



vhsvorort



Foto: real44 | Stockphoto.com

PROGRAMM

2. Semester 2020

vhs-vor-ort.de



VHS vor Ort
Zukunft | Bildung | Begeisterung

„NANU?!?“

DAS IST ABER DÜNN ...“

Liebe Leser*innen,

in diesen Zeiten kommt manches anders als vielleicht erwartet... Das gilt sicherlich nicht nur für das vorliegende Programmheft unserer VHS, welches in ungewohnt kompakter Form in Ihren Händen liegt oder in digitaler Form auf Ihrem Bildschirm erscheint. Dieser Gedanke zieht sich seit dem bundesweiten Lock-down im Frühjahr wie ein roter Faden durch unsere Arbeit und unseren Alltag. Dieser Gedanke ist ferner Grund genug, ihm mit dem Titelbild des vorliegenden Heftes auf eine uneingeschränkt zuversichtliche Art und Weise Ausdruck zu verleihen.

In Zeiten von Corona erreichen uns und alle Beteiligten nahezu täglich neue Anforderungen, die an die Durchführung unserer Kurse und Veranstaltungen gestellt werden. Das vorliegende Programm für das 2. Semester 2020 umfasst zum Zeitpunkt der Drucklegung dieser Broschüre dennoch mehr als 500 Bildungsangebote. Der Situation geschuldet, dass niemand während der Planung sagen konnte und kann, ob das Semester einen normalen Verlauf nehmen wird, ob alle Räumlichkeiten wie gewohnt genutzt oder ob Zeitangaben letztendlich eingehalten werden können, gehen wir bei der Veröffentlichung des Weiterbildungsangebotes vorübergehend neue Wege.

Alle bis zum Zeitpunkt der Drucklegung und vor dem Hintergrund zwingend notwendiger Hygiene-Maßnahmen geplanten Kurse und Veranstaltungen werden auf den nachfolgenden Seiten unter Angabe von Kursnummer und -titel, Dozent*in und Verbandsstadt oder -gemeinde aufgeführt. Sämtliche weiterführenden Informationen sowie weitere Bildungsangebote sind ab dem 27.08.2020 stets aktuell über

unsere Internetseiten unter www.vhs-vor-ort.de verfügbar bzw. können ab diesem Tag in den Bürger- und VHS-Büros unserer sechs Verbandsstädte und -gemeinden (s. S. 5) erfragt werden.

Das vorliegende Weiterbildungsangebot ist digitaler denn je und enthält 55 Online-Kurse und Live-streams, die eine Teilnahme von zuhause oder einem anderen Ort aus ermöglichen. Ferner freuen wir uns, trotz aller planerischen Unsicherheit ca. 150 neue Kurse und Veranstaltungen ankündigen zu können. Hierfür danke ich im Namen des gesamten Teams der VHS ausdrücklich unseren Dozent*innen, die uns in diesen Zeiten insbesondere im Interesse unserer Teilnehmer*innen zur Seite stehen und sich mit uns darauf freuen, dass es endlich wieder losgehen kann!

Bei größtmöglichem Optimismus ist jedoch klar: Die Pandemie wird uns alle auch weiterhin vor große Herausforderungen stellen und wir werden vermutlich bis auf weiteres mit z. T. kurzfristigen Änderungen von Plänen und Gewohnheiten leben müssen. Das gilt nicht nur für das Angebot der VHS sondern für viele Bereiche des gesellschaftlichen Lebens.

Daher appelliere ich eindringlich an Sie, die zwingend notwendigen Hinweise und Vorkehrungen zur Hygiene bei der Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen der VHS zu beachten und sich und Ihre Mitmenschen bestmöglich vor einer Infektion mit dem Corona-Virus zu schützen.

Bei der Auswahl Ihres nächsten Kurses, Vortrags oder Webinars wünsche ich Ihnen wie immer viel Spaß! Wir würden uns freuen, Sie demnächst als Teilnehmer*in begrüßen zu dürfen!

