vhs Volkshochschule Eckernförde e.V.

Sprachen

Gesell-
schaft

Kultur

Beruf

Gesund-
heit

PROGRAMM
Herbst 2021 / Frühjahr 2022

In Zusammenarbeit mit:
Volkshochschulen Fleckeby,
Groß Wittensee und Rendsburger Ring

Volkshochschule Eckernförde e.V.

Reeperbahn 44
24340 Eckernförde
Telefon: 04351/25 85
Internet: vhs-eckernfoerde.de
E-Mail: vhs-eckernfoerde@ t-online.de
Während der Schulferien ist die Volkshochschule geschlossen.

Schulsekretärin:
Mirja Kraack
Öffnungszeiten Büro:
Montag bis Donnerstag 17.00 bis 18.30 Uhr
Mittwoch 10.00 bis 11.00 Uhr

Anmeldung:
Diese muss rechtzeitig schriftlich (auch per Mail verbindlich) oder persönlich erfolgen.
Mit der Unterschrift unter der Anmeldung schließen Sie für die Dauer des Kurses mit der VHS einen Vertrag und erkennen die Teilnahmebedingungen an.

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung.

Die VHS behält sich vor, Kurse gegebenenfalls zusammenzulegen oder abzusagen.
Abmeldung
Die Abmeldung muss schriftlich erfolgen. Die Abmeldung beim Dozenten ist nicht möglich.
Warteliste
Sollte Ihre Anmeldung davon betroffen sein, erhalten Sie die Benachrichtigung, dass wir Sie nur auf die Warteliste setzen können. Sollten Sie nachrücken, evtl. in einen Zusatzkurs, werden wir Sie umgehend informieren. Folgt keine Benachrichtigung, müssen wir Sie leider auf das folgende Semester vertrösten.

Mindestteilnehmerzahl:
Kurse können nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen stattfinden. Bei Kursen mit geringerer Teilnehmerzahl bietet die VHS in Abstimmung mit den Teilnehmern die Erhebung eines erhöhten Entgelts bzw. eine Verkürzung des Unterrichts an.

Haftung:
Die Volkshochschule haftet nicht für Schäden (z.B. Sachschäden, Eigentumsverluste usw.).
Unterrichtsräume:
Soweit nicht anders angegeben, finden alle Veranstaltungen im Haus der Volkshochschule, Reeperbahn 44, statt.

Leiter der Volkshochschule:
Ralf-Ulrich Wanderer
Saxtorfer Weg 2a
24340 Eckernförde
Sprechstunden des Leiters nach Vereinbarung mit dem Schulbüro

Förde Sparkasse Eckernförde
IBAN DE72 2105 0170 1000 2005 90

Gebühren:
Die Teilnehmergebühr ist mit der Anmeldung zu zahlen (bar oder per Überweisung)

Kochkurse, EDV-Kurse, Wochenendkurse und Sportbootführerscheine müssen 14 Tage vor Beginn gezahlt werden. Teilnehmer, die später in einen Kurs eintreten, zahlen die volle Gebühr, ebenso im Krankheitsfall. Wir bitten dafür um Ihr Verständnis.

Ermäßigung für Arbeitslose, Studenten oder Auszubildende ist möglich. Diese Ermäßigung kann nur gewährt werden, wenn die minimale Teilnehmerzahl des Kurses überschritten ist. Weitere Infos im Sekretariat.

Erstattung der eingezahlten Gebühr erfolgt nur für nicht zustande gekommene Kurse.

Teilnahmebescheinigungen:
Für alle Lehrgänge kann am Ende des Semesters eine Teilnahmebescheinigung erstellt werden. Voraussetzung ist die Teilnahme an mindestens 4/5 der Veranstaltung. Diese Bescheinigung enthält keine Angaben über den Wissensstand des Teilnehmers.

Gebuchte Kurse dürfen nur von den angemeldeten Teilnehmern besucht werden.
Einzelne Unterrichtseinheiten sind **n i c h t** auf andere Personen übertragbar.

Die Mitglieder im gemeinnützigen Verein (Volkshochschule Eckernförde e.V.) fördern durch Ihren Mitgliedsbeitrag von 10 Euro pro Jahr die Arbeit der Volkshochschule. Einen Mitgliedsantrag erhalten Sie im Schulbüro oder auf Anforderung.

Inhaltsverzeichnis

VHS Eckernförde e.V.

Herbstsemester	01.09.2021 – 31.01.2022
Frühjahrssemester	01.02.2022 – 19.06.2022

Teilnahme - Infos	Seite 2
Fotos Vorstand, Schulsekretärin, Dozenten VHS Eckernförde e.V.	Seite 4
In eigener Sache	Seite 7
Politik / Gesellschaft / Umwelt	Seite 9
Kultur / Gestalten	Seite 11
Gesundheit / Bewegung / Ernährung	Seite 21
Sprachen	Seite 32
Beruf / Computer	Seite 40
Spezial - Sportbootführerscheine - SRC-Sprechfunkzeugnis	Seite 49
VHS Fleckeby	Seite 51
VHS Groß Wittensee	Seite 58
VHS Rendsburger Ring	Seite 62

Gesellschaft

Kultur

Gesundheit

Sprachen

Beruf

Spezial

Achten Sie bitte auf die Hinweise der einzelnen Volkshochschulen!

Herausgeber:
Volkshochschule Eckernförde e.V., Reeperbahn 44, 24340 Eckernförde
Fotos:
Rechte für Fotografien liegen bei der VHS Eckernförde e.V. / (R.-U. Wanderer) und der Direkta GmbH // Mirja Kraack, Miriam Batliner, PIXABAY, Volkshochschulen Fleckeby, Groß Wittensee und Rendsburg

Wir sind die Volkshochschule Eckernförde e.V.!

Ralf-Ulrich Wanderer
Leiter & Vorstandsvorsitzender
und Dozent

Sabine Möller
stellvertretende Vorsitzende
und Dozentin

Andrea Enzenhofer
Schriftführerin

Karin Schulz
Beisitzerin

Jörg Sibbel
Bürgermeister und Beisitzer

Mirja Kraack
Schulsekretärin
und Dozentin

Kirsten Barba

Heike Boller

Jürgen Brammer

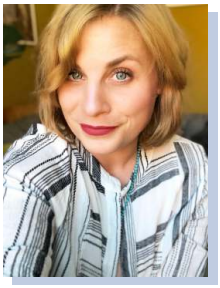
Miriam Batliner

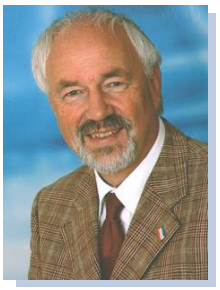
Charlotte Bronst

Ellen Buckmiller

Bella Dialo-Sauerland

Jutta Dohrn

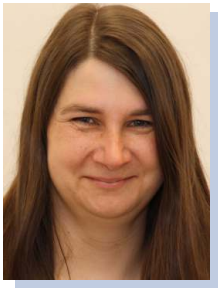

Maike Fischer


Heiko Gauert

Karin Gellert

Ulrich George

Bernd Green


Brigitte Hartel

Jutta Heilmann

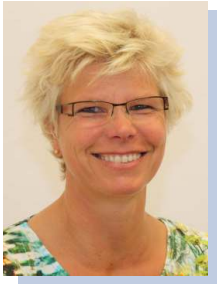
Detlev Heuer

Andrew Jones

Gabriele Katzke

Juliane Klocke

Dagmar Klockemann


Sabine Kuster

Jörg Lütjohann

Claudia Maradof

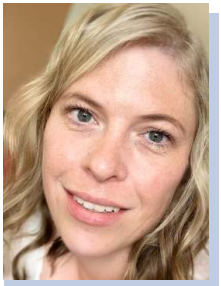
Monika Meier

Christa Mentzel

Tanja Miranda

Erika Rogge-Reichelt

Sylvia Stecher


Kirsten Voß

Manfred Wachtel

Britta Wasem

In eigener Sache

Seit über 100 Jahren gibt es Volkshochschulen in Deutschland.
In Eckernförde wurde die VHS vor über 90 Jahren gegründet.

Mit einem umfangreichen Bildungsangebot hat sich die VHS in der Stadt etabliert.

Nach verschiedenen Örtlichkeiten in der Stadt sind wir im Jahr 2012 in den rechten Teil der Reeperbahn 44 eingezogen.
Hier haben wir sechs verschiedene helle Räume zur Verfügung.
Die Lehrküche im oberen Geschoß nutzen wir gemeinsam mit der Pestalozzi-Schule.
Der Zugang zu den Unterrichtsräumen ist barrierefrei ausgebaut.
Turnhallen haben wir zu verschiedenen Zeiten von der Stadt angemietet.

Die rechtlichen Formen der Volkshochschulen in Deutschland sind sehr unterschiedlich. Größere Städte haben meist kommunal geleitete Schulen. In Eckernförde hat der Verein Volkshochschule Eckernförde e.V. den Bildungsauftrag angenommen. Ohne Unterstützung der Stadt Eckernförde wäre die Aufgabe aber nicht zu bewältigen. Sozial verträgliche Kursgebühren wären sonst nicht möglich. Selbstverständlich ist der Verein als gemeinnützig anerkannt. Eine hauptamtliche Schulsekretärin, ein ehrenamtlicher Leiter sowie eine Reinigungskraft sind die festen Mitarbeiter der Schule. Der Vorstand im Verein arbeitet ebenfalls aktiv mit.
Das Rückgrat eines Vereins sind die Vereinsmitglieder.
Auch Sie können durch eine Mitgliedschaft im Verein einen Beitrag leisten. Mit einem Mitgliedsbeitrag von jährlich 10 Euro können Sie den Verein lebendig halten und werden über Neuerungen und Entwicklungen informiert.

Bitte beachten Sie:

Wir befinden uns noch immer in der Corona-Pandemie, deshalb sind kurzfristige Änderungen im Schulbetrieb möglich. Dabei sind wir auf die entsprechenden Erlasse der Landesregierung angewiesen.
Zur Drucklegung (August 2021) sind außer der Beachtung der Hygienevorschriften, keine Einschränkungen im Schulbetrieb vorgeschrieben. Dies kann sich aber durch erhöhte Inzidenzwerte ändern. Es könnte die Teilnahme am Unterricht durch Impfzertifikat, Genesungsbescheinigung oder negativen Corona-Test notwendig werden, oder der komplette Unterricht ausgesetzt werden.
Bitte informieren Sie sich über die Presse oder die Info-Box auf unserer Website.
Ausgefallene Unterrichts-Stunden werden vorzugweise nachgeholt.

Wenn Sie Mitglied werden wollen,
senden Sie eine Mail an **vhs-eckernfoerde@t-online.de**,
rufen Sie an **(04351-2585)** oder
sprechen Sie uns in der Geschäftstelle an.

AWERLE ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE

Verkleinere deinen CO_2-Fußabdruck!

Wie‘s geht, erklären wir dir →

www.awr.de • aw-erle@awr.de

Neu denken lernen - Impulse für ein glückliches Leben

Leitung: Gabriele K. Katzke

Wie oft glauben wir negativen Glaubensätzen und Selbstzweifeln? Wie oft geben wir deswegen - privat und beruflich - Wünsche und Vorhaben auf oder fangen gar nicht erst an? Dieser Kurs will Impulse setzen. Er zeigt einen Weg, mit dem Du stressvollen Gedanken eine neue Richtung geben kannst und lernst mit deinem Leidensdruck. Das generelle Ziel: innerer Frieden und Glück.
Dabei bietet die Veranstaltung Gelegenheit, stressvolle Gedankenlabyrinthe zu erkennen und sofort herausfinden zu können. Du kannst direkt erleben, wie es sich anfühlt dankbar und im Augenblick sein zu können. Das einzige, was es braucht, ist ein offener Geist. Die Seminarleiterin ist ausgebildete Coach für The Work nach Byron Katie. Die „ The Work"-Methode ist eine kraftvolle und wirksame Methode auf neue Weise mit belastenden Gedanken und Leidensdruck umzugehen.

Bitte etwas zum Schreiben und Papier mitbringen.

1 6 1 H 12 Zeitstunden 96,- €	Freitag 29. Oktober 2021 18.30 - 20.30 Uhr	**1 6 1 F** 12 Zeitstunden 96,- €	Freitag 04. Februar 2022 18.30 - 20.30 Uhr

Philosophisches Café in der VHS

Leitung und Verantwortung: Brigitte D. Hartel

Seit den Anfängen der Philosophie ist bekannt, dass es sich am besten nachdenken lässt in geselliger Runde und mit einem Getränk in der Hand. Das philosophische Café folgt dieser altehrwürdigen Tradition und bietet die Gelegenheit, bei Kaffee und Kuchen den großen Fragen des Menschseins auf den Grund zu gehen.

Was kann ich wirklich wissen? Wer entscheidet, was Gut und Böse ist? Welchen Sinn hat das Leben, welche Bedeutung der Tod? In jedem Philosophischen Café lernen Sie in einem Vortrag die Antworten bekannter und weniger bekannter Philosoph*innen auf alte, noch immer aktuelle Menschheitsfragen kennen. Im anschließenden Gespräch tauschen wir uns darüber aus, ob diese Antworten einleuchtend sind – oder wir für uns selbst bessere Antworten finden.

Themen, Termine und Eintritte werden auf der Homepage der VHS bekannt gegeben oder können per E-Mail unter brigitte-d-hartel@t-online.de erfragt werden. Anmeldungen zu den einzelnen Terminen sind erforderlich und erfolgen direkt bei der Dozentin.

1 8 1 H	Termine und Anmeldung direkt bei der Dozentin	**1 8 1 F**	Termine und Anmeldung direkt bei der Dozentin

Musik machen - ganz einfach (für Erwachsene)

NEU

Leitung: Jörg Lütjohann

Du bist unmusikalisch? Lass dir das nicht länger einreden!
Du kannst keine Noten? Wozu brauchst du Noten, du hast doch Ohren!
Du hast noch nie ein Instrument in der Hand gehabt? Dann bist du in diesem Workshop gerade richtig.

Du lernst ein paar Instrumente kennen, die auch noch niemand in der Hand hatte. Sie wurden eigens für diesen Kurs entwickelt.

Wir fangen alle bei Null an. Jeder übernimmt ein paar Töne, gemeinsam wird ein richtiges Musikstück daraus, schon beim ersten Treffen.

Keine Noten, keine Theorie, einfach nur handgemachte Musik! Du wirst erleben, wie viel Freude gemeinsames Musik machen bereitet. Sei einfach nur neugierig und lass dich auf unsere „musikalische Späterziehung“ ein.

Beispiele findest du auf youtube.com/user/Lesebrille27

2 13 1 H 6 x 1 Zeitstunde 26,- €	Donnerstag 09. September 2021 16.00 Uhr	**2 13 1 F** 6 x 1 Zeitstunde 26,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 16.00 Uhr

„Unterwegs zur mir“- Eine Biographie schreiben

NEU

Leitung: Jutta Heilmann / Ulrich George

Die eigene Biographie zu schreiben, galt bislang weiterhin als Privileg herausragender Persönlichkeiten. Jedes Menschenleben jedoch ist erzählenswert in seinen Höhen und Tiefen, mit dem Herausragendem und dem Banalen....
Unsere Biographie ist Teil unserer Familiengeschichte und ein einzigartiges Mosaik in der übergreifenden Geschichte des Regionalen und Globalen - sie ist eine “Weltgeschichte“ (Heinrich Heine), denn unsere gelebte Geschichte macht uns einzigartig mit unseren Gefühlen, unseren Wahrnehmungen, Werten, Blickwinkeln und Erkenntnissen.

Sie lernen in diesem Kurs Schritte, Ihre Biographie zu verfassen. Wir stellen Ihnen stilistisches Handwerkszeug vor, mit dem Sie Ihren eigenen Stil lebendig und spannend entfalten. Zwischen den Kurseinheiten verfassen Sie eigene Texte, die Sie der Gruppe vorstellen können, um Rückmeldung zu empfangen.

