefonisch, schriftlich oder persönlich erfolgen und verpflichtet zur Eintragung in die Teilnehmerliste und zur Zahlung der Gebühr. Eine Bestätigung der schriftlichen Anmeldungen erfolgt nicht. Kurse können nur als Ganzes belegt werden.

Widerrufsrecht/ Rücktritt vom Vertrag

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

Der Rücktritt ist stets schriftlich oder persönlich bei der Geschäftsstelle zu erklären.

Der Rücktritt vom Kurs durch Teilnehmende ist bis zu zwei Werktagen vor Kursbeginn ohne Angabe von Gründen kostenfrei möglich

Ausnahmen: Bei Wochen(end)seminaren und EDV-Kursen ist ein Rücktritt mindestens fünf Werktage vor Kursbeginn erforderlich. Danach kann eine Ersatzperson gestellt werden, ansonsten wird die gesamte Kursgebühr fällig.

Bei Sprachkursen mit mehr als 4 Terminen werden spätestens am zweiten Abend entsprechend der Teilnehmerzahl die Gebühren (siehe Gebührenstaffel Sprachkurse) festgelegt. Hier ist ein Rücktritt unmittelbar nach dem ersten Termin noch möglich. Berechnet wird dann die Kursgebühr für den ersten Termin laut Ausschreibung.

Eine Abmeldung bei den Kursleitenden ist nicht möglich!

Die vhs kann vom Vertrag zurücktreten, wenn die Mindestteilnehmerzahl (in der Regel 10 Personen) nicht erreicht wird oder der von der vhs verpflichtete Kursleitende (z.B. wegen Krankheit) ausfällt.

Bezahlung

Mit dem Zustandekommen des Vertrages wird die Kursgebühr zur Zahlung fällig. Die Abbuchung der Kursgebühr erfolgt generell nach Kursbeginn. Prüfungsgebühren werden vor dem Prüftermin eingezogen. Ist ein Bankeinzug trotz vorliegendem Sepa-Lastschriftmandat nicht möglich, werden anfallende Kosten in Rechnung gestellt. Für Mahnungen wird eine Bearbeitungsgebühr von 3 € erhoben. Für Überweiser: Sie erhalten keine Rechnung, die Gebühr überweisen Sie bitte mit Kursbeginn.

Prüfungen, Teilnahmebescheinigungen

Der Vertrag beinhaltet keinen Anspruch auf Zulassung zu einer Prüfung, außer wenn dies in der Kursbeschreibung vermerkt ist. Teilnahmebescheinigungen erhalten nach Abschluss des Kurses auf Wunsch alle Teilnehmer, die einen Kurs mindestens zu 80 % besucht haben. Die Ausstellung von Bescheinigungen für Kurse, die länger als 1 Jahr zurückliegen, kostet je 5 €.

Urheberschutz

Fotografieren, Bandmitschnitte und Kopieren von Software sind in den Veranstaltungen nicht gestattet. Eventuell ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der vhs auf keine Weise vervielfältigt werden.

Datenschutz

Die Daten der Kursteilnehmer/innen werden elektronisch in der vhs-Verwaltung gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der Volkshochschule.

Ferien

Während der allgemeinen Schulferien und an Feiertagen findet in der Regel kein Unterricht statt.

Hausordnung

Die vhs ist in den jeweils benutzten Gebäuden und Räumen zu Gast. Es ist auf die entsprechenden Hausordnungen zu achten, nur auf den dafür vorgesehenen Parkplätzen zu parken und auf das Rauchen zu verzichten.

Haftung

Die Haftung der Volkshochschule beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Eine Haftung für fremdes Verschulden gemäß §§ 276, 278 BGB ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften dem entgegenstehen.

Leistungsumfang, Schriftform

Der Umfang der Leistungen der Volkshochschule ergibt sich aus den Kursbeschreibungen des halbjährlich erscheinenden Programms. Mündliche Nebenabreden sind nicht getroffen. Die Kursleitenden sind zur Änderung der Vertragsbedingungen und zur Abgabe von Zusagen nicht berechtigt. Alle abweichenden oder zusätzlichen Vereinbarungen bedürfen der Schriftform.

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Für Studienfahrten, Musicals und Exkursionen in Kooperation mit Reiseveranstaltern gelten besondere Teilnahme-, Geschäfts- und Rücktrittsbedingungen, die vom jeweiligen Reiseveranstalter bekannt gegeben werden. Die vhs tritt hier nur als Vermittlerin auf.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die städtische Volkshochschule Bad Mergentheim (nachfolgend "vhs" oder "wir" genannt) ist 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, Geburtsjahr, E-Mail-Adresse, Telefonnummer, BIC und IBAN) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

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. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und — soweit angegeben — Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, 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.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. 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 Kursteilneh-

mer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. 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.

6. Ihre Rechte

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

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

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: datenschutz@bad-mergentheim.de

WERBETECHNI G'MACHT IM TAUBERTAL

Ihr individuelles Angebot unter 0 93 43 / 62 05-0

Tauberstr. 35-41 · 97922 Lauda-Königshofen

Telefon: 0 93 43/62 05-0 · www.stieberdruck.de





Finanzplaner, Kontowecker und Multibanking – mit unseren digitalen Banking-Funktionen immer den Überblick behalten. Und den Kopf frei für das, was wichtig ist.

Jetzt mehr erfahren auf www.sparkasse-tauberfranken.de



Sparkasse Tauberfranken

Weil's um mehr als Geld geht.