Für das gesamte Team der VHS vor Ort
Markus Krick
(Leiter der VHS vor Ort)



Für eine Kursteilnahme gelten folgende Hygieneregeln*:



Für eine Kursteilnahme ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS vor Ort und ein kontinuierliches Eintragen in die Anwesenheitsliste aus Gründen der Nachvollziehbarkeit von Infektionsketten zwingend erforderlich.



Alle Personen sind angehalten, jederzeit mindestens 1,50 Meter Abstand voneinander zu halten. Bei bewegungs- und atmungsaktiven Angeboten gilt ein Mindestabstand von 2 bis 3 Metern. Die maximale Kursteilnehmerzahl ist diesen Vorgaben entsprechend angepasst.



In den von der VHS vor Ort genutzten Gebäuden sind Mund-Nasen-Masken zu tragen. Durch das Tragen einer Maske darf der Abstand zu anderen Personen nicht unnötigerweise verringert werden. Bei Einhaltung der Mindestabstände kann die Mund-Nasen-Maske während der Kurse abgelegt werden.



Wegefürhungen, räumliche Trennungen und Hinweise sind zu beachten.



Berührungen, Händeschütteln oder Umarmungen sind in jedem Fall zu unterlassen. Es ist darauf zu achten, mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute, zu berühren, d. h. sich nicht an Mund, Augen und Nase zu fassen.



Es ist wichtig, sich regelmäßig und gründlich (mindestens für 20-30 Sekunden) mit Wasser und Seife die Hände zu waschen.



Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdehnen.



Bei Krankheitszeichen und grippeähnlichen Symptomen (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust von Geschmacks- oder Geruchssinn, Halsschmerzen oder Gliederschmerzen) sollten Betroffene in jedem Fall zu Hause bleiben und Veranstaltungen der VHS vor Ort nicht besuchen.



Bei Verdacht von Krankheitssymptomen ist umgehend Kontakt mit einem Arzt aufzunehmen. Wenn der begründete Verdacht oder die bestätigte Erkrankung einer Covid19-Infektion vorliegt, ist das zuständige Gesundheitsamt zu informieren.

* Die Hygieneregeln richten sich nach dem Hygieneschutzkonzept der VHS vor Ort in seiner jeweils gültigen Fassung, einzusehen unter www.vhs-vor-ort.de.

**Einfach und unkompliziert anmelden –
online unter www.vhs-vor-ort.de**

Hier sind wir persönlich vor Ort und für Sie erreichbar!

Bürgerbüro der Stadt Büren

Rathaus Büren
Königstr. 16
33142 Büren
02951 9700

Bürgerservice der Gemeinde Hövelhof

Rathaus Hövelhof
Schloßstr. 14
33161 Hövelhof
05257 5009214

Bürgerbüro der Stadt Delbrück

Stadtverwaltung Delbrück
Lange Str. 45
33129 Delbrück
05250 996193

Bürgerbüro der Stadt Salzkotten

Rathaus Salzkotten
Marktstr. 8
33154 Salzkotten
05258 5071000

VHS-Büro Geseke

Ostmauer 6
59590 Geseke
02942 500900
ingrid.vogt@geseke.de

Rathaus Bad Wünnenberg

Poststr. 15
33181 Bad Wünnenberg-Fürstenberg
02953 70915

VHS-Hauptgeschäftsstelle

Lange Str. 56
33154 Salzkotten
05258 937960
info@vhs-vor-ort.de

Ansprechpartner und Öffnungszeiten
unserer Bürger- und VHS-Büros
finden Sie online unter
www.vhs-vor-ort.de

Ihre Anmeldung erfolgt online oder
über unsere Bürger- und VHS-Büros!