Die 6 Termine dieses Kurses:
Samstag, 5. Februar 2022 10.00-15.00 Uhr
4 x Montags: 07.02., 14.02., 21.02., 28.02.2022 von 18.00 - 19.30 Uhr
Samstag, 05. März 2022 10.00 -15.00 Uhr

		2 2 1 F 2x4,5 Zstd + 4x1,5 ZStd 66,- €	Samstag 05. Februar 2022

Orientalischer Tanz

Es gibt viele Gründe, sich für Orientalischen Tanz zu interessieren und sich für unsere Kurse zu entscheiden. Einige Frauen möchten gern etwas für ihren Körper tun, beweglicher und geschmeidiger werden, andere sind tanzbegeistert und möchten eine Technik lernen, die sie auch für sich allein ausüben können. Manche lieben die orientalische Musik und die wunderschönen Kostüme oder aber den besonders fraulichen und gemeinschaftlichen Aspekt des Orientalischen Tanzes. In unseren Kursen finden Sie eine, mehrere oder alle Möglichkeiten.

Wir bauen unsere Stunden so auf, dass der Körper erwärmt und die Muskeln gedehnt und gekräftigt werden. Es geht uns um ein sanftes Kennenlernen von eigenen Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten, nicht etwa um Fitness- und Leistungstraining. Eine Altersbegrenzung gibt es bei uns nicht. Die Technik des Tanzes basiert auf Isolation der Bewegungszentren, mit denen wir Kreise, 8-ten, Wellen, Halbkreise usw. als Raumwege formen. Beendet werden unsere Stunden immer mit einer Entspannung.

Eingang Turnhalle / Gymnastikraum / Pestalozzi-Schule

Mirja Kraack
Tel. 04355/999655
mirja.kraack@freenet.de

Orientalischer Tanz / Bauchtanz mit Grundkenntnissen

Leitung: Miriam Batliner

Dieser Kurs ist sowohl für alle, die schon Grundkenntnisse haben, als auch für diejenigen, die mal etwas „anderes“ ausprobieren möchten.
Wir tanzen die erlernten Basisschritte und erweitern das Schritt-Repertoire.
Auch in diesem Kurs wird es eine Choreographie geben.

Der Kurs findet im Gymnastikraum, 1. Stock, der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.

2 5 2 H 11 x 1,5 Zeitstunden Reststunden aus H20	Freitag 06. August 2021 18.00 Uhr	**2 5 2 F** 15 x 1,5 Zeitstunden 99,- €	Freitag 04. Februar 2022 18.00 Uhr

Orientalischer Tanz / Bauchtanz für Fortgeschrittene

Leitung: Mirja Kraack

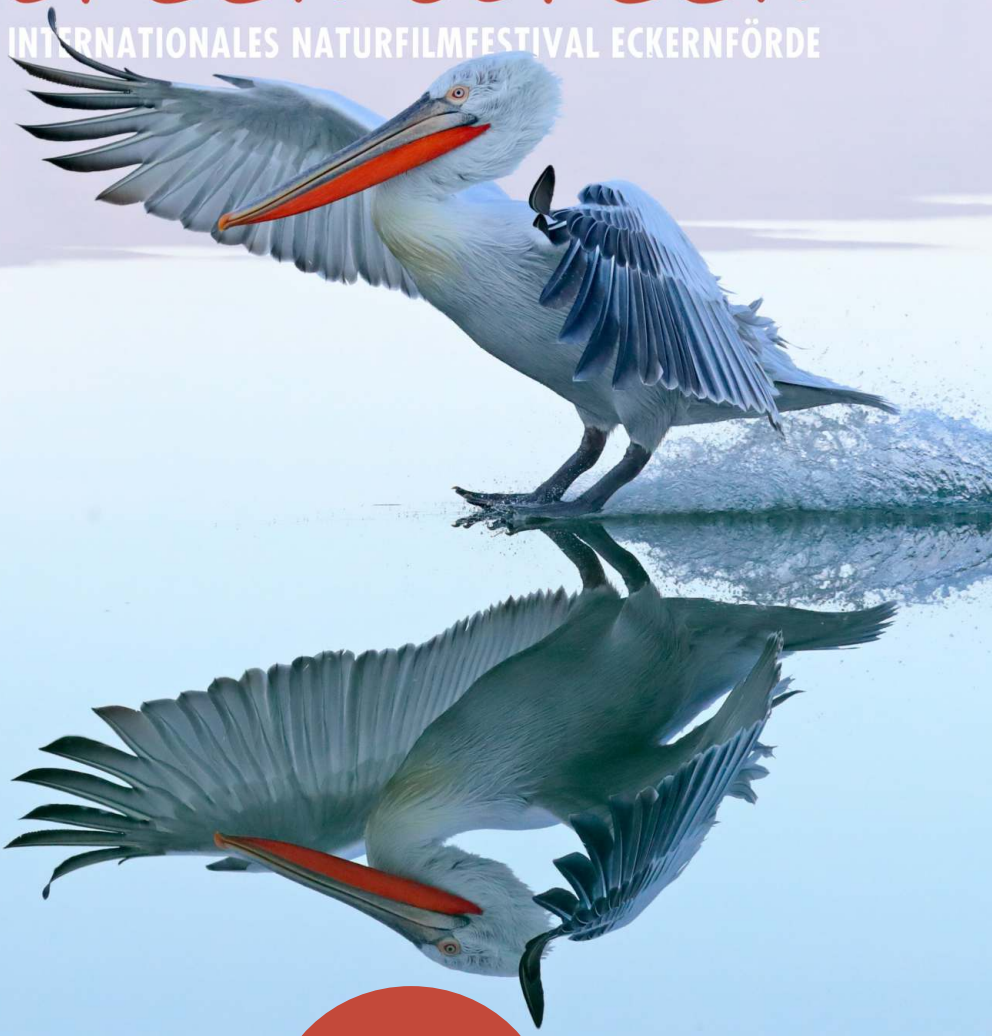
Für alle, die gerne Choreographie tanzen. In diesem Kurs tanzen wir hauptsächlich verschiedene Choreographien, die wir vertiefen und verfeinern wollen. Der Umgang mit Tanzrequisiten wie z.B. Schleier oder Tanzstock sollte bekannt sein. Dieser Kurs eignet sich nicht für Anfänger im orientalischen Tanz!

Der Kurs findet im Gymnastikraum, 1. Stock, der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.

2 5 3 H	Mittwoch 19.00 Uhr	**2 5 3 F**	Mittwoch 19.00 Uhr

GREEN SCREEN

INTERNATIONALES NATURFILMFESTIVAL ECKERNFÖRDE



DEUTSCHLANDS GRÖSSTES NATURFILMFESTIVAL

Jedes Jahr im September

www.greenscreen-festival.de

© Jens Kühlert

Kalligrafie für Einsteiger

Leitung: Ralf - Ulrich Wanderer

Schreiben ist nicht nur das Mittel zur Darstellung von Informationen und Gedanken, sondern kann auch ein Gestaltungsmittel sein. Die Kunst der Kalligrafie zu lernen, kann nicht nur wegen des meditativen Charakters gerade in der heutigen Zeit der Tastaturen und vereinheitlichter Schriftformen besonders schön sein. Handgeschriebene Schriftstücke wie Einladungen, Urkunden und Sinnsprüche erfreuen sich aufgrund ihres ästhetischen Anspruchs wachsender Beliebtheit.
Dieser Kalligrafie-Kurs bietet einen Einstieg in die „Kunst des schönen Schreibens“.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Mitzubringen sind eine Bandzugfeder 4 mm mit Federhalter, ein Lappen oder Küchenpapier, schwarze Tinte (Pelikan), glattes Papier DIN A 4 oder DIN A 3.

2 7 0 H 2 x 6 Zeitstunden 53,- €	Samstag, 20.11.2021 Sonntag, 21.11.2021 13.00 - 19.00 Uhr

Handlettering

Leitung: Ralf - Ulrich Wanderer

Lettering ist verwandt mit Illustration und Zeichnen. Spezielle Kombinationen von Buchstabenformen werden skizziert, gezeichnet und verfeinert. Verschiedene Schreibwerkzeuge finden Verwendung, wie z.B. Bleistift, Faserschreiber, Füller und Pinsel. Es werden Grundlagen für das Gestalten von Handlettering-Schriftbildern vermittelt. Kleine Buchstabenwerke und Schriftkarten sind das Ziel.
Über die mit zu bringenden Materialien werden Sie bei Anmeldung informiert!

2 7 1 F 2 x 6 Zeitstunden 53,-€	Samstag, 19.02.2022 Sonntag, 20.02.2022 13.00 - 19.00 Uhr

Zeichnen gleich Sehen lernen - Freies Zeichnen - auch für Anfänger geeignet

Leitung: Jutta Dohrn

Grundübungen mit Bleistift, evtl. auch Feder und Kohle. Gegenständliches Zeichnen sowie freie Übungen mit dem Ziel, räumliches Empfinden zu entwickeln, die Grundlagen der Komposition zu erlernen und kleinere Zeichnungen anfertigen zu können.
Benötigt werden: TK - Stift und Mine 2 B, Zeichenkohle, Knetradiergummi, Zeichenblock DIN A 3.
Der Frühjahrskurs baut auf dem vergangenen Kurs auf. Die individuellen Neigungen der Teilnehmer werden gefördert. Hinzu kommen auf Wunsch Aquarell und Pastelltechnik.

2 7 3 H 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 02. November 2021 09.00 Uhr	**2 7 3 F Fortsetzung** 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 01.Februar 2022 09.00 Uhr

Zeichnen gleich Sehen lernen - Freies Zeichnen für Fortgeschrittene

Leitung: Jutta Dohrn

Grundübungen mit Bleistift, evtl. auch Feder und Kohle. Gegenständliches Zeichnen sowie freie Übungen mit dem Ziel, räumliches Empfinden zu entwickeln, die Grundlagen der Komposition zu erlernen und kleinere Zeichnungen anfertigen zu können.
Benötigt werden: TK - Stift und Mine 2 B, Zeichenkohle, Knetradiergummi, Zeichenblock DIN A 3.
Der Frühjahrskurs baut auf dem vergangenen Kurs auf. Die individuellen Neigungen der Teilnehmer werden gefördert. Hinzu kommen auf Wunsch Aquarell und Pastelltechnik.

2 7 4 H 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 02. November 2021 10.30 Uhr	**2 7 4 F Fortsetzung** 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 01. Februar 2022 10.30 Uhr

Skizzieren für Anfänger, angelehnt an Urban Sketching

NEU

Leitung: Ellen Buckmiller-Streit

Sie wollen mal kurz mit dem Stift das Erlebte vor Ort festhalten?
Sie haben Anderen schon beim Zeichnen zugesehen und wissen nicht, wie am besten anzufangen ist ?
Sie hatten in der Schule Freude am Zeichnen, und wollen jetzt nochmal einen Neustart wagen?
Dann fangen wir doch einfach ganz locker in der Gruppe damit an !
Strich für Strich fügt sich alles zu einer persönlichen Skizze zusammen.
Beim ersten Treffen skizzieren wir in der VHS. Danach gerne in der Stadt, am Hafen oder im Kurpark.

Bitte mitbringen:

1 x schwarzen Fineliner ab 0,4mm
1 x Bleistift 2B
1 x Skizzenblock- oder Buch in A4 oder A5
1 x Knetradierer

5 Termine im Herbst:
02.09., 09. 09., 16.09., 23.09. und 30.09.2021

5 Termine im Frühjahr:
28.04., 05.05., 12.05., 19.05. und 02.06.2022

2 7 5 H 5 x 2 Zeitstunden 44,- €	Donnerstag, 02. September 2021 10.00 - 12.00 Uhr	**2 7 5 F** 5 x 2 Zeitstunden 44,- €	Donnerstag, 28. April 2022 10.00 - 12.00 Uhr

In Eckernförde schneiderlein-eck@gmx.de

Das tapfere Schneiderlein

Ihr Fachgeschäft für Kurzwaren, Schnitte & Handarbeitsartikel

Nähen macht glücklich!

Nähen Sie Ihre ***Lieblingsstücke*** aus wunderschönen Baumwoll-, Jersey- oder Wollstoffen mit tollen Bändern und Knöpfen!

BIO-Stoffe aus Jersey

Westfalen-Stoffe

Ganzheitlicher ***Näh-Spass***

Näh‘ Dir Deinen ***Lieblings-Look*** mit neuen Stoffen und praktischen Schnitten!

ELNA-Nähmaschinen-Fachhändler
Sie erhalten von uns eine persönliche Beratung und eine Vorführung.

- Sockenwolle
- freundliche und kompetente Beratung
- Spielecke für unsere kleinen Gäste

Langebrückstr. 3
T. 04351 / 72 07 57
schneiderlein-eck@gmxde

Mo./Di./Do./Fr. 10-13 Uhr und 15-18 Uhr
Mi./Sa. 10-13 Uh

Wir sind auch bei Facebook!

Sein Talent beim Malen entdecken

Leitung: Ralf-Ulrich Wanderer

Entdecken Sie die Möglichkeiten der Aquarell-Malerei!
Wir skizzieren und aquarellieren mit diversen Aquarelltechniken und erforschen die Grundlagen der Perspektive. Sie lernen Ihr Talent kennen und kommen mit geringem Aufwand schnell zu eigenen Erfolgen.
Jedes Bild beginnt mit dem ersten Strich - fangen wir an!
Bitte bringen Sie zur ersten Stunde einen Skizzenblick, Bleistift 2 B und einen weichen Radiergummi mit. Material für farbiges Malen wird in der ersten Stunde besprochen.
Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

2 7 6 H 10 x 2 Zeitstunden 88,- €	Dienstag 31. August 2021 17.30 Uhr	**2 7 6 F** 10 x 2 Zeitstunden 88,- €	Dienstag 01. Februar 2022 17.30 Uhr

Wir bemalen weißes Porzellan Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Heike Boller

Thema: wir malen, was gefällt!
In diesem Kurs können Sie für sich und zum Verschenken jedes Stück weißes Porzellan zum Unikat werden lassen!

2 7 7 H 8 x 3 Zeitstunden 101,- €	Mittwoch 20. Oktober 2021 14.00 Uhr	**2 7 7 F** 8 x 3 Zeitstunden 101,- €	Mittwoch 09. Februar 2022 14.00 Uhr

Fritzke
Farben - Hobby - Basteln

- **Acrylmalerei** - Farben / Pigmente
- **Ölmalerei** - Keilrahmen / Malblöcke
- **Aquarellmalerei** - Papiere / Pinsel
- **Pastell-Kreiden** - Faber Castell / Schmincke
- **Stoffmalerei** - Baumwollartikel
- **Seidenmalerei** - Tücher / Farben
- **Porzellanmalerei** - Farben / Öle
- **Bastel-Papiere** - viele Sorten
- **Farben** innen + außen - 1 Million Farbtöne - sofort mischbar -

Farbenhaus Fritzke • Eckernförde
Kieler Straße 86 • Telefon 61 38

Nähen nach einfachen Schnitten für Deine Kinder und für Dich

Leitung: Sabine Kuster

Du nähst die erste Kinderkleidung und bist begeistert über Deine Fähigkeiten. Das macht Dich mutig, auch mal etwas für Dich selbst zu nähen. Unter Anleitung und nach einfachen Schnitten gelingt es Dir bestimmt.
Bitte Nähmaschine mitbringen.

2 9 1 H 10 x 2,5 Zeitstunden 95,- €	Donnerstag 09. September 2021 19.00 Uhr	**2 9 1 F** 10 x 2,5 Zeitstunden 95.- €	Donnerstag 17. Februar 2022 19.00 Uhr

Stand up Paddling (SUP)

NEU

Leitung: Tanja Miranda

Stand Up Paddeln (SUP) erfreut sich immer grösser werdender Beliebtheit und hat sich in den letzten Monaten zu einem perfekten Corona Sport entwickelt, da auch bei zwei Paddellängen auf dem Wasser sozialer Austausch möglich ist unter Gewährleistung des notwendigen Mindestabstandes.
Die Gesundsportart SUP mit entsprechender Kleidung ist inzwischen ganzjährig möglich und Dank der Aktivierung tiefster Muskelschichten/ Faszien ein absolutes Ganzkörper-Workout bzw. ein sehr guter Reha-Sport an der frischen Luft.
Die Teilnehmer bekommen die Grundsätze des Wassersports SUP vermittelt (10 Goldene Regeln des SUP /der GSUPA, dem Deutschen Stand Up Paddel Verband).
Am Ende der drei Kurseinheiten erhält jeder Teilnehmer die GSUPA-Lizenz (German Stand Up Paddling Association), die ihn berechtigt, an allen angegliederten SUP-Stationen SUP-Boards und Equipment auszuleihen.
Jeder Teilnehmer bringt entsprechende Wassersportbekleidung, ein Handtuch, eine Trinkflasche und warme Wechselkleidung mit. Boards können für den Kurs geliehen werden (Board (ermäßigt 10.00 € pro Termin, in der Kursgebühr enthalten), Paddel, Leash, Restube, Schwimmweste), weitere Bekleidung gegen zusätzliche Leihgebühr bei der Kursleitung).
Wer ein eigenes SUP Board besitzt, kann dieses gerne mitbringen.
Die Teilnehmerzahl ist auf sechs Personen begrenzt.
Voraussetzung sind sichere Schwimmkenntnisse (15 Minuten frei schwimmen) oder das Bronze-Schwimm-Abzeichen.

Termine im Herbst:
Kurs a) 24.08., 31.08. und 07.09.2021 um 18.00 Uhr
Kurs b) 14.09., 21.09. und 28.09.2021 um 18.00 Uhr

Termine im Frühjahr:
Kurs a) 10.05., 17.05. und 24.05.2022 um 18.00 Uhr
Kurs b) 14.06., 21.06. und 28.06.2022 um 18.00 Uhr

Bitte geben Sie bei der Buchung immer Kurs a) oder b) an !

3 0 5 H 3 x 1 Zeitstunde 50,- €	Dienstag, 24. August 2021 oder 14.September 2021	**3 0 5 F** 3 x 1 Zeitstunde 50,- €	Dienstag, 10. Mai 2022 oder 14. Juni 2022

Unsere Kursangebote

Erste Hilfe Kurse
Betriebliche Ersthelfer Aus- und Fortbildung
Erste Hilfe am Kind
Aus- und Fortbildung Defibrillation
Notfalltraining für Arztpraxen
Notfalltraining für Sportvereine

Jeden 1. und 3. Samstag Führerscheinkurse in Eckernförde !

Feedback unserer Kursteilnehmer – Oberklasse, Hammer cooler Kurs, einprägend und humorvoll, absolute Spitze, spannend, genial und perfekt, informativ, sehr empfehlenswert, Begeisterung, bester Kurs, krass gut, keine Tristesse oder Langeweile, einfach genial !

Notfalltrainingszentrum Schleswig-Holstein

Arsenalstr. 2-10
24768 Rendsburg

Reeperbahn 44
24340 Eckernförde

Königstr. 30
24837 Schleswig

Nikolaikirchhof 3
24937 Flensburg

Tel. 04331 – 45 900 45
Fax 04331 – 45 900 46
info@notfalltrainingszentrum.de
www.notfalltrainingszentrum.de

NTZ ®
NOTFALLTRAININGSZENTRUM-SH

Ab sofort enthalten unsere Kontomodelle MEINKonto PREMIUM, CAMPUS PLUS sowie AZUBI PLUS 225 Freiminuten mtl. für die SprottenFlotte, das Bike-Sharing-system der KielRegion*.

MEINKonto

SprottenFlotte
BIKESHARING KIELREGION

*Registrierung erforderlich

Förde Sparkasse

Yoga

NEU

Leitung: Dagmar Klockemann

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg aus dem indischen Kulturraum. Yoga kann in jedem Alter praktiziert werden und umfasst gleichermaßen Körper, Geist und Seele.

Mit Hilfe der Bewegungsfolgen und Atemtechniken wird die Muskulatur trainiert, die Beweglichkeit gefördert und das Körperbewusstsein geschult.
Darüber hinaus kann Yoga die Konzentrationsfähigkeit, Ruhe und Ausgeglichenheit fördern.

Bitte bequeme Sportbekleidung und bei Bedarf eine Trinkflasche mitbringen.

Der Kurs findet im Gymnastikraum (1. Stock) der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt. - Eingang siehe Foto bei Kursen Orientalischer Tanz.

3 1 1 H 8 x 75 Minuten 49,- €	Donnerstag 16. September 2021 17.00 Uhr	**3 1 1 F** 8 x 75 Minuten 49,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 17.00 Uhr
3 1 2 H 8 x 75 Minuten 49,- €	Donnerstag 16. September 2021 18.30 Uhr	**3 1 2 F** 8 x 75 Minuten 49,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 18.30 Uhr

Pilates und Faszientraining

NEU

Leitung: Juliane Klocke

Pilates ist ein ganzheitliches, sanftes Ganzkörpertraining, bei dem Atmung und Bewegung in Einklang gebracht werden. Die zentrale Stabilisation des Rumpfes über die tiefen Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskeln steht im Vordergrund. Wir fördern durch harmonische und fließende Bewegungsabläufe unsere Beweglichkeit und der Körper wird wieder ins Gleichgewicht gebracht. Innerhalb kürzester Zeit ändern sich Haltung und Ausstrahlung, sowie Muskelausdauer und Körperbewusstsein im positiven Sinne. Pilates ist Fitness für Körper, Geist und Seele.

Bitte bequeme Sportbekleidung und eine Trinkflasche mitbringen.

Der Kurs findet im Gymnastikraum der Pestalozzi-Schule statt.

3 2 5 H 10 x 75 Minuten 61,- €	Montag 06. September 2021 16.30 Uhr	**3 2 5 F** 10 x 75 Minuten 61,- €	Montag 17. Januar 2022 16.30 Uhr

Der Kurs findet in der Turnhalle der Willers-Jessen-Schule statt.

3 2 6 H 10 x 75 Minuten 61,- €	Dienstag 07. September 2021 17.15 Uhr	**3 2 6 F** 10 x 75 Minuten 61,- €	Dienstag 18.Januar 2022 17.15 Uhr

Atemarbeit auf der Grundlage des „Erfahrbaren Atem“

Leitung: Claudia Maradof

Prof. Ilse Middendorf, die die Arbeit des „Erfahrbaren Atem“ entwickelte, sagte: „Wir lassen unseren Atem kommen, wir lassen ihn gehen und warten, bis er von selbst wiederkommt“. Mit Wohlspannung und bewusst erlebten Atembewegungen die Woche hinter sich lassen und sich neugierig einlassen auf das, was in diesem Moment ist. Neue Kraft spüren. Dazu lade ich Sie in diesem Kurs ein.
Erfahren Sie, wie Ihr Atem Sie körperlich und geistig bewegt. Unser Atem wirkt auf den gesamten Organismus. Im Wechselspiel von Tun- und Lassen -Kräften erleben Sie, wie ein freier, natürlicher Atemrhythmus zu Gleichgewicht und Gesundheit beitragen kann. Mit einfachen Bewegungsabläufen und der Arbeit mit Dehnungen, Druckpunkten und Tönen entwickeln wir Empfindungsfähigkeit für unsere Atembewegung und erreichen größere Durchlässigkeit in unserem gesamten Körper. Der zugelassene Atem kann zu einer Quelle für Freude, Selbstvertrauen und körperliche Stabilität werden. Einfache Übungen lassen sich in den Alltag integrieren und uns mehr Gelassenheit finden.

Für Anfänger und Fortgeschrittene / Erwachsene jeden Alters.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Termine Freitags Herbst 2021:

17.September 2021, 01. Oktober 2021, 22. Oktober 2021, 12. November 2021 und 03. Dezember 2021

Termine Freitags Frühjahr 2022:
21. Januar 2022, 18. Februar 2022, 18. März 2022, 22. April 2022 und 20.Mai 2022

3 1 4 H 5 x 75 Minuten 36,- €	Freitag, 17. September 2021 18.15 - 19.30 Uhr	**3 1 4 F** 5 x 75 Minuten 36,- €	Freitag, 21. Januar 2022 18.15 - 19.30 Uhr

Atemarbeit auf der Grundlage des „Erfahrbaren Atem“ Format : Videokonferenz via Internet

Leitung: Claudia Maradof

Prof. Ilse Middendorf, die die Arbeit des „Erfahrbaren Atem“ entwickelte, sagte: „Wir lassen unseren Atem kommen, wir lassen ihn gehen und warten, bis er von selbst wiederkommt“. Mit Wohlspannung und bewusst erlebten Atembewegungen die Woche hinter sich lassen und sich neugierig einlassen auf das, was in diesem Moment ist. Neue Kraft spüren. Dazu lade ich Sie in diesem Kurs ein.
Erfahren Sie, wie Ihr Atem Sie körperlich und geistig bewegt. Unser Atem wirkt auf den gesamten Organismus. Im Wechselspiel von Tun- und Lassen -Kräften erleben Sie, wie ein freier, natürlicher Atemrhythmus zu Gleichgewicht und Gesundheit beitragen kann. Mit einfachen Bewegungsabläufen und der Arbeit mit Dehnungen, Druckpunkten und Tönen entwickeln wir Empfindungsfähigkeit für unsere Atembewegung und erreichen größere Durchlässigkeit in unserem gesamten Körper. Der zugelassene Atem kann zu einer Quelle für Freude, Selbstvertrauen und körperliche Stabilität werden. Einfache Übungen lassen sich in den Alltag integrieren und uns mehr Gelassenheit finden.

Für Anfänger und Fortgeschrittene / Erwachsene jeden Alters.

Dieser Kurs findet mittels Videokonferenz statt.
Sie nehmen bequem von zu Hause oder jeweils einem Ort Ihrer Wahl teil.

Voraussetzung ist
- ein Smartphone, Tablet oder Laptop/Computer mit Kamera
- eine gute Internetverbindung
- ein Hocker oder Stuhl mit flacher Sitzfläche

Maximale Teilnehmerzahl 12 Personen

Dieser Kurs kann einzeln oder zusätzlich zu Kurs 314 gebucht werden.

3 1 5 H 11 x 1 Zeitstunde 43,- €	Mittwoch 15. September 2021 19.00 - 20.00 Uhr	**3 1 5 F** 16 x 1 Zeitstunde 62,- €	Mittwoch 19.Januar 2022 19.00 - 20.00 Uhr

Tai Chi / Qi Gong für Anfänger

Leitung: Jürgen Brammer

Tai Chi und Qi Gong geht in seiner Art weit über gewöhnliche Fitnessprogramme hinaus, da an die Stelle von Muskelkraft innere Energie gesetzt wird.
Tai Chi / Qi Gong dient der Kultivierung des Lebens, der Gesundheit und der ganzheitlichen Entwicklung von Körper und Geist. Es wirkt meditativ, körperkräftigend und fördert die Entfaltung der inneren Energie, da es sich die Philosophie von Ying und Yang zunutze macht. Die Bewegungen sind sanft und fließend voller Ausdruck und Schönheit, dadurch können Verspannungen gelöst und die innere Ruhe gefördert werden.
Tai Chi / Qi Gong ist von Jung und Alt, Mann und Frau gleichermaßen erfolgreich auszuüben..

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Der Kurs findet im Gymnastikraum der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.
Eingang siehe Foto bei Kursen Orientalischer Tanz.

3 1 7 H 8 x 45 Minuten 29,- €	Mittwoch 08. September 2021 15.15 Uhr	**3 1 7 F** 8 x 45 Minuten 29,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 15.15 Uhr

Qi Gong / Tai Chi für Fortgeschrittene

Leitung: Jürgen Brammer

Tai Chi und Qi Gong geht in seiner Art weit über gewöhnliche Fitnessprogramme hinaus, da an die Stelle von Muskelkraft innere Energie gesetzt wird.
Tai Chi / Qi Gong dient der Kultivierung des Lebens, der Gesundheit und der ganzzeitlichen Entwicklung von Körper und Geist. Es wirkt meditativ, körperkräftigend und fördert die Entfaltung der inneren Energie, da es sich die Philosophie von Ying und Yang zunutze macht. Die Bewegungen sind sanft und fließend voller Ausdruck und Schönheit, dadurch können Verspannungen gelöst und die innere Ruhe gefördert werden.
Tai Chi / Qi Gong ist von Jung und Alt, Mann und Frau gleichermaßen erfolgreich auszuüben..

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Der Kurs findet im Gymnastikraum der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.
Eingang siehe Foto bei Kursen Orientalischer Tanz.

3 1 8 H 8 x 45 Minuten 29,- €	Mittwoch 08. September 2021 16.00 Uhr	**3 1 8 F** 8 x 45 Minuten 29 ,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 16.00 Uhr

Klangmeditation - vom Klang zur Stille - geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene-

Leitung: Christa Mentzel

Die Klangschalenmeditation ist eine Meditationsmethode, die sich immer größerer Beliebtheit erfreut, da die heilende Wirkung der Klänge und Schwingungen von Klangschalen immer mehr erforscht und eingesetzt wird.
Durch Klang zur Tiefenentspannung.
Im Vertrauen zum Klang genießen wir die Schwingungen im Körper. Der Atem wird ruhiger und tiefer, und wir erreichen leicht den so genannten Alpha-Zustand. Die lang anhaltenden Klänge berühren unsere Seele. Die sanften Schwingungen aktivieren unsere Selbstheilungskräfte. Die Klangmeditation dient dem Stressabbau, der Tiefenentspannung, dem Lösen von Blockaden und ist einfach eine Wohltat für Körper und Seele.
Es werden eingesetzt: Diverse Klangschalen, Kalimba, Koshi, Regenrohr.
Die Teilnehmer liegen bequem auf dem Boden.

Ich führe Sie gerne in das Vergnügen der Meditation.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga-Matte, warme Socken, Decke, evtl. kl. Kissen.

3 1 9 H 10 x 1 Zeitstunde 49,- €	Montag 06. September 2021 19.00 Uhr	**3 1 9 F** 10 x 1 Zeitstunde 49.- €	Montag 07. Februar 2022 19.00 Uhr

Fitness-Gymnastik

Leitung: Karin Gellert

Diese Stunden beinhalten ein ausgewogenes Training für den ganzen Körper. Schwerpunkte bilden neben dem Herz – Kreislauftraining die Kräftigung und Dehnung aller Muskelgruppen mit dem Ziel, die Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination zu schulen.

Der Kurs findet in der Turnhalle der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.
Eingang siehe Foto bei Kursen Orientalischer Tanz.

3 2 1 H 10 x 1 Zeitstunde 49,- €	Montag 13. September 2021 17.30 Uhr	**3 2 1 F** 18 x 1 Zeitstunde 88,- €	Montag 24. Januar 2022 17.30 Uhr

Rückenfit „Aufrecht in den Feierabend“

Leitung: Silvia Stecher

Rückengerechtes Alltagsverhalten, Mobilisation, Stabilisation, Kräftigung und Ausdauer sollen die Inhalte dieser Einheiten sein. Verbesserung der eigenen Körperwahrnehmung und Entspannungsfähigkeit zur Steigerung des Wohlbefindens, der Belastbarkeit und Lebensfreude sind weitere Ziele.
Der Kurs findet in der Volkshochschule, Raum 1, statt.

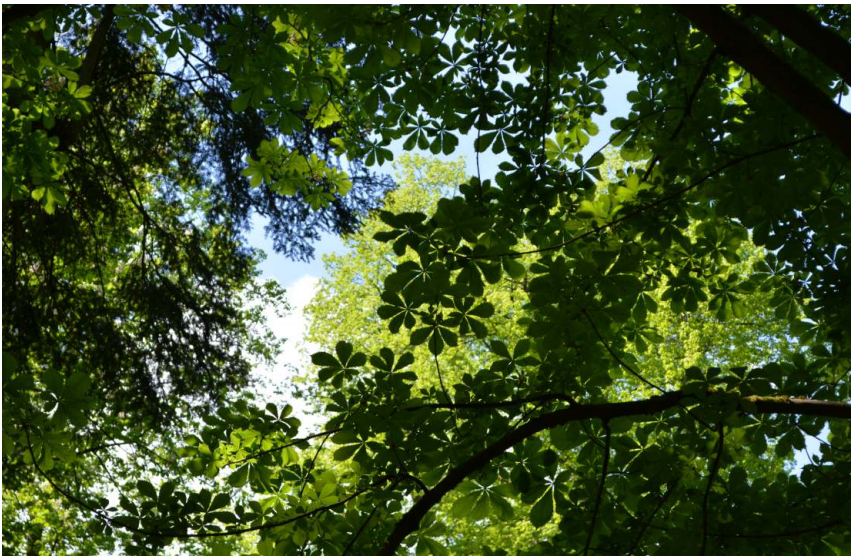
3 2 2 H 6 x 1,5 Zeitstunden 44,- €	Donnerstag 21. Oktober 2021 16.00 Uhr	**3 2 2 F** 6 x 1,5 Zeitstunden 44,- €	Donnerstag 13. Januar 2022 16.00 Uhr

Vom Atem zur Bewegung - sanfte Übungen zur Entspannung der gesamten Muskulatur

Leitung: Erika Rogge-Reichelt

Was uns trägt sind Wirbelsäule, Becken, Schultern. Deren Gelenke und Muskeln stehen im Mittelpunkt unserer Bewegungen im Liegen. Geeignet für Jung und Alt.
Achtsamkeit und Beobachtung des Atems führen zur Bewusstheit, Freude an Bewegungen und Abschalten von Stress und Leistungsdenken durch meditative Bewegungen.
Der Kurs findet im Gymnastikraum der Pestalozzi - Schule, Reeperbahn, statt.
Eingang siehe Foto bei Kursen Orientalischer Tanz.