So geht's online:

1. Kursnummer auswählen (und merken!)

Kursnr	Kurstitel	Dozent*in	Ort
30000	❖ Fit im Fremdsprachenunterricht für Studierende und Referendar*innen	Thomas-Ben Farhat	H
Deutsch			
30050	Deutsch als Fremdsprache (A1)	Wilhelm	G
30051	Deutsch als Fremdsprache (A1)	Schniedermeier	B

2. Kursort aussuchen

(B) Büren | (D) Delbrück | (G) Geseke
(H) Hövelhof | (S) Salzkotten
(W) Bad Wünnenberg | (O) Online
(Ü) Überregional

3. www.vhs-vor-ort.de aufrufen, Kursnummer eingeben, passenden Kurs auswählen und Anmeldung online abgeben - fertig!

So geht's persönlich:

Kursnummer telefonisch oder persönlich
an eines unserer Bürger- oder VHS-Büros
(siehe Seite 5) durchgeben und buchen.

Zeichenerklärung:

✿ = Schnupperabend
❖ = neuer Kurs

(B) Büren | (D) Delbrück | (G) Geseke
(H) Hövelhof | (S) Salzkotten
(W) Bad Wünnenberg | (O) Online
(Ü) Überregional

Vollständige Kurs-
beschreibungen
sowie tagesaktuelle
Infos unter
vhs-vor-ort.de

**Sie wissen nicht, welcher Kurs der Richtige für Sie ist?
Ob Sprach-, Yoga- oder EDV-Kurs: wir beraten Sie gerne und suchen gemeinsam das
passende Angebot für Sie aus.**

**Sie erreichen
das Team
der VHS vor Ort
unter der Nummer
05258 93796-0.**



MENSCH UND GESELLSCHAFT 1

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Gesellschaft und Politik			
10000	Weimar und Bauhaus	Bradic	Ü
10001	❖ Bonn: 250 Jahre Beethoven. Welt.Bürger.Musik	Bradic	Ü
10002	❖ Livestream: Wald ist mehr als Holz: Gesunde Wälder – gesunde Menschen. Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem WWF	Winter	O
10003	❖ Die USA vor der Wahl - und am Abgrund? (vhs.wissen live)	Wetzel	O
10004	❖ Pandemien - Corona und die neuen globalen Infektionskrankheiten (vhs.wissen live)	Hacker	O
10005	❖ Politik, Unternehmen und Verbraucher als Klimaschutzgemeinschaft der Zukunft (vhs.Universität)	Grießhammer	O
10006	❖ Energie verbrauchen ohne schlechtes Gewissen (vhs.Universität)	Frondel	O
10007	❖ Von Melodien zu Wörtern: Wie Babys Sprache(n) lernen (vhs.wissen live)	Wermke	O
10008	❖ Nachhaltiger Modekonsum: wie schaffen wir es, so zu konsumieren, wie wir es uns vornehmen? (vhs.Universität)	Hörisch	O
10009	❖ Wandel' Dich, nicht das Klima (vhs.wissen live)	Reese	O
10010	❖ Milch versus Grünkohl? Nachhaltige Ernährung fängt bereits im Supermarkt an (vhs.Universität)	Speck	O
10011	❖ Kommentar und Diskussion zum Ergebnis der Präsidentschaftswahl in den USA (vhs.wissen live)	Bierling	O
10012	Livestream: Nachhaltigkeit in der Krise	Göpel	O
10013	❖ Die Erfindung des (jüdischen) Essens: Popkultur, Ernährung, Identität (vhs.wissen live)	Battegay	O