3 2 3 H 10 x 1 Zeitstunde 49,- €	Montag 13. September 2021 16.00 Uhr	**3 2 3 F** 10 x 1 Zeitstunde 49,- €	Montag 07. Februar 2022 16.00 Uhr



Heilkräuterwanderung

Leitung: Charlotte Bronst

Unkraut? Unerwünschtes Wildkraut? Oder doch eine Heilpflanze? Was macht den Unterschied? Diese und noch mehr Fragen beantwortet die Heilpraktikerin und Phytotherapeutin Charlotte Bronst auf einer Heilkräuterwanderung entlang des Windebyer Noors.
Sie lernen Pflanzen kennen, an welchen Sie bis jetzt vielleicht einfach vorbei gelaufen sind oder welche Sie als Unkraut in Ihrem Garten angesehen haben. Welche Möglichkeiten die Naturheilkunde mit Pflanzen bietet, welche Pflanzen bzw. Pflanzenteile wie angewandt werden, erklärt Ihnen Frau Bronst auf dieser 1,5 stündigen Wanderung. Wer möchte, kann gerne kleine Papiertüten zum Sammeln mitbringen.
Treffpunkt ist der Parkplatz an der Carlshöhe um 15.00Uhr. Maximal 15 Teilnehmer

3 3 2 H 1,5 Zeitstunden 8,- €	Samstag, 04. September 2021 15.00 - 16.30 Uhr	**3 3 2 F** 1,5 Zeitstunden 8,- €	Samstag, 21. Mai 2022 15.00 - 16.30 Uhr

Heilkräfte der Natur in der Erkältungszeit

NEU

Leitung: Charlotte Bronst

Husten, Schnupfen, Heiserkeit- wer kennt sie nicht in der trüben und kalten Jahreszeit die jetzt auf uns alle zukommt?
Kann man sich da nicht auch mit Heilpflanzen etwas Gutes tun? Auf jeden Fall - sagt die Heilpraktikerin und Phytotherapeutin Charlotte Bronst. Welche Möglichkeiten es gibt wird sie auf einem 2-stündigen Seminar in der Küche der VHS zeigen und erklären. Ob vorbeugend um das Immunsystem zu stärken oder wenn es einen schon „erwischt“ hat. Die Natur hat viele Pflanzen hervorgebracht welche in der Erkältungszeit helfen können. Welche das sind und wie sie angewendet werden, können Sie bei diesem Seminar erfahren und bekommen Tipps zur Anwendung. So sind Sie und Ihre Familien für die Erkältungszeit besser gewappnet. Die Materialkosten von 6,00 € sind im Seminarpreis enthalten.

3 3 3 H 2 Zeitstunden 16,- €	Samstag, 06. November 2021 15.00 Uhr	

Ätherische Öle

NEU

Leitung: Charlotte Bronst

Was unterscheidet ein ätherisches Öl von einem synthetischen oder einem naturidentischen Öl? Wie werden ätherische Öle hergestellt? Wozu kann man ätherische Öle einsetzen? Nur als Duftstoff oder gibt es noch andere Möglichkeiten? In diesem Seminar lernen Sie viele verschiedene ätherische Öle kennen. Sie lernen was man beim Mischen der verschiedenen Öle beachten sollte. Wir stellen in diesem 2stündigem Seminar Badesalze, Massageöle und Mischungen für Duftlampen mit ätherischen Ölen selbst her. Ob für den Eigenbedarf oder zum Verschenken an Weihnachten- es gibt viele Möglichkeiten.
Die Kosten von 10,- € für die Zutaten sind im Seminarpreis enthalten.

3 3 4 H 2 Zeitstunden 20,- €	Samstag 04. Dezember 2021 15.00 Uhr	

Pilzlehrwanderung Frühherbst

NEU

Leitung: Detlev Heuer

Bei dieser Pilzlehrwanderung wollen wir die wertvollsten Speisepilze und ihre Doppelgänger des Frühherbstes in einem Nadelwald unserer Region kennenlernen. Themen sind auch Bundesartenschutz, Waldrecht und Pilzvergiftungen.
Treffpunkt ist an einem regionalen Wald. Dieses Exkursionsgebiet wird bei der Anmeldung bekanntgegeben. Nach der ca. zweistündigen Lehrwanderung erfolgt die Besprechung der Funde am Parkplatz. Gesamtdauer: ungefähr vier Stunden.
Bringen Sie bitte wettergerechte Kleidung mit. Denken Sie auch an den Mücken- und Zeckenschutz. Halten Sie bitte die aktuellen Corona Regeln ein.
Für das Sammeln selbst benötigt jeder einen größeren luftigen Korb und kleinere Behälter für die zerbrechlichen Pilze, ein Messer oder einen stabilen Teelöffel. Auch eine Lupe ist nicht verkehrt. Wegen der Verderblichkeit von Pilzen sind Plastiktüten nicht erlaubt! Das Verlassen der Exkursion ohne Korbkontrolle erfolgt auf eigene Verantwortung!
Jeder bringt bitte seine eigene Verpflegung mit.
Leiter: Detlev Heuer, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e.V. und der Kieler Pilzfreunde e.V. Maximale Teilnehmerzahl: 12

3 5 0 H 3 - 4 Zeitstunden 20,- €	Samstag 25. September 2021 10.00 - 14.00 Uhr	

Pilzlehrwanderung Spätherbst

NEU

Leitung: Detlev Heuer

Bei dieser Pilzlehrwanderung wollen wir die wertvollsten Speisepilze und ihre Doppelgänger des Spätherbst in einem Mischwald unserer Region kennenlernen. Themen sind auch Bundesartenschutz, Waldrecht und Pilzvergiftungen.
Treffpunkt ist an einem nahegelegenen Wald Eckernfördes. Dieses Exkursionsgebiet wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.
Nach der ca. zweistündigen Lehrwanderung erfolgt die Besprechung der Funde am Parkplatz. Gesamtdauer: ungefähr vier Stunden.
Bringen Sie bitte wettergerechte Kleidung mit. Denken Sie auch an den Mücken- und Zeckenschutz. Halten Sie bitte die aktuellen Corona-Regeln ein.
Für das Sammeln selbst benötigt jeder einen größeren luftigen Korb und kleinere Behälter für die zerbrechlichen Pilze, ein Messer oder einen stabilen Teelöffel. Auch eine Lupe ist nicht verkehrt. Wegen der Verderblichkeit von Pilzen sind Plastiktüten nicht erlaubt! Das Verlassen der Exkursion ohne Korbkontrolle erfolgt auf eigene Verantwortung!
Jeder bringt bitte seine eigene Verpflegung mit.
Leiter: Detlev Heuer, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e.V. und der Kieler Pilzfreunde e.V. Maximale Teilnehmerzahl: 12

3 5 1 H 3-4 Zeitstunden 20,- €	Mittwoch 20. Oktober 2021 10.00 - 14. 00 Uhr	

„Afrikanischer Zauber“

Leitung: Ramata-Bella Diallo-Sauerland

Exotische Kochkünste aus der Provinz Fouta Djallon im West-Afrikanischen Guinea. Lernen Sie neue Kochrezepte mit Zutaten aus der afrikanischen Küche kennen.
Bringen Sie bitte ein Behältnis mit, falls mehr gekocht als gegessen wird.
Die Kosten für Lebensmittel rechnen Sie direkt mit der Kursleitung ab.
Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

3 5 2 F 1 x 3 Zeitstunden 18,- €	Samstag 26. Februar 2022 17.00 - 20.00 Uhr

Aladdins vegane Leckerbissen – orientalische Küche rein pflanzlich

Leitung: Britta Wasem

Die Küche des Morgenlandes lockt mit exotischen Gewürzen, ausgefallenen Zutaten und obligatorischer Leichtigkeit. Wir zeigen Ihnen in unserem veganen Kochkurs, wie auch Sie zu Hause die traditionellen Gerichte mit den charakteristischen Aromen im Handumdrehen auf den Tisch zaubern können. Dank hilfreicher Tipps müssen Sie ab sofort vor ausgefallenen Zutaten nicht mehr zurückschrecken. Wer hätte gedacht, dass Kochen mit Kardamom, Cumin und Couscous so einfach sein kann? Lassen Sie sich an diesem Abend die Zubereitung für Traditionsgerichte wie Hummus, Baba Ganoush, Tabouleh und Falafel zeigen und erklären. Sie werden von der Vielfältigkeit der vegan-orientalischen Küche begeistert sein.
Bitte mitbringen: zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, Behälter für Kostproben, Getränke.
Lebensmittelkosten 16,-€. Die Lebensmittelumlage ist nicht in der Kursgebühr enthalten und wird mit der Dozentin abgerechnet.
Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

3 5 4 F 3,5 Zeitstunden 21,- €	Freitag 18. März 2022 18.00 - 21.30 Uhr

Vegan to go- Snacks für die Mittagspause und unterwegs

Leitung: Britta Wasem

Unterwegs an gesunde und leckere vegane Speisen zu kommen, das ist manchmal gar nicht so leicht. Wer immer eine Ration Obst, Trockenfrüchte oder Nüsse dabei hat, kann so den kleinen Hunger zwischendurch stillen. Doch manchmal darf und soll es auch etwas mehr sein. Wir stellen deshalb leckere vegane Snacks vor, die in eine Schüssel passen, alle wichtigen Nährstoffe enthalten und natürlich auch noch phänomenal schmecken.Ob für die Mittagspause, das Pausenbrot oder als Snack für zwischendurch - an diesem Abend ist für jeden etwas dabei.
Bitte mitbringen: zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, Behälter für Kostproben, Getränk.

Lebensmittelkosten 16,-€. Die Lebensmittelumlage ist nicht in der Kursgebühr enthalten und wird mit der Dozentin abgerechnet.

Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

	3 5 5 F 3,5 Zeitstunden 21,- €	Freitag 10. Juni 2022 18.00 - 21.30 Uhr

Verborgene Schätze

Leitung: Jörg Sieh-Petersen

Rote Beete, Steckrübe, Pastinake, Kartoffeln und andere Gemüsesorten entfalten Ihre Vielfalt im Verborgenen. Sie sind Energiespender und Vitaminlieferant in einem.
Egal ob als Suppe, im Ofen gebacken oder in der Pfanne gebraten. Die Rote Beete mit Ihrer erdigen Note, die süßliche Petersilienwurzel und die nussige Pastinake bescheren uns aromatische Geschmackserlebnisse.
Pastinaken-Apfel-Suppe, Rote Beete Rösti, Spaghetti mit Petersilien-Carbonara oder auch Topinambur-Gratin sind hier nur einige Vorschläge für den Kochabend, der neugierig macht.
Bitte mitbringen:
Zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben.
Die Lebensmittelumlage ist in der Kursgebühr enthalten.

Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

	3 5 7 F 3 Zeitstunden 28,- €	Donnerstag 03. März 2022 18.30 - 21.30 Uhr

Frühlingserwachen- so schmeckt der Frühling

Leitung: Jörg Sieh-Petersen

Frühlings-Quiche, Gemüsetaigiatelle, Schlemmerfilet(Fisch) mit Kräuterkruste - jetzt steht uns der Sinn nach frischem Gemüse und leichten Gerichten.
Bitte mitbringen:
Zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben.
Die Lebensmittelumlage ist in der Kursgebühr enthalten!

Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

	3 5 8 F 3 Zeitstunden 28,- €	Donnerstag 17. März 2022 18.30 - 21.30 Uhr

Ausflug in die Küche Asiens

Leitung: Jörg Sieh -Petersen

Ausflug in die Küche Asiens.
Tom Kha Gai Suppe, Frühlingsrolle, Thailändisches Hühnchen, viel knackiges Gemüse, Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Erleben Sie die kulinarische Vielfalt Asiens und verändern Sie ihre Alltagsküche durch ein paar fremde Zutaten.
Ein Kurs für jung und alt, Mann und Frau.
Bitte mitbringen:
Zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, einen Behälter für Kostproben und - falls vorhanden - einen Wok.
Die Lebensmittelumlage ist in der Kursgebühr enthalten.

Wegen Planung und Einkauf muss die Kursgebühr 14 Tage vor Beginn auf dem Konto sein, ansonsten können wir die Anmeldung leider nicht akzeptieren.

	3 5 9 F 3 Zeitstunden 28,- €	Donnerstag, 17. Februar 2022 18.30 - 21.30

Dänisch für Anfänger

Leitung: Kirsten Barba

Lehrbuch: wird im Kurs abgesprochen
„ En ristet med det hele...“. Nach diesem Kurs können Sie nicht nur erfolgreich einen Hotdog am „Pølsevogn“ bestellen, sondern sich vorstellen, nach dem Weg fragen, einkaufen und Sie beherrschen die Aussprache sowie Grundlagen der Grammatik. Landeskunde und Alltagskultur runden den Kurs ab.

4 3 2 H 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 14. September 2021 17.30 Uhr	**4 3 2 F Forts.** 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 25. Januar 2022 17.30 Uhr

Englisch Anfänger ohne / geringe Vorkenntnisse

Leitung: Jutta Heilmann

Lehrbuch: Englisch, Pons ISBN 978-3-12-562854-0
Dieser Kurs ist für Anfänger ohne und mit geringen Vorkenntnissen geeignet.
Sie lernen sich in Standardsituationen zu verständigen.

4 6 1 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch, 01.September 2021 17.00 Uhr	**4 6 1 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 17.00 Uhr
4 6 5 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 07.September 2021 18.00 Uhr	**4 6 5 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 01. Februar 2022 18.00 Uhr

English Intermediate (mit Vorkenntnissen)

Leitung: Monika Meier

Wir wollen üben, einfache englische Gespräche in verschiedensten Alltagssituationen zu führen. Es ist auch geplant, gemeinsam kurze Texte wie Zeitungsartikel und Kurzgeschichten zu lesen. Jeder Teilnehmer ist sehr herzlich willkommen.

4 6 2 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 07. September 2021 17.00 Uhr	**4 6 2 F Forts.** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 01. Februar 2022 17.00 Uhr

Englisch Mittelstufe (B1/B2)

NEU

Leitung: Andrew Jones

In this English course we will focus on conversational skills. Take a journey around the World as we discuss topics such as travel, society and culture. We will also review basic grammar rules to improve your language knowledge.

4 6 3 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 07.September 2021 16.15 Uhr	**4 6 3 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 01. Februar 2022 16.15 Uhr

English Conversation

Leitung: Monika Meier

You are more than welcome to join in. We have lively discussions about varying topics in a friendly and relaxed atmosphere. Depending on participants wishes, we will also read and discuss some short texts.

4 6 4 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 07. September 2021 18.30 Uhr	**4 6 4 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Dienstag 01. Februar 2022 18.30 Uhr

Bon voyage!
Wochenendkurs Französisch

Leitung: Sabine Möller

Die Reise ist geplant - nun noch die wichtigsten sprachlichen Grundlagen aneignen. Häufig wiederkehrende Strukturen und Redewendungen werden trainiert um sich auch sprachlich in den typischen "touristischen" Situationen wohl zu fühlen. Ohne zu viel Grammatik und Theorie.
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Lehrmaterial wird im Unterricht ausgehändigt. Es entstehen Kosten für Kopien.