1 MENSCH UND GESELLSCHAFT

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
10014	❖ Gerechtigkeit und Gesundheit - wie kann die Pharmaforschung allen zugutekommen? (vhs.wissen live)	Pogge	O
10015	❖ Corona und die Folgen (vhs.wissen live)	Charisius, Uhlmann	O
10016	❖ Verschwörungstheorien: Charakteristika - Funktionen - Folgen (vhs. wissen live)	Butter	O
10017	❖ Das Zeitalter des Glaubens: Aufstieg und Niedergang der uns vertrauten Form von Religion (vhs.wissen live)	Assmann	O
10018	❖ Journalismus statt Panik - von der besonderen Aufgabe und Verantwortung der Medien in besonderen Zeiten	Mascolo, Kampf	O
10019	❖ Umbruch Ost - Eine Ausstellung zu 30 Jahren Deutsche Einheit		D
Heimat- und Länderkunde			
11000	Exkursion in den Steinbruch Düstertal	Mausbach	W
11001	Delbrücker Geschichte mit dem Fahrrad erleben	Köllner	D
11002	❖ Backsteingotik an der deutschen Ostseeküste	Ahl	H
11003	❖ Liebe, Glück und Beziehung (Vortrag)	Bertels	H
Philosophie und Religion			
13000	❖ Alpha-Kurs - Entdecke Leben, Glauben, Sinn	Kramps	W
Lebenskompetenz			
14000	Erzählcafe am Morgen / Die vier Elemente - Leben im Gleichgewicht	Buschmeier, Hense	S
14001	Erzählcafe am Morgen / Fundstücke	Buschmeier, Hense	S
14002	Erzählcafe am Morgen / Vom Wasser des Lebens	Buschmeier, Hense	S
14003	Erzählcafe am Morgen / Sternstunden	Buschmeier, Hense	S
14004	❖ Gewaltfreie Kommunikation	Franz	G
14005	Alte Schriften lesen - Eine Einführung in die älteren Druck- und Schreibschriften Fraktur, Sütterlin und deutsche Kurrent	Köllner	D
14006	Wege zur Selbsterkenntnis. Ein Single-Seminar.	Nachtigall	G
Recht, Finanzen und Vorsorge			
15000	Kündigung und Personalabbau - Meine Rechte als Arbeitnehmer*in	Suminski	D
15001	DSGVO im Verein	Grenz	S
15002	Haftung von Vereinsvorständen	Gerken	S
15003	Haftung von Vereinsvorständen	Gerken	G
15004	❖ Verfahren im Kinderschutz - Infoveranstaltung für Vereine		D
15005	Verfahren im Kinderschutz - Infoveranstaltung für Vereine		W
15007	ETF für Einsteiger - Geld anlegen leicht gemacht! (Online-Vortrag)	Brockhoff	O
15008	Finanzoptimierung 4.0: Optimaler Vermögensaufbau von Anfang an! (Online-Vortrag)	Brockhoff	O
15009	❖ Altersvorsorge mit Riester	Wein	D
15010	❖ Altersvorsorge mit Riester	Wein	H
15011	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patiententestament	Heusipp	D

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
15012	Rechtliche Betreuung - eine Aufgabe für Sie!?	Heusipp, Grabe	D
15013	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patiententestament	Heusipp	H
15014	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patiententestament	Heusipp	W
15015	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patiententestament	Heusipp	B
15016	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patiententestament	Heusipp	S
15017	Vorsorge total	d´Alquen	B
15018	„Bis das der Tod euch scheidet...“ Von der Trennung bis zur Scheidung.	Brauckmann	H
15019	„Bis das der Tod euch scheidet...“ Von der Trennung bis zur Scheidung.	Brauckmann	D
15020	Vorsorge total	d´Alquen	D
15021	Vorsorge total	d´Alquen	S
15022	Übertragen und Vererben	Grenz	B
15023	Übertragen und Vererben	Radix	H
15024	Übertragen und Vererben	Grenz	S
15025	Übertragen und Vererben	Radix	D
15026	Übertragen und Vererben	Grenz	W
Wohnen und Garten			
18000	Gartenplanung Schritt für Schritt	Haneball	B
18001	Gartenplanung Schritt für Schritt	Haneball	D
18002	Obstbaumschnitt	Schütz	H
18003	Der Garten als Biotop und Nahrungsquelle	Schütz	H
Umwelt und Technik			
19000	KfW-Förderung für Bestandsgebäude	Helle	S
19001	KfW-Förderung für Bestandsgebäude	Helle	B
19002	Planungsschritte aus Sicht des Bauherrn	Wispler	S
19003	Motorsägenführerschein - Grundkurs	Fiebig	S
19004	Motorsägenführerschein - Grundkurs	Fiebig	S
19005	Motorsägenführerschein - Aufbaukurs	Fiebig	S
19006	Infoabend: Amtliche Sportbootführerscheine	Hoffmann	H
19007	Infoabend: Amtliche Sportbootführerscheine	Hoffmann	G
19008	Infoabend: Amtliche Sportbootführerscheine	Hoffmann	B
19009	Infoabend: Amtliche Sportbootführerscheine	Hoffmann	S
19010	Infoabend: Amtliche Sportbootführerscheine	Hoffmann	W
19011	Sportbootführerschein Binnen	Hoffmann	G
19012	Sportbootführerschein Binnen	Hoffmann	W
19013	Wandern mit Alpakas	Aulbur	D
19014	Wandern mit Alpakas	Aulbur	D