4 8 1 H 2 x 3 Zeitstunden 26,- €	Samstag/Sonntag 13./14.November 2021 12.00 - 15.15 Uhr	**4 8 1 F** 2 x 3 Zeitstunden 26,- €	Samstag/ Sonntag 19./20.März 2022 12.00 - 15.15 Uhr

Französisch Grundstufe A2.1/ A2.2

Leitung: Sabine Möller

Ein Kurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen der Stufe A1, aus Schule oder VHS, die Sie hier auffrischen oder erweitern können. Kommunikation für unterschiedliche Situationen in Frankreich, sowie Wortschatz und Grammatik werden geübt.
Lehrbuch: Perspectives Allez-Y! A2, Cornelsen, ISBN 978-3-06-520184-1, ab Lektion 1
Fortsetzung: Französisch Grundstufe A2.2 ab Lektion 4

4 8 2 H (A2.1) 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 01. September 2021 19.45 Uhr	**4 8 2 F (A2.2) Forts.** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 19.45 Uhr

Französisch am Vormittag (B1)

Leitung: Sabine Möller

Sie planen vielleicht Ihren nächsten Frankreich-Urlaub und wollen sprachlich noch besser gerüstet sein?
Ein Lehrbuch mit spannenden Texten bietet Möglichkeiten zum Austausch und Üben von Wortschatz und Grammatik. Zusätzlich wählen wir eine Lektüre oder bearbeiten aktuelle Artikel um unsere französischen Nachbarn näher kennenzulernen.
Lehrbuch : Entre Nous 3, Klett- Verlag, ISBN 973-3-12-530275-4, ab Lektion2
Fortsetzung ab Lektion 4

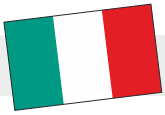
4 8 3 H (B1) 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Donnerstag 02. September 2021 10.00 Uhr	**4 8 3 F Forts.** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 10.00 Uhr

Französisch Mittelstufe (B1)

Leitung: Sabine Möller

Französischkenntnisse auffrischen und erweitern um in Frankreich noch besser zurechtzukommen. Zusätzlich zur Lehrbucharbeit wählen wir eine angemessene Lektüre und tauschen uns zu aktuellen Themen aus.
Lehrbuch: Entre Nous 3, Klett - Verlag, ISBN 973-3-12-530275-4, ab Lektion 4
Fortsetzung ab Lektion 6

4 8 4 H (B1) 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 01. September 2021 18.00 Uhr	**4 8 4 F Forts.** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 18.00 Uhr



Italienisch Anfänger

Leitung: Kirsten Barba

„Komm ein bisschen mit nach Italien" ist ein vergnüglicher Italienischkurs für Italien-Verliebte und für alle, die es vorhaben. Wir werden authentische Sprachanlässe, Redewendungen, Landeskunde und mehr bei italienischer Musik und einer Prise Grammatik in lockerer Atmosphäre einüben!

4 9 1 H 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 14. September 2021 09.30 Uhr	**4 9 1 F Forts.** 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Dienstag 25. Januar 2022 09.30 Uhr

Wir sind Eckernfördes Italiener.

Al Porto

Ristorante Pizzería
Catering-Service

Frau-Clara-Straße 15

ATavola

Bistro • Café • Enoteca

Kieler Straße 78

Grande Mercato

ANDRONACO

dal 1983

DIRK LETTMANN

Eckernfördes Supermarkt für italienische Lebensmittel & Weine

Grande Mercato

Italienischer Supermarkt & Bistro
Schulweg 7

Direkta

Norwegisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Leitung: Cornelia Honold

Lehrbuch: Wird in der ersten Stunde abgesprochen.
Die Kursstunden werden frei gehalten und individuell vorbereitet. Entsprechend können Themenwünsche geäußert werden. Es wird auf das unterschiedliche Niveau der Kursteilnehmer eingegangen. Norwegische Natur und Kultur früher und heute klingen im Unterricht an.
Hjertelig velkommen!

4 15 1 H ohne/ger.Vor 12 x 1 Zeitstunde 53,- €	Dienstag 19. Oktober 2021 18.00 Uhr	**4 15 1 F Fortsetzung** 12 x 1 Zeitstunde 53,- €	Dienstag 08. Februar 2022 18.00 Uhr

Norwegisch für Fortgeschrittene

Leitung: Cornelia Honold

Lehrbuch: wird in der ersten Stunde bekannt gegeben.
Die Kursstunden werden frei gehalten und individuell vorbereitet. Entsprechend können Themenwünsche geäußert werden. Es wird auf das unterschiedliche Niveau der Kursteilnehmer eingegangen. Norwegische Natur und Kultur früher und heute klingen im Unterricht an.
Hjertelig velkommen!

4 15 2 H Fortgeschr. 12 x 1 Zeitstunde 53,- €	Dienstag 19. Oktober 2021 16.30 Uhr	**4 15 2 F Fortsetzung.** 12 x 1 Zeitstunde 53,- €	Dienstag 08. Februar 2022 16.30 Uhr

Spanisch für Anfänger ohne/geringe Vorkenntnisse

Leitung: Kirsten Voß

Die spanische Sprache wird weltweit in vielen Ländern gesprochen. Als Urlaubsland ist Spanien für uns sehr beliebt. Aus diesen und verschiedenen anderen Gründen lohnt es sich und bringt Spaß die spanische Sprache zu lernen. In diesem Anfängerkurs lernen Sie die Grundlagen im Sprechen und Schreiben.

4 22 1 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 01. September 2021 17.30 - 19.00 Uhr	**4 22 1 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 17.30 - 19.00 Uhr

Spanisch Mittelstufe

Leitung: Kirsten Voß

Sie haben bereits grundlegende Kenntnisse der spanischen Sprache oder Sie haben den Grundlagen-Kurs besucht und wollen Ihre Kenntnisse erweitern.

4 22 2 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 01. September 2021 19.00 - 20.30 Uhr	**4 22 2 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Mittwoch 02. Februar 2022 19.00 - 20.30 Uhr

Spanisch Konversation

NEU

Leitung: Dr. Monika Guttack

Sie haben gute Grundkenntnisse in der spanischen Sprache und möchten die Sprache weiter vertiefen? Wenn Sie außerdem mehr über die spanische Kultur und Lebensphilosophie erfahren möchten, dann sind Sie hier genau richtig. In lockerer Atmosphäre werden wir uns auf Spanisch unterhalten. Dabei ist spontanes Improvisieren wichtiger als grammatische Regeln. Lernen Sie mit einfachen Mitteln viel zu sagen. Zum Beispiel: Los temas y el vocabulario de este curso son prácticos, actuales e interesantes. Wir können anhand aktueller Materialien aus der spanischsprachigen Welt über Land und Leute, Kunst und Kultur, Tapas und Traditionen, aber auch über Wirtschaft oder Politik sprechen. Literarische Texte oder eine kleine Lektüre runden das Angebot ab. Das Niveau und die Inhalte werden Ihren Wünschen individuell angepasst. ¡Hasta pronto!

4 22 3 H 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Donnerstag 02. September 2021 18.30 - 20.00 Uhr	**4 22 3 F** 12 x 1,5 Zeitstunden 79,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 18.30 - 20.00 Uhr

Plattdüütsch för Anfangers

Leitung: Heiko Gauert

Lehrbuch: Wird in der ersten Stunde besprochen.
Für alle, die unsere alte norddeutsche Heimatsprache zwar verstehen, aber nicht sprechen können oder sich nicht trauen, aber auch für Zugereiste, die zumindest etwas von dem verstehen wollen, was hier unter wirklichen Einheimischen noch vielfach gesprochen wird. Darüber hinaus macht der Kurs möglich, dass Sie Ihren Kunden, Patienten, usw. wenigstens mit ein paar plattdeutschen Sätzen entgegenkommen können. Mit Übungen, Spielen, Sprechversuchen und ganz viel Spaß.

4 27 2 H ohne Vork. 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Donnerstag 09. September 2021 18.30 Uhr	**4 27 2 F ger. Vork.** 10 x 1,5 Zeitstunden 66,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 18.30 Uhr

Raus aus dem Alltag, wir bieten Ihnen ein vielfältiges Programm an Themen – und Kursreisen, ob Sprach-, Mal-, Wander-, Koch-, Foto- oder Yogareisen, wir finden Ihre Wunschreise. Gerne kümmern wir uns um alles – von der kompetenten und unabhängigen Reiseberatung über DERPART Reise-Experten Tipps und ganz persönlichen Service, den wir Ihnen als inhabergeführtes Reisebüro und Mitglied der DER Touristik bieten können. Also, auf die Koffer, fertig los. Wir freuen uns auf Sie!

Mit **über 450 Reisebüros** ist DERPART einer der führenden Reisevertriebe Deutschlands. Profitieren Sie davon!

Unsere langjährige Erfahrung macht uns zu Ihrem **kompetenten und objektiven Reisepartner.** Jederzeit. Testen Sie uns!

DERPART Eckernförder Reisebüro GmbH & Co. KG
St.-Nicolai-Str. 29 · 24340 Eckernförde
t: 04351/ 76760
eckernfoerde@derpart.com
http://www.derpart.com/eckernfoerde

DERPART

Grundlagenwissen IT-Technik und Kommunikation für Alltag und Beruf

Leitung: Ralf-Ulrich Wanderer

Die IT- und Kommunikationstechnik reicht heute tief in unser Privat- und Berufsleben hinein. Wer sich nicht damit beschäftigt ist schnell ausgegrenzt.
Wir müssen uns damit beschäftigen. Dieser Kurs erreicht ein umfassendes Grundlagenwissen um „Update“ zu sein.
Einige Themen:
- Telekommunikation (Telefon, Fax, Email)
- Office-Anwendungen (Word, Excel, Powerpoint u. a.)
- Betriebssysteme
- PC, Tablett, Laptop, Drucker
- Internet
- Onlinebanking, IBAN

Der Kurs ist selbstverständlich auch für Rentnerinnen/Rentner geeignet, die auf den neuesten Stand der Technik gebracht werden möchten. Im Unterricht werden praktische Übungen durchgeführt.

5 1 1 H 10 x 2 Zeitstunden 114,- €	Mittwoch 01. September 2021 18.15 Uhr	

Aufbaukurs Textverarbeitung mit MS WORD

Leitung: Ralf-Ulrich Wanderer

Wer MS WORD - Grundkenntnisse besitzt, scheitert oft an speziellen Aufgaben. MS WORD bietet eine Vielzahl von weitergehenden Möglichkeiten.
Einige Kursinhalte:
- Formatvorlagen
- Kopf- und Fußzeilen
- Erstellen von Serienbriefen
- Seitengestaltung
- Arbeiten mit großen Dokumenten
- Einbinden von Tabellen und Grafiken u.a.

Sie sollten die Grundlagen von MS WORD beherrschen, um diesen Kurs effektiv zu gestalten.

5 1 2 H 6 x 2 Zeitstunden 67,- €	Freitag 03. September 2021 18.15 Uhr	

Aufbaukurs Tabellenkalkulation mit MS EXCEL

Leitung: Ralf-Ulrich Wanderer

MS EXCEL bietet für anspruchsvolle Aufgaben umfangreiche Funktionalitäten. In diesem Kurs werden Sie tiefer in die vielfältigen Möglichkeiten von Excel eintauchen.
Einige Kursinhalte:
- Aufarbeitung von Praxisfragen der Teilnehmer
- Formeln und Funktionen
- Erstellung und Bearbeitung von Diagrammen
- Bedingte Formatierungen u.a.
- Vertiefung des Grundwissens
- Arbeiten mit Datums- und Zeitangaben
- Verwendung von Grafiken und Objekten

Sie sollten die Grundlagen von MS EXCEL beherrschen, um diesen Kurs effektiv zu gestalten.

	5 1 3 F 6 x 2 Zeitstunden 67,- €	Donnerstag 03. Februar 2022 18.15 Uhr

Facebook, Instagram & Co

Leitung: Maike Fischer

Die Sozialen Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Vor allem Facebook ist ein einfacher Weg, um mit Freunden und Familie in Kontakt zu bleiben. Dieser Kurs ist für Anfänger und Einsteiger geeignet, die sich bisher nur wenig oder gar nicht mit dem Thema Social Media beschäftigt haben und jetzt durchstarten möchten. In diesem Kurs lernen wir die Funktionsweise und Anwendung von Facebook und Instagram in ausführlichem Umfang. Das Seminar bietet Ihnen Möglichkeiten und Zeit, das Gelernte auch direkt anzuwenden und auf Ihre Fragen einzugehen.
Bitte bringen Sie ihr eigenes Gerät mit.

5 1 4 H 4 x 1,5 Zeitstunden 34,- €	Montag 25. Oktober 2021 18.30 - 20.00 Uhr	**5 1 4 F** 4 x 1,5 Zeitstunden 34,- €	Montag 07. Februar 2022 18.30 - 20.00 Uhr

Apple Mac - Einführung für Umsteiger und Interessierte

Leitung: Bernd Green

Sie haben bereits mit einem Windows-Rechner gearbeitet. Jetzt möchten Sie auf einen Mac umsteigen? Lernen Sie das Betriebssystem macOS mit seinen verschiedenen Programmen näher kennen!
In diesem Kurs gibt es eine Einführung in die wichtigsten Funktionen, Programme und Abläufe.
Im Einzelnen wird auf folgendes eingegangen:

- Grundlagen des Betriebssystems Menüs, System-Programme
- Grundlagen zu Menüs und Menübefehlen
- Arbeiten mit bereits vorhandenen Programmen
- Empfehlungen von zusätzlichen Programmen

Natürlich werden die Inhalte und Schwerpunkte gerne den Interessen der Kursteilnehmer angepasst.

HINWEIS:
Dieser Kurs richtet sich vornehmlich an Nutzer mit einem eigenen MacBook / iMac, welches auch zum Kurs mitzubringen ist.

	5 1 5 F 4 x 2,5 Zeitstunden 56,- €	Mittwoch 12. Januar 2022 18.30 Uhr

Apple Mac - Fortgeschrittenenkurs

Leitung: Bernd Green

Dieser Kurs richtet sich an alle Nutzer, die mehr über Ihren Mac erfahren möchten. In diesem Kurs soll schwerpunktmäßig auf das Arbeiten mit dem Mac eingegangen werden. Unter anderem auf folgende Themen:

- Microsoft Office oder Alternativen wie Pages
- Fotos verwalten und bearbeiten
- Sinnvolle Hilfsprogramme, die die tägliche Arbeit erleichtern
- Einrichten von verschiedenen Nutzern
- Diverse Tipps und Tricks

Natürlich werden die Inhalte und Schwerpunkte gerne den Interessen der Kursteilnehmer angepasst. Ein iMac/ein MacBook ist mitzubringen. Interessenten ohne Mac sind jedoch auch sehr willkommen!

	5 1 6 F 3 x 2,5 Zeitstunden 42,- €	Mittwoch 09. Februar 2022 18.30 Uhr

Mein iPad / iPhone - Einführungskurs

Leitung: Bernd Green

In diesem Einführungskurs werden die Grundfunktionen erklärt und wichtige Einstellungen gezeigt. Mit seinen vielen Funktionen un Erweiterungen, den sogenannten Apps, wird es zum idealen Multifunktionsgerät für Ihren Alltag.
Im Einzelnen soll auf folgendes eingegangen werden:

- Grundlagen des Bedienungskonzepts
- Individuelle Einstellungen auf dem iPad / iPhone vornehmen
- Homescreen gestalten
- Arbeiten mit den Standardanwendungen (E-Mail, Internet, Kontakte, Notizen, Kalender) Weitere Apps (kostenlos oder kostenpflichtig) installieren und einrichten
- Einkaufen von Musik, Büchern, Zeitschriften
- Arbeiten mit der iCloud
- Synchronisieren mit anderen Apple-Geräten
- Weitere Tipps und Tricks

Natürlich werden die Inhalte und Schwerpunkte gerne den Interessen der Kursteilnehmer angepasst.
HINWEIS:
Es wird NUR das Apple iPad/iPhone behandelt!

5 1 7 H 4 x 2,5 Zeitstunden 56,- €	Mittwoch 20. Oktober 2021 18.30 Uhr	

Mein iPad und iPhone - Fortgeschrittenenkurs

Leitung: Bernd Green

Sie kennen Ihr Gerät bereits, haben aber immer noch Fragen? Sie wollen noch mehr über Apps auf dem Gerät erfahren? Sie wollen Ihr Gerät noch effektiver einsetzen?
In diesem Kurs nehmen wir uns ganz viel Zeit für Apps. Aber auch für Fragen wie diese:

- Wie verhalte ich mich bei Verlust / Diebstahl?
- Sind meine Daten sicher?
- Welches Apps brauche ich wirklich?
- Vorsicht vor sogenannten „In-App-Käufen“
- Wie kann ich mein iPad auf Werkseinstellung zurücksetzen?
- Wie bekomme ich Filme auf das iPad?

All diese Fragen und noch viel mehr sollen hier geklärt werden.

HINWEIS:
Es wird NUR das Apple iPad/iPhone behandelt!

5 1 8 H 3 x 2,5 Zeitstunden 42,- €	Mittwoch 17. November 2021 18.30 Uhr	

Das Smartphone - endlich einfach erklärt /nur Android wie z.B. Samsung, Huawei, Sony, LG - kein iPhone

NEU

Leitung: Manfred Wachtel

Dieser Kurs richtet sich an alle Ü60 die einen Einführungskurs suchen.
Das Smartphone bietet eine enorme Vielzahl an Funktionen - von denen wir aber im Normalfall nur ca. 30% nutzen. Der größte Teil ist unnötiger Ballast und belastet den normalen Anwender.
Eine leicht verständliche Einführung in die wichtigsten Funktionen und Beantwortung von Fragen aller Art.
Wir besprechen all das, was Ihnen sonst keiner erklärt. Zusätzlich lernen Sie sinnvolle Anwendungen rund um ihr Android Smartphone. Schwerpunkt ist das gesamte Thema Sicherheit im Internet.

- Warum bei Google anmelden?
- SIM-Karte: Mobilfunknetz, Verträge
- Individuelle Einstellungen auf dem Smartphone
- Datensicherung: warum und wie?
- Tipps und Tricks
- Apps: installieren, verschieben, löschen
- Adressen und Telefonnummern
- E-Mails
- WhatsApp
- Kalender
- Fotos / Kamera

Dieser Kurs ist nur für Android-Smartphones geeignet. Bitte bringen sie ihr eigenes Gerät mit! Nicht optimal für Senioren-Handys geeignet.

Termine im Herbst jeweils 3 x 2 Std
Kurs a) Mo. 01.11., Di. 02.11. und Mi. 03.11.2021 jeweils von 10.00 - 12.00 Uhr
Kurs b) Mo. 01.11., Di. 02.11. und Mi. 03.11.2021 jeweils von 14.00 - 16.00 Uhr

Kurs c) Mo. 22.11., Di. 23.11. und Mi. 24.11.2021 jeweils von 10.00 - 12.00 Uhr
Kurs d) Mo, 22.11., Di .23.11. und Mi. 24.11.2021 jeweils von 14.00 - 16.00 Uhr

Bitte geben Sie bei der Buchung die entsprechende Kursbezeichnung an!

5 1 9 H (a,b,c oder d) 3 x 2 Zeitstunden 34,- €	Montag-Mittwoch 01.11. oder 22.11.2021 10.00 oder 14.00 Uhr	

Tablet - endlich einfach erklärt (für Android)

NEU

Leitung: Manfred Wachtel

Eine leicht verständliche Einführung für Senioren. Wir besprechen die grundlegenden Funktionen - auch die einfachsten Dinge. Schwerpunkt ist die Sicherheit im Internet mit vielen praktischen Tipps. Da wir in einer kleinen Gruppe arbeiten bleibt genügend Zeit für Fragen aller Art. Am Ende des Kurses werden Sie staunen wie viel Spaß solch ein Tablet macht.
- nur Android Tablet, kein iPad (Apple)
- Huawei Tablets nur, wenn vor 2020 gekauft

- das mitzubringende Tablet sollte nicht älter als 4-5 Jahre sein

Termine: 3 x 2 Std
Montag 08.11.21 10:00 - 12.00
Dienstag 09.11.21 10:00 - 12:00
Mittwoch 10.11.21 10:00 - 12:00

5 2 0 H 3 x 2 Zeitstunden 34,- €	Montag 08. November 2021, 10.00 - 12.00 Uhr	

Einstieg in die digitale Fotografie

NEU

Leitung: Bernd Green

Sie haben sich eine digitale Kamera zugelegt oder besitzen schon länger eine und möchten gerne wissen, wie Sie dieses Gerät außerhalb der Automatikmodi bedienen. Dann ist dieser Kurs genau das Richtige. Hier lernen Sie die fotografischen Möglichkeiten ihrer Kamera genau kennen. Es sind auch praktische Aufgaben im Unterricht integriert, um gleich die wichtigsten Funktionen vor Ort zu üben.
Außerdem werden die Grundlagen der Bildgestaltung besprochen, so dass Sie mit neuen kreativen Ideen die Fotografie entdecken können.
Dieser Kurs richtet sich an alle Besitzer einer digitalen Spiegelreflex- oder Systemkamera, die sich noch unsicher mit der Bedienung fühlen oder ihre Fähigkeiten weiter fertigen möchten.
Bitte bringen Sie ihre Spiegelreflex- oder Systemkamera mit. Die Kamera sollte über den manuellen Modus verfügen.

Termine : 27.04.22, 04.05.22 und 11.05.22

	2 1 1 F 3 x 3 Zeitstunden 40,- €	Mittwoch 27. April 2022, 18.30-21.30 Uhr

Fotoausflug : Eckernförder Bucht

Leitung: Bernd Green

Dieser Fotokurs ist ein Rundgang um die Eckernförder Bucht, die zahlreiche spannende Motive bereit hält. Wir möchten hierbei gemeinsam auf Motivjagd gehen, um unsere fotografischen Fähigkeiten zu verbessern. Die Schwerpunkte liegen bei diesem Kurs im Bereich der Landschafts- und Stadtfotografie. Außerdem ist der Rundgang zeitlich so geplant, dass wir die sogenannte Goldene Stunde, mit ihren besonders weichem Licht, erleben werden.
Während des Ausfluges erhalten Sie nützliche Tipps zur Motivfindung und Bildgestaltung.
Wir treffen uns im Vorfeld zu einem Kennlernabend in der VHS. Besondere Kenntnisse im Bereich der Fotografie sind nicht erforderlich.

Termine Herbst:
- Kennenlernen 17.11.2021 18.30 - 20.00 Uhr Ausflug 20.11.2021 13.00 - 17.00 Uhr
Termine Frühjahr:
- Kennenlernen 18.05.2022 18.30 - 20.00 Uhr Ausflug 21.05.2022 15.00 - 19.00 Uhr

2 1 2 H 5,5 Zeitstunden 24,- €	Dienstag u. Samstag 17.und 20.November 2021	**2 1 2 F** 5,5 Zeitstunden 24,- €	Dienstag u. Samstag 18. und 21. Mai 2022

Fotoausflug: Hamburg Speicherstadt bei Nacht

Leitung: Bernd Green

Dieser Fotokurs ist eine Einführung in die Nachtfotografie, die mit ihrer abendlichen Stimmung und dem künstlichen Licht einen ganz besonderen Reiz bietet. Wer also an der Kreation spannender Bilder bei Nacht interessiert ist, darf sich gerne zu diesem Workshop anmelden. Wir werden uns mit der Bildgestaltung und den technischen Grundlagen der Kamerabedienung beschäftigen.
Dieser Workshop richtet sich an Anfänger und Einsteiger der digitalen Fotografie, die die Besonderheiten der Nachtfotografie wie Langzeitbelichtungen erlernen möchten. Es werden nur leichte Grundkenntnisse der Kamerabedienung vorausgesetzt.
Ziel ist es, dass Sie nach diesem Workshop in der Lage sind selbstständig beeindruckende Nachtaufnahmen mit tollen Effekten zu machen und Sie die wichtigsten Einstellungen einer Kamera hierfür beherrschen.
Wir treffen uns im Vorfeld zu einem Kennenlernen in der VHS. Zu dem eigentlichen Termin fahren wir mit der Bahn in eigener Verantwortung von Eckernförde nach Hamburg.
Die Reisekosten sind nicht im Kurspreis enthalten.
Dort werden wir gemeinsam die Herangehensweise der Nachtfotografie besprechen und in der Praxis an vielen Spots üben.
Folgende Ausrüstung wird für den Workshop benötigt:
- Spiegelreflexkamera, spiegellose Systemkamera oder Bridge-Kamera (M Modus)
- Stativ mit Wechselplatte
- Akku und Speicherkarten
- optionaler Fernauslöser

Termin im Frühjahr 2022:
- 08.02.2022 (18.30- 20.00 Uhr) und 12.02.2022 (16.00 - 23.30 Uhr)

	2 1 3 F 8,5 Zeitstunden 37,- €	Dienstag u. Samstag 08.u.12.Februar 2022, 18.30 Uhr

Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop

Leitung: Ralf-Ulrich Wanderer

Dieser Kurs führt in die digitale Bildbearbeitung am PC mit dem Adobe Programm Photoshop ein.
Photoshop bietet umfangreiche Möglichkeiten und zahlreiche Werkzeuge, mit denen verblüffende Effekte erzielt werden können. Es wird gezeigt, wie Bilder am PC optimiert, angepasst, aber auch vollkommen neu gestaltet werden können.
Der Umgang mit Windows sollte bekannt sein.

5 3 2 H 6 x 1,5 Zeitstunden 50,- €	Donnerstag 09. September 2021 18.00 - 19.30 Uhr	

Workshop - Eigenes Fotobuch erstellen

Leitung: Bernd Green

In diesem Kurs entstehen mit einer erprobten kostenlosen Gestaltungssoftware Bildbände, die private Erlebnisse, Urlaubsreisen oder Familienfeste eindrucksvoll präsentieren. Daher sind Fotobücher auch ein ideales und sehr persönliches Geschenk.
Im Kurs wird mit der Software der Firma „CEWE“ gearbeitet, das kaum Wünsche offen lässt.
Der Kurs besteht aus 3 Terminen:
Beim ersten Termin wird die Software gemeinsam installiert und die Funktionsweise eines Fotobuches erklärt, Gestaltungsmöglichkeiten aufgezeigt und mit dem eigenen Fotobuch begonnen. Sowohl beim ersten als auch beim zweiten Termin wird auf folgendes eingegangen:
* Gestaltung des Fotobuches
* Format anpassen
* Fotos arrangieren und mit Texten versehen
* Bildkorrekturen und Retusche

Beim zweiten Termin kann jeder Kursteilnehmer unter fachmännischer Anleitung sein eigenes Fotobuch weiter entwickeln und individuell gestalten. Zwischen den Kursterminen kann problemlos zuhause weitergearbeitet werden.
Beim dritten Termin erfolgt eine letzte Kontrolle sowie das Hochladen des Fotobuches per Internet an „CEWE“. Hier erhalten die Kursteilnehmer einen Gutschein der Firma „CEWE“ im Wert von 21,95 €, mit dem sich die Kursteilnehmer ihr erstes Fotobuch vergünstigt bestellen können.
Hinweis:
Bitte bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit !

5 3 3 H 3 x 2,5 Zeitstunden 42,- €	Donnerstag 4. November 2021 18.30 Uhr	

Für Sportbootführerscheine gilt:

B1- Prüfungsvoraussetzung ist das vollendete 16. Lebensjahr
Benötigte Unterlagen:
- Antrag auf Zulassung zur Prüfung
- ärztliches Gesundheitszeugnis
- ggf. Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten
- Kopie des KFZ-Führerscheins / oder
- amtliches Führungszeugnis
- Paßbild

Sportbootführerschein - mit dem Geltungsbereich für Seeschifffahrtsstraßen (SBF See)

Leitung: Jürgen Biermann

Lektüre: Graf/Steinicke// Bark // Overschmidt
Der amtliche Sportbootführerschein See ist vorgeschrieben für die Führung aller Segel- und Motorfahrzeuge mit mehr als 11,03 KW (15 PS) Motorleistung im Geltungsbereich der Seeschifffahrtsstraßen – Ordnung.

Kursgebühr für Theorie und Praxis € 275,-, zahlbar an Volkshochschule Eckernförde e.V.
plus Prüfgebühr: € 110,93, zahlbar bei Prüfung
plus Lehrmaterial: Buch € 32,90, Karte € 18,50, naut. Besteck € 23,-, Bögen € 22,90, zahlbar an Dozenten

5 5 1 H 7 x 3 Zeitstunden 275,- €	Montag, 18.Oktober 2021 19.00 - 22.00 Uhr	**5 5 1 F** 7 x 3 Zeitstunden 275,- €	Montag 17.Januar 2022 19.00 - 22.00 Uhr

Sportbootführerschein - mit dem Geltungsbereich für Binnenschifffahrtsstraßen (SBF Binnen)

Leitung: Jürgen Biermann

Lektüre: Overschmidt / Gliewe:
Der amtliche Sportbootführerschein Binnen ist vorgeschrieben laut Sportbootführerscheinverordnung Binnen (Sportboot-FüV-Bin) vom März 1989 für jeden, der auf Binnenschifffahrtsstraßen ein Motor- oder Segelboot mit einer Antriebsmaschine von mehr als 11,03 KW (15PS) außer auf dem Rhein und bis zu 20 m Länge fahren möchte.

Für Inhaber des Sportbootführerscheins See.

Kosten 99,- €, zahlbar an Volkshochschule Eckernförde e.V.

5 5 2 H 3 x 2 Zeitstunden 99,- €	Mittwoch 20.Oktober 2021 19.00 - 21.00 Uhr	**5 5 2 F** 3 x 2 Zeitstunden 99,- €	Montag Anfang März 2022 19.00 Uhr

SRC - Sprechfunkzeugnis - Wochenendkurs

Leitung:Jürgen Biermann

Samstag, 15.01.2022, 10.00 – 16.00 Uhr
Sonntag, 16.01.2022, 10.00 – 16.00 Uhr
Samstag, 29.01.2022, 10.00 – 16.00 Uhr
Sonntag, 30.01.2022 Prüfung

rechtzeitige Anmeldung bis 05.01.2022

Kursgebühr 215,-€ incl. Lehrmaterial zahlbar an Volkshochschule Eckernförde e.V.

Prüfungsgebühr ca. 82,70 €, zahlbar bei Prüfung

	5 5 4 F 3 x 6 Zeitstunden 215,- €	Samstag 15. Januar 2022 10.00 - 16.00 Uhr

Kommunale Volkshochschule Fleckeby

der Gemeinden Fleckeby, Güby, Hummelfeld und Kosel im Schulverband Fleckeby

Am Holm 2 / 24357 Fleckeby

Herbstsemester: Aug./Sep. 2021 – Dez./Jan. 2021/2022
Frühjahrssemester Jan./Febr. 2022 – Juni 2022
Die Herbstkurse werden in der Regel im Frühjahrsemester fortgesetzt.

	Leitung:	**Stellvertr. Leitung:**
	Dr. Rolf Wenzel	Joachim Schwarzer
	Bramberg 2c	Auf der Höhe 2
	24357 Fleckeby	24357 Fleckeby
TEL	04354 1240	04354 996020
MOB	0170 3856636	0172 2118417
MAIL	info@vhs-fleckeby.de	redaktion@vhs-fleckeby.de
WEB	www.vhs-fleckeby.de	

Allgemeine Hinweise:

Die Kursbeschreibungen finden Sie auch auf unserer Homepage und in der Septemberausgabe des Schlei-Kuriers. In Fleckeby, Am Holm 2, und anderen öffentlichen Einrichtungen, sonstigen Begegnungsstätten und Gaststätten im Bereich des Schulverbands liegt dieses Programmheft aus. In den Schulferien finden keine Kurse statt! Falls infolge von Covid-19 Terminverschiebungen oder sonstige Einschränkungen notwendig werden sollten, werden wir das über unsere Homepage, im Schlei-Kurier und über die Dozenten rechtzeitig bekannt geben.
Die Anmeldung sollte entweder 1. schriftlich (auch per Email verbindlich) oder 2. persönlich beim Kursleiter/-in spätestens am ersten Kursabend oder 3. beim Leiter der VHS (siehe oben) erfolgen.
Die Kursgebühren sind in der Regel bei der Anmeldung bzw. am ersten Abend an den Kursleiter zu entrichten. Alternativ kann eine entsprechende Einzugsermächtigung ausgestellt werden oder die Kursgebühr unter Angabe des Verwendungszwecks an das Amt Schlei-Ostsee überwiesen werden (DE78 2105 0170 0000 6310 02 bei der Förde Sparkasse). Die angegebenen Gebühren gelten in der Regel bei einer Beteiligung von mindestens 8 Teilnehmern je Kurs.
Haftung: Die VHS haftet nicht für Schäden (z. B. Personen- und Sachschäden, Eigentumsverluste usw.), die bei Veranstaltungen der VHS den Teilnehmern entstehen.
Die VHS Fleckeby bietet in Zusammenarbeit mit der Grundschule Fleckeby auch eine **Kinder-VHS** an. Das endgültige Programm liegt mit Beginn des neuen Schuljahrs in der Grundschule Fleckeby aus.