2 ELTERN UND FAMILIE

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Erziehung und Förderung			
21000	Wie Sie Ihr Kind bei Einschlafproblemen und Ängsten unterstützen können	Kilianski-Witthut	G
21001	Goodbye Windel - wie Kinder trocken und sauber werden	Jeserich	D
21002	❖ Ein Tag für uns! Eltern-Kind-Workshop (Grundschulkinder)	Schnittker	D
21003	❖ Ein Tag für uns! Eltern-Kind-Workshop (weiterführende Schule)	Schnittker	D
21004	Reflexintegration: ein Infoabend für Eltern, Pädagogen und Interessierte	Priebe-Goroncy	D
21005	Reflexintegration: ein Infoabend für Eltern, Pädagogen und Interessierte	Priebe-Goroncy	S
21006	Reflexintegration: ein Infoabend für Eltern, Pädagogen und Interessierte	Priebe-Goroncy	H
21007	Prüfungen leichter bestehen (9-11 Jahre)	Priebe-Goroncy	D
21008	Prüfungen leichter bestehen (12-15 Jahre)	Priebe-Goroncy	D
21009	❖ Easy Learning. Schule und Prüfungen entspannt meistern (8-16 J.).	Schnittker	G
21010	❖ (Cyber-)Mobbing begegnen	Rohani	S
21013	Erste Hilfe am Kind für Eltern und Großeltern	Schnoor	D
Sprachen und andere Länder			
22001	Hello Kids - Englisch für Kinder	Mersch	S
Natur, Umwelt und Technik erleben			
23000	Exkursion in den Steinbruch Düstertal für Eltern mit Kind (ab 8 Jahren)	Mausbach	W
23001	Reiten für die Kleinsten - In Begleitung der Eltern od. Großeltern (3-5 Jahre)	Anders	W
23002	Reiten für die Kleinsten - In Begleitung der Eltern od. Großeltern (3-5 Jahre)	Anders	W
23007	Reiten und Yoga für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern	Anders, Kallerhoff	W
23015	Ein Nachmittag mit Alpakas für Eltern mit Kindern	Aulbur	D
23016	Ein Nachmittag mit Alpakas für Eltern mit Kindern	Aulbur	D
23020	Naturdetektive auf der Suche nach den Bewohnern des Waldes für Eltern und Kinder von 4-8 Jahren	Schroeder	S
23021	Naturdetektive auf der Suche nach den Bewohnern des Waldes für Eltern und Kinder von 4-8 Jahren	Schroeder	H
23022	Naturdetektive - Tierspuren und Fährtenkunde für Eltern und Kinder von 4-8 Jahren	Schroeder	S
23023	Wald erfahren, Natur bewahren! Für Eltern und Kinder von 4-8 Jahren	Schroeder	B
23024	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23025	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23026	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23027	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23028	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23029	Klettern für Vater/Mutter und Kind von 5-7 Jahren		Ü
23030	❖ Stop-Motion-Workshop für Kinder ab 10 Jahren	Rohani	S