1.00 GESELLSCHAFT - POLITIK - UMWELT

1.1 Zeitfragen

Leitung: **Dr. Rolf Wenzel**
Anmeldung: info@vhs-fleckeby.de; Tel. 01703856636 oder 04354-1240
Abmeldung und Kontakt: info@vhs-fleckeby.de; Tel. 0170-3856636 oder 04354-1240
Die VHS FLeckeby setzt den Kommunalen Campus als jeweils zweistündige Seminarreihe in Zusammenarbeit mit dem Fleckebyer Kulturverein KulturFleck e.V fort. Behandelt werden aktuelle Fragen aus Politik, Wirtschaft und Gesellschaft in ihrem jeweiligen zeitgeschichtlichen Kontext. Einführungsreferate verschiedener Referenten regen zu faktenorientierten Diskussionen an. Die erste Veranstaltung nach der Sommerpause findet voraussichtlich am Freitag, 17. September 2021, statt. Thema: „Russland und der Westen. So nah und doch so fern?“ mit Alf Hermann. Es folgt noch vor den Herbstferien eine diese Fragestellung ergänzende außen- und sicherheitspolitische Thematik. Nach den Herbstferien sind ab 22. Oktober 2021 weitere Veranstaltungen geplant zu den Themenbereichen „Klimawandel und Energiewende nach Corona“, „Europäische Herausforderung Migration!“, „Recht und Gerechtigkeit: Herausforderungen für den Rechtsstaat!“ und „Gesellschaft und Religion“. Details zu Inhalten und Terminen werden im Schlei-Kurier und auf der Homepage der VHS (www.vhs-fleckeby.de) in der Regel spätestens 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn veröffentlicht.
Zeit: Freitag von 19.30-21.30 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 5,00 Euro je Veranstaltung

Kommunale Volkshochschule Fleckeby II

der Gemeinden Fleckeby, Güby, Hummelfeld und Kosel im Schulverband Fleckeby

Am Holm 2 / 24357 Fleckeby

2.00 Kultur - Gestalten I

2.1 Experimentelle Malerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Marianne Harms-Metzger
Anmeldung und Kontakt: 04351-726460
Wir gestalten mit verschiedenen Malmitteln - Farben wie Acryl, Pigment, Dispersion, Materialmix - auf Leinwand, Hartfaser oder Pappe und finden den Zugang zur eigenen Kreativität. Gegenständlich oder abstrakt: Sie finden, was zu Ihnen passt. Anregungen, Tipps und Tricks helfen dabei. Material mitbringen.
Zeit: 18.10.2021; danach jeweils am Montag, 16:00-18:00 Uhr
Ort: Atelier Barkelsby (begrenzte Teilnehmerzahl)
Kosten: 80,00 Euro für 10 Veranstaltungen

2.2 Figürliches Modellieren mit Ton

Leitung: Birgit Lindemann
Anmeldung und Kontakt: lindemann@fine-art-hamburg.de; Tel.: 04355 989647
Die Verwirklichung eigener Ideen auf der Basis von Beobachtung nach der Natur steht im Mittelpunkt. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.
Anmeldung und Kontakt: lindemann@fine-art-hamburg.de; Tel.: 04355 989647

2.2.1 Fortlaufender Kurs

Zeit: 10. August 2021 jeweils Dienstags, 9:30 – 12:00 Uhr
(Fortsetzung im 2. Schulhalbjahr ab 11. Januar 2022)
Ort: Atelier in der Carlshöhe 60 (begrenzte Teilnehmerzahl)
Kosten: jeweils 5 Veranstaltungen 70 Euro
(plus Materialgeld je nach Verbrauch)

2.2.2 Wochenendkurse

2.2.2.1 Figürliches Modellieren
17./18./19. September 2021
(Fortsetzung im 2. Schulhalbjahr 21./22./23. Januar 2022)

2.2.2.2 Das Portrait
29./30./31. Oktober 2021
(Fortsetzung im 2. Schulhalbjahr 4/5/6 März 2022)

2.2.2.3 Körperhaltungen
19./20./21. November 2021
(Fortsetzung im 2. Schulhalbjahr 22./23./24. April 2022)

2.2.2.3 Tierplastiken
nur im 2. Schulhalbjahr 17./18./19. Juni 2022
Zeit: jeweils Freitag 18.00-20.00, Samstag 10:00-13:00 und 14:00-16:00 Uhr und Sonntag 10:00-13:00 Uhr
Ort: Atelierhaus 60, Carlshöhe, Flensburger Str. 60, 24340 Eckernförde (begrenzte Teilnehmerzahl)
Kosten: 70 Euro plus Materialgeld je nach Verbrauch

2.00 Kultur - Gestalten II

2.2.2 Langes Modellierwochenende

Figürliches Modellieren nach eigenen Vorstellungen

Leitung: Birgit Lindemann
Anmeldung und Kontakt: lindemann@fine-art-hamburg.de; Tel.: 04355 989647
Zeit: Freitag, 27.05.2022, Samstag, 28.05.2022, und Sonntag, 29.05.2022, jeweils von 10:00 Uhr-13:00 Uhr und 14:30-16:30 Uhr
Ort: Atelierhaus 60, Carlshöhe, Flensburger Str. 60 24340 Eckernförde (begrenzte Teilnehmerzahl)
Kosten: 95,00 Euro plus Materialgeld je nach Verbrauch

2.3 Zeichnen und Malen nach der Natur für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Dr. Edelgard Hajek
Anmeldung und Kontakt: edelgardhajek@hotmail.de; Tel.: 04354 8927

Wie schule ich mein Auge und setze das Betrachtete technisch-künstlerisch um? Man geht so auch auf die Entdeckung bislang ungeahnter eigener Fähigkeiten und Fertigkeiten!

Zeit: ab 15.09.21 jeweils am Mittwoch, 18.30-20.00 Uhr (Fortsetzung im 2. Schulhalbjahr ab 12. Januar 2022)
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei unten Kunstraum
Kosten: 36,00 Euro für acht Termine á 90 Minuten

2.4 Plastisches Gestalten mit Speckstein und Alabaster für Kinder von ca. 6-12 Jahren, aber auch älter

Leitung: Wilfried Hewel (Bildhauer und Kunstpädagoge
Anmeldung und Kontakt: maiannas@yahoo.de; Tel. 04353 99 88 93

Es werden u.a. kleine Figuren, Handschmeichler, Tierformen, kleine Skulpturen, Gegenstände, Kettenanhänger usw. gefertigt. Wir raspeln; schleifen und polieren! Des Weiteren können danach künstlerisch handwerkliche Arbeiten entstehen: in Holz mit dem Handschnitzmesser und in weicherem Gestein mit Hammer und Meißel als kleine Reliefs wie etwa Fische usw.

Werkzeuge werden gestellt.

Zeit: ab 10.08.2021 jeweils am Dienstag, 15.00-16.30 Uhr
Ort: Werkstatt Fleckeby, Am Südring 54 (Halle Nissen)
Kosten: 60,00 Euro für acht Termine

2.5 Gitarrenkurs für Anfänger

Anbieter: Hans-Jürgen Stilke
Anmeldung und Kontakt: h.hjstilke@online.de; Tel.: 04354 98261

Wir lernen und vertiefen Gitarre spielen aus Freude an der Musik und nach den Wünschen der Teilnehmer.

Zeit: ab 31. August 2021, jeweils am Dienstag, 16:30-17:30 Uhr
Ort: Kosel, Alte Schule
Kosten: 36,00 Euro für acht Veranstaltungen plus Lehrmaterial

2.6 Singkreis Damen

Anbieter: Heike Boyens
Anmeldung und Kontakt: 04354 809410 // wendt@la-meziere-weg.de
Zeit: ab 17.08.2021 jeweils am Montag, 19:00-21:00 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oder Kulturhaus, Schustergang 2
Kosten: kostenfrei

2.00 Kultur - Gestalten III

2.7 Kulturgut Wein

Anbieter: Bernhard Wendt
Anmeldung und Kontakt: wendt@la-meziere-weg.de; Tel. 04354 1361
In Fortsetzung des letzten Seminars mit deutschen Weißweinen folgt nun der 2. Teil. Ich habe noch die weiteren Weine aus dem letzten Jahr mitgebracht und noch einige preiswerte Weine aus Rheinhessen. Wie gehabt werde ich auch noch zusätzlich etwas Wissenswertes zu den einzelnen Winzern beisteuern. Rotweine sind dann Themen der kühleren Jahreszeit nach den Herbstferien und werden rechtzeitig im Schlei-Kurier und auf der Homepage der VHS (www.vhs-fleckeby.de) in der Regel spätestens 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn veröffentlicht.
Zeit: Donnerstag, 16.09.2021, 19:30-21:30 Uhr
Ort: Fleckeby, Kulturhaus, Schustergang 2
Kosten: Umlage je nach Wein- und Speisensortiment sowie Teilnehmerzahl

3.00 Gesundheit/Sport I

3.1 Sanftes Hatha-Yoga

Anbieter: Kirsten Delling
Anmeldung und Kontakt: k-delling@t-online.de; Tel.: 04354 996652
Es geht vor allem um Körperwahrnehmung, Entspannung und Achtsamkeit. Sanfte Körperübungen dehnen und kräftigen die Muskulatur, mobilisieren die Gelenke und verbessern die Körperwahrnehmung. Vermittelt werden Grundlagen der klassischen Körperhaltungen (asanas). Wir üben uns im Gleichgewicht und schaffen durch Bewusstsein in den Bewegungen in Verbindung mit dem Atem eine Konzentration, die zu mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag führen kann.

3.1.1 Kurs 1

Material: Yogamatte, Wolldecke o.ä.
Zeit: ab 11. August 2021 jeweils am Mittwoch, 18:00-19:30 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 45,00 Euro für 10 Veranstaltungen

3.1.2 Kurs 2

Material: Yogamatte, Wolldecke o.ä.
Zeit: ab 12. August 2021 jeweils am Donnerstag, 18:00-19:30 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 45,00 Euro für 10 Veranstaltungen

3.3 Meditation

Leitung: Hans-H. Wohlers (Ki Do Kwon-Außenstelle Fleckeby)
Anmeldung und Kontakt: nicht erforderlich 04354 2833665
Anmeldung: nicht erforderlich; Kontakt: 04354 2833665
Meditation (vom lateinischen meditatio = nachdenken, nachsinnen) beschreibt das Beruhigen und Sammeln des Geistes durch Achtsamkeits- oder Konzentrationsübungen. In vielen Kulturen und Religionen hat sie einen wichtigen Raum eingenommen. So gilt die Meditation sowohl als grundlegende bewusstseinserweiternde Übung als auch zur Unterstützung des allgemeinen Wohlbefindens bis hin zur Gesundung. Die aktuelle Hirnforschung hat festgestellt, dass der Alterungsprozess verlangsamt und Stress abgebaut wird. Zur eigentlichen Meditation bringen Sie bitte eine Wolldecke und ein Sitzkissen o.ä. mit. Wichtig ist, dass das Sitzen für Sie bequem und angenehm wird!
Zeit: ab 20.08.2021 jeweils am Dienstag, 19.30 -21.00 Uhr,
oder auch nach Vereinbarung
(Fortsetzung im 2. Halbjahr ab 8.01.2022 geplant)
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: kostenfrei

Am Holm 2 / 24357 Fleckeby

3.00 Gesundheit/Sport II

3.4 Hatha-Yoga

Anbieter: Katja Sommer
Anmeldung und Kontakt: katja_sommer@@t-online.de; Tel.: 0151 5912 48 67
Über Asanas hinaus öffnen wir über Bewegungsabläufe, Atemübungen, Entspannungstechniken und Meditation unseren Geist.
Zeit: ab Freitag, 22.10.21, 10:30-12.00 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 50,00 Euro für 10 Veranstaltungen

4.00 Sprachen I

4.1 Französisch für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Antje Georgelin
Anmeldung und Kontakt: gantje62@gmail.com;
Tel. 0174 7824782 oder 04351 767050
Etwa 235 Millionen Menschen kommunizieren täglich auf Französisch. Als Weltsprache wird es auch heute noch von etwa 300 Millionen Menschen in über 50 Ländern gesprochen und in zahlreichen internationalen Organisationen als Amtssprache verwendet. Darüber hinaus macht es Spaß, in heiterer und entspannter Atmosphäre diese einzigartige Kultursprache zu lernen.
Zeit: ab 6. September 2021, jeweils am Montag, 17:00-18:00 Uhr
Ort: Kosel. Alte Schule
Kursgebühr: 40,00 Euro für 10 Veranstaltungen

4.2 Französisch für Fortgeschrittene

Leitung: Antje Georgelin
Anmeldung und Kontakt: gantje62@gmail.com; 0174 7824782 oder 04351 767050
Wir vertiefen unsere Kenntnisse und üben die lockere Konversation.
Zeit: ab 6. September 2021, jeweils am Montag, 18:15-19:15 Uhr
Ort: Kosel. Alte Schule
Kursgebühr: 40,00 Euro für 10 Veranstaltungen

4.3 Dänisch für Anfänger

Leitung: Leslie Hougard
Anmeldung und Kontakt: hougaard1@godmail.dk; 04354 1075 oder 04354 996020
Dänisch, die Sprache unseres nördlichen Nachbarn und der dänischen Minderheit in Südschleswig, verbindet über die Grenze hinweg. Deutsche und Dänen, Minderheiten und Mehrheiten, leben friedlich und vorbildlich zusammen – einer von vielen Gründen, sich Kenntnisse in dieser Sprache anzueignen. Lehrbuch: „Det er dansk“: Das Grundbuch und Übungsbuch kann man bestellen beim IPTS Kiel (Tel. 04315403-0)
Zeit: ab 9. September 2021, jeweils am Donnerstag, 19:30-21:00 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 45,00 Euro für 10 Veranstaltungen

4.4 Plattdüütsch Snackkring

Leitung: Plattdüütsch Team
Anmeldung und Kontakt: Jochen Schwarzer, redaktion@vhs-fleckeby.de;
0172-2118417
DU MUSST NICH PERFEKT PLATTDÜÜTSCH SNACKEN KÖÖN! Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse im Plattdeutschen auffrischen, aber auch an diejenigen, die Plattdeutsch lernen oder zumindest verstehen wollen.
Zeit: ab 21.10.2021 jeweils am Donnerstag,
10:00-11:30 Uhr (und nach Vereinbarung)
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: kostenfrei

Kommunale Volkshochschule Fleckeby VI

der Gemeinden Fleckeby, Güby, Hummelfeld und Kosel im Schulverband Fleckeby

Am Holm 2 / 24357 Fleckeby

4.00 Sprachen II

4.5 Konversationskurs Englisch

Leitung: Philip Town
Anmeldung und Kontakt: philiptown@hotmail.com; Tel. 0435183894

„Sprache kommt von Sprechen“! Der Kurs richtet sich in diesem Sinne an all diejenigen, die zumindest Anfangskenntnisse im Englischen haben und diese mit Hilfe eines Muttersprachlers im lockeren Gespräch anwenden und vertiefen wollen. Philip Town verleiht diesem Kurs mit leiser angelsächsischer Ironie die besondere Würze.

Zeit: ab 20.10.2021 jeweils am Mittwoch, 19:00-20:30 Uhr
Ort: Fleckeby, Hardesvogtei oben
Kosten: 45,00 Euro für 10 Veranstaltungen

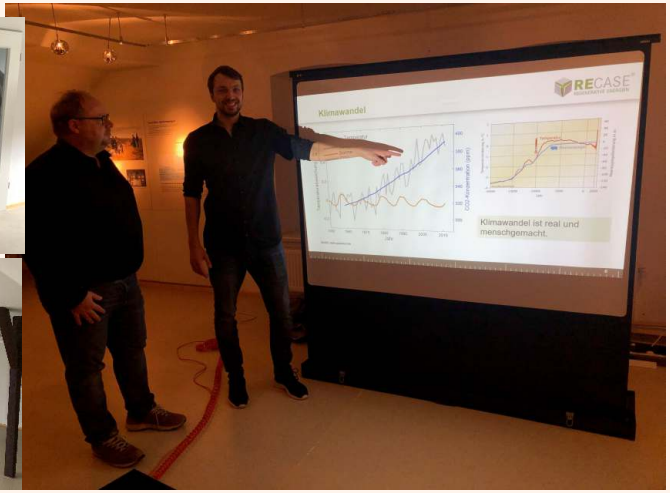
5.00 Digitale Datenverarbeitung und Kommunikationl

5.1 Filmwerkstatt und digitale Kommunikation: Neue Wege zum Erkunden der Welt!

Leitung: Ramyar Rouhi
Anmeldung und Kontakt: Tel. 0174-3087381

Im kürzlich eröffneten Kulturhaus haben wir eine moderne Anlage für digitale Kommunikation und Verarbeitung eingerichtet. Dies eröffnet auch ganz neue Wege, uns mit den digitalen Möglichkeiten und Herausforderungen der Gegenwart auseinanderzusetzen. Nicht nur das Einfangen von Urlaubserinnerungen und die filmische Entdeckung der eigenen Umgebung werden zum kreativen Spaß, sondern auch die Chancen und Risiken weiterer digitaler Kommunikation einschließlich des souveränen Umgangs mit Smartphone und Tablet. Der Kurs findet nicht nur im Kulturhaus statt, sondern führt auch in die Umgebung Fleckebys. Einer der Höhepunkte ist das Filmtraining mit einer Drohne. Ein Laptop kann notfalls zur Verfügung gestellt werden.

Zeit: ab 13.09.2021, jeweils am Montag,
17:30-19:00 Uhr und nach Vereinbarung
Ort: Kulturhaus, Schustergang 2
Kosten: 45,00 Euro für 10 Veranstaltungen



Kommunale Volkshochschule Fleckeby VII
der Gemeinden Fleckeby, Güby, Hummelfeld und Kosel im Schulverband Fleckeby

Am Holm 2 / 24357 Fleckeby

6.00 Kinder-VHS

6.1 Flötenunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Barbara Müller
Anmeldung und Kontakt: barbaramue@posteo.de; Tel. 0176-39929384
Zeit: ab 2.08.2021 jeweils am Montag, 15:00-16:00 Uhr
Ort: Fleckeby, Kunstraum Hardesvogtei
Kosten: 3,00 €/60 Min.

6.2 Töpfern/Werken

Leitung: Barbara Müller
Anmeldung und Kontakt: barbaramue@posteo.de; Tel. 0176-39929384
Zeit: ab 4.08.2021 jeweils am Mittwoch, 15:00-16:00 Uhr
Ort: Fleckeby, Kunstraum Hardesvogtei
Kosten: 3,00 €/60 Min.

6.3 Praktische Philosophie mit Basteln und Zeichnen

Leitung: Brigitte Benz-Reincke
Anmeldung und Kontakt: philosopha@t-online.de; Tel. 0171-9524944
Zeit: ab 5.08.2021 jeweils am Donnerstag, 15:00-16:00 Uhr
Ort: Hardesvogtei oben
Kosten: 3,00 €/60 Min.

Weitere Angebote (Kochen, Plattdüütsch) sind geplant.

Kommunale Volkshochschule Groß Wittensee

Anschrift: Dorfstr. 42, 24361 Groß Wittensee
Leiterin: Maike Pentzin, Dorfstr. 42, 24361 Groß Wittensee, pentzin@arcor.de
ANMELDUNGEN bei der stellvertretenden Leiterin: Telse Polenski, Am Mühlenberg 17b, 24361 Groß Wittensee, Tel: 04356 / 16 17, vhs-wittensee@gmx.de

Allgemeine Hinweise
Anmeldungen bitte schriftlich, telefonisch oder persönlich an die VHS. Melden Sie sich bitte so frühzeitig wie möglich an, damit wir Ihnen rechtzeitig mitteilen können, ob der Kurs in der angegebenen Form durchgeführt werden kann.

Veranstaltungsort auf Anfrage

Kursgebühren gelten in der Regel für eine Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen. Sie sind bei Beginn des Kurses auf folgendes Konto zu überweisen:
Amtskasse Wittensee / Förde Sparkasse
IBAN : DE 62 2105 0170 1400 0683 32 SWIFT-BIG: NOLA DE 21 KIE
Bitte geben Sie bei ihrer Zahlung die Volkshochschule Groß Wittensee und den Kurs an. Bei einer geringeren Teilnehmerzahl kann der Kurs nur mit erhöhten Kursgebühren durchgeführt werden. Die Kursgebühr kann nicht bar an die Kursleiterinnen entrichtet werden.

Lehr- und Materialkosten sind in den Kursgebühren nicht enthalten.
Weitere Kurse, Vorträge und Fahrten werden durch Aushang und die Presse bekannt gegeben. Wir freuen uns aber auch über ihre Anregungen und Ihre Mitarbeit und werden versuchen, Ihren Wünschen nachzukommen.

Datenschutz - Informationen zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage

www. vhs-grosswittensee.npage. de

Je nach Entwicklung des Corona-Infektionsgeschehens können zu Beginn des VHS-Semesters noch Einschränkungen bestehen. So kann es sein, dass wir nur wenige Teilnehmer/innen unterrichten können, um die Abstandsregeln zu wahren. Fragen Sie bei der Anmeldung unbedingt nach! Wir werden die Regeln zeitnah auf unserer Homepage veröffentlichen und an „De Ole Kass“ und im Amt Hüttener Berge aushängen.

Bitte melden Sie sich unbedingt vorher für die Kurse telefonisch oder per Email an! Unter vhs-wittensee@gmx.de oder 04356/1617 und nicht bei Ihren Kursleiterinnen!

Dann wissen wir, wie viele Teilnehmer/innen kommen können, und wir Sie über die geltenden Hygieneregeln informieren können.
Es steht auch noch nicht fest, ob die Sportkurse wie immer in der Schule oder aber in de Ole Kass stattfinden werden. Wir teilen Ihnen das bei der Anmeldung mit.
Für die Sportkurse bitte eine eigene Matte mitbringen. Sollten Sie keine Matte haben, teilen Sie uns das mit, wir finden dann eine Lösung.

Kommunale Volkshochschule Groß Wittensee II

Wellness – sanfte Gymnastik für den ganzen Körper

Leitung: Petra Hansen-Tietze
Für Anfänger und Fortgeschrittene, gerne auch mit Partner.
Dehnung, Lockerung und Kräftigung der gesamten Rumpfmuskulatur zur Mobilisierung und Stabilisierung der Wirbelsäule nach modernen Erkenntnissen der Sportmedizin. Fördern der Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Körperhaltung. Trainieren der Beckenbodenmuskulatur, Pilates-Basisübungen und vieles mehr. Am Ende jeder Stunde findet eine 15-minütige Entspannung (progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobsen) statt.
Bitte mitbringen: Matte, kleine Decke und kleines Kissen.
10 Abende: 40 €
Beginn: Mi., 8. September 2021, 18:00 Uhr (der Kurs wird im Frühjahr 2022 fortgesetzt)
Veranstaltungsort : Grundschule

Funktionsgymnastik für Frauen

Leitung: Elsbeth Hermann
Übungen für den ganzen Körper. Wir stärken die Muskulatur, den Beckenboden, trainieren Beweglichkeit mit Kraft- und Dehnungsübungen. Bitte mitbringen: Matte
10 Abende: 30 € Beginn: : Di., 7.9. 2021, 19:15 Uhr
(der Kurs wird im Frühjahr 2022 fortgesetzt)
Veranstaltungsort: Grundschule

Wildkräuterführung um des Seemoor bei Damendorf

Leitung: Telse Kartin Polenski
Wir erkunden den Rundwanderweg um das Seemoor bei Damendorf, schauen, was im September so blüht und reift, so kreucht und fleucht. Nebenbei erfahren Sie etwas über die Geschichte des Ortes und den „Mann von Damendorf“, den spektakulären Moorleichenfund von 1900. Bitte passendes Schuhwerk anziehen. Die Führung ist nicht barrierefrei.
Teilnahmeentgelt: Erwachsene 8 €, Kinder 3 €
Beginn: Sa., 11. September 2021, 10:00 – ca. 12:00 Uhr
Treffpunkt: 24361 Damendorf,
Parkplatz neben der Feuerwehr am Kirchenweg
Anmeldung erforderlich unter: vhs-wittensee@gmx.de
oder 04356/1617

Entdecke die Kraft reinster ätherischer Öle – Vortrag

Leitung: Heike Gottschalk, Aromatherapeutin
Wohlbefinden für Mensch und Tier - Ätherische Öle sind weit mehr als nur angenehm duftende Aromen. Dieser Vortag gibt einen kleinen Einblick in die Welt der hochreinen Essenzen. Wie werden sie gewonnen und was sollte man beim Kauf beachten? Wie kann ich ätherische Öle jeden Tag einsetzen und ist das auch etwas für Tiere? Eine Einladung zu einem herrlich duftenden Abend.
Eintritt gegen Spende
Fr. 29. Oktober 2021, 19:00 Uhr, ca. 1 Stunde
Veranstaltungsort: De Ole Kass
Groß Wittensee (Dorfstr. 35)

Eine kurze Auszeit für Zwischendurch - Workshop

Leitung: Heike Gottschalk, Aromatherapeutin
Die NAT (Neuro-Auricular-Technique) ist eine herrliche kurze Wellnessbehandlung mit ätherischen Ölen. Es kommen 5 ausgewählte ätherische Öle zum Einsatz. Die Behandlung dauert mit Ruhezeit ca. 30 Minuten und hat eine sehr wohltuende und entspannende Wirkung auf den ganzen Körper. Diese einfach zu erlernende Technik ist sowohl für Therapeuten als auf für Laien geeignet.
Der Workshop dauert ca. 4,5 Stunden
Teilnahmeentgelt: 89 € inkl. der Schulungs- Öle und einem ausführlichen Skript
Die Teilnehmerzahl ist auf max. 5 Personen begrenzt,
Sa. 15.Januar 2022 – 14:00 Uhr
Veranstaltungsort: Rendsburger Str. 30, Groß Wittensee

Freihandzeichnen

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Leitung: Telse Kartin Polenski
Wie kann ich lernen, die Welt um mich herum zu zeichnen?
Warum wird bei mir alles schief? Warum gelingt eine Zeichnung nicht so, wie ich es mir vorstelle? Der Kurs soll einen Weg aufzeigen, die Dinge so zu zeichnen, wie sie tatsächlich aussehen. Während wir uns von unseren Vorstellungen lösen, lernen wir sehen und zeichnen. Es können die Grundtechniken des Skizzierens und Zeichnens erlernt werden (Perspektive, figürlicher Aufbau, Licht u. Schatten, versch. Oberflächen u. Strukturen, Komposition u.a.). Je nach Neigung zeichnen und malen wir mit Bleistift, Feder, Kohle, Pastell o. Kreide. Schwerpunkt in diesem Semester: Pflanzen, Blüten.
Bitte mitbringen (Bleistifte HB, B2, Radiergummi, Zeichenblock A3)
Materialkosten 2 €
10 Abende: 45 € Beginn: Mi., 15. September 2021, 19.30 – 21:00 h
Fortsetzung im Frühjahr am 13. Januar 2022
Veranstaltungsort: „De ole Kass“, Gemeinschaftshaus Groß Wittensee (Dorfstr. 35)

Afrikanisches Trommeln

Leitung: Volker und Ilona Berger
In unserem Wochenend-Trommelworkshop werden Trommelbegeisterte westafrikanische Rhythmen in Theorie und Praxis kennen lernen. Der Workshop ist geeignet für Einsteiger und Anfänger.
Wir vermitteln die Grundschläge an der Djembe und spielen einfache Begleitrhythmen, auch in Verbindung mit anderen Rhythmusinstrumenten. Es stehen Trommeln zur Verfügung. Wer eine eigene Trommel hat, möge sie bitte mitbringen.

Teilnehmerbegrenzung: max. 8 Teilnehmer/innen

WS 1: Sa. 9. + So. 10. Oktober 2021, oder
WS 2: Sa. 9. + So. 10. November 2021, jeweils 13:30 – 17:00 Uhr

Pro Workshop 40,- € pro Person
Veranstaltungsort: „De ole Kass“, Gemeinschaftshaus Groß Wittensee (Dorfstr. 35)

Kreativ mit Papier und Pappe

Leitung: Petra Moritz
Wir bauen Aufbewahrungsmappen, stellen kleine Fotoalben oder Leporellos her, entwerfen und bauen Schachteln. Es entstehen individuelle und handgefertigte Gebrauchsgegenstände, mit denen man sich selbst oder anderen eine Freude bereiten kann.
Bitte mitbringen: festes, hübsches Geschenkpapier.

Sa., 13. November 2021, 10:00 – 15:00 Uhr

Kosten: 25 Euro + 6 Euro Material, **max. 8 Teilnehmerinnen**

Veranstaltungsort: „De ole Kass“,
Gemeinschaftshaus Groß Wittensee (Dorfstr. 35)

Lesereise Schleswig-Holstein – literarische Begegnungen quer durchs Land

Die Volkshochschule Groß Wittensee beteiligt sich an diesem Projekt In der Zeit vom 14. August bis zum 21. Oktober 2021 lädt die Lesereise Schleswig-Holstein zu zahlreichen literarischen Begegnungen quer durchs Land ein.

Rund 50 Schriftstellerinnen und Schriftsteller aus den unterschiedlichsten Winkeln Schleswig-Holsteins bereisen mit uns Dörfer, Städte und Regionen zwischen Nord- und Ostsee und haben ihre Geschichten, Stücke und Lieder im Gepäck. Ob Krimi, Heimatroman, Graphic Novel oder zeitgenössische Wortkunst, ob Lokalheld*in oder etablierte Größe, bei der Lesereise sind alle vertreten. Mit rund 150 geplanten Veranstaltungen wollen wir ordentlich Wind in die Segel der Kultur blasen und Kulturorte, Künstler*innen und Publikum beim Neustart in die Lesesaison 2021 unterstützen.

Der Termin stand leider zur Drucklegung dieses Heftes noch nicht fest. Informieren Sie sich auf unserer Homepage unter
www. vhs-grosswittensee.npage. de

Infos auch unter
www.lesereise.sh

VHS Rendsburger Ring e.V.

Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung
Arsenalstr. 2-10, 24768 Rendsburg

Grundbildung im Kreis Rendsburg-Eckernförde

Das Regionale Grundbildungszentrum der VHS Rendsburg bietet:

- **Informationsveranstaltungen rund um die Themen Alphabetisierung und Grundbildung für Erwachsene**

- **Kurse für Kleingruppen und Einzelförderung zu allen Lebenswelten:**
  - ✓ Lesen und Schreiben
  - ✓ Papierkram
  - ✓ Rechnen und Geld
  - ✓ Gut zusammenleben im Alltag
  - ✓ Gesund leben
  - ✓ Arbeiten und Beruf
  - ✓ Computer und Internet

Termine nach Absprache schon ab einem Teilnehmer - auch in Eckernförde:

04331 208834/38
Wir freuen uns auf Sie!
Cornelia Bade & Nadja Hahn
hahn@vhs-rendsburg.de
bade-governale@vhs-rendsburg.de
Die Kurse sind kostenfrei!

- **Zertifizierte Maßnahmen und Kurse zur Vorbereitung auf Schulabschlüsse**

Am 02.08.2021 startet die VHS Rendsburger Ring e.V. wieder mit einem Vorbereitungskurs auf den ersten allgemeinbildenden Schulabschluss (ESA).
Der Unterricht findet Montag bis Freitag von 16.00 - 19.15 Uhr in Büdelsdorf statt.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei:
Gabriele Schuchardt
Arsenalstr. 2-10
24768 Rendsburg
Tel: 04331-208826
schuchardt@vhs-rendsburg.de

Anmeldung:

Kurs.....Nr. .....

Vor- und Zuname .....

Anschrift .....

Email.....

Telefon ..... Mobil .....

Koch-Kurse, EDV-Kurse, Wochenend-Kurse und Sportbootführerschein-Kurse müssen 14 Tage vor Beginn gezahlt werden.

Bankverbindungen Förde-Sparkasse:

VHS Eckernförde IBAN: DE72 2105 0170 1000 2005 90

VHS Fleckeby IBAN: DE78 2105 0170 0000 6310 02

VHS Groß Wittensee IBAN: DE62 2105 0170 1400 0683 32

VHS Holtsee IBAN: DE94 2105 0170 1400 0682 41

VHS Rieseby IBAN: DE64 2105 0170 0000 9103 23

Anmeldung:

Kurs.....Nr. .....

Vor- und Zuname .....

Anschrift .....

Email.....

Telefon ..... Mobil .....

Koch-Kurse, EDV-Kurse, Wochenend-Kurse und Sportbootführerschein-Kurse müssen 14 Tage vor Beginn gezahlt werden.

Bankverbindungen Förde-Sparkasse:

VHS Eckernförde IBAN: DE72 2105 0170 1000 2005 90

VHS Fleckeby IBAN: DE78 2105 0170 0000 6310 02

VHS Groß Wittensee IBAN: DE62 2105 0170 1400 0683 32

VHS Holtsee IBAN: DE94 2105 0170 1400 0682 41

VHS Rieseby IBAN: DE64 2105 0170 0000 9103 23

VOLKSHOCHSCHULE……

……

…… ……

VOLKSHOCHSCHULE……

……

…… ……