Kursnr.	Kurstitel	Donzent*in	Ort
Kreativität und Musik			
24000	Malen und Gestalten für Kinder ab 9 Jahren	Lammert	G
24001	Malen und Basteln im Herbst für Kinder im Grundschulalter	Lammert	G
24002	Malen und Basteln in der Adventszeit für Kinder im Grundschulalter	Lammert	G
24003	Wald- und Wiesenatelier - kreative Werkstatt draußen für Kinder im Grundschulalter	Kramer-Hunold, Lammert	G
24004	Greg-Zeichenkurs (ab 8 Jahren)	Hofmann	W
24005	❖ Greg-Zeichenkurs (ab 8 Jahren)	Hofmann	D
24006	Greg-Zeichenkurs (ab 8 Jahren)	Hofmann	H
24007	Greg-Zeichenkurs (ab 8 Jahren)	Hofmann	S
24008	Blockflöte für Anfänger *innen (ab 5 Jahren)	Lammert	G
24009	Blockflöte für Fortgeschrittene I (ab 5 Jahren)	Lammert	G
24010	Blockflöte für Fortgeschrittene II (ab 5 Jahren)	Lammert	G
24011	Malkurs - Von der Wellpappe zum Traumschloss	Braun	H
24012	Poetry Slam Workshop		H
Spiel, Bewegung und Entspannung			
25000	Musikgarten für Babys (0-18 Monate)	Schäfer	S
25001	Wir machen Musik! Musikgarten für Eltern und Kinder (18 Mon.-3 J.)	Schäfer	S
25002	Kleine Hand in großer Hand (10-24 Monate)	Walljasper	D
25003	Kleine Hand in großer Hand (10-24 Monate)	Walljasper	D
25004	Eine Reise in das Märchenland (6-8 Jahre)	Walljasper	D
25006	Die Krabbelmäuse - Eltern-Kind-Spielgruppe für Kinder von 12-24 Mon.	Suray	G
25007	Die Krabbelmäuse - Eltern-Kind-Spielgruppe für Kinder von 12-24 Mon.	Herting	G
25008	Eltern turnen mit ihren Kindern (1,5-3 Jahre)	Pralat-Bluhm	D
25009	Psychomotorik für Kinder von 5-7 Jahren	Aulbur	D
25010	Bambini-Turnen mit Eltern	Hüser	W
25011	Bambini-Turnen mit Eltern	Hüser	W
25012	❖ AWO Krabbelkäfer (6-24 Monate)	Wester-Tewes	S
25013	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Keuchel	G
25014	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Keuchel	G
25015	Eltern-Kind-Turnen (3-6 Jahre)	Keuchel	G
25016	Eltern-Kind-Turnen (3-6 Jahre)	Keuchel	G
25017	Im Spatzennest da tut sich was	Herbst	W
25018	Wassergewöhnung für Kinder mit ihren Eltern	Pintozzi	G
25019	Wir lernen Schwimmen - Grundkurs (ab 5 Jahren) Ferienkurs	Wieske, Köthemann	G
25020	Wir lernen Schwimmen - Grundkurs (ab 5 Jahren) Ferienkurs	Wieske, Köthemann	G
25021	Baby- u. Kleinkinderschwimmen (3-18 Monate)	Wieskotten	W

2 ELTERN UND FAMILIE

Kursnr.	Kurstitel	Donzent*in	Ort
25022	Baby- u. Kleinkinderschwimmen (3-18 Monate)	Wieskotten	W
25027	Wir lernen Schwimmen - Grundkurs (ab 5 Jahren)	Pintozzi, Beklas	G
25028	Wir lernen Schwimmen - Grundkurs (ab 5 Jahren)	Wieske, Köthemann	G
25029	Wir lernen Schwimmen - Grundkurs (ab 5 Jahren)	Köthemann, Wieske	G
25037	Schwimmen für Kinder - Aufbaukurs	Köthemann, Wieske	G
25038	Entspannungsstunden für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren	Falke-Held	G
25039	Yoga für Kinder (3-5 Jahre)	Kallerhoff	G
25040	Yoga für Kinder (6-10 Jahre)	Kallerhoff	G
25041	Familienyoga	Kallerhoff	G
25042	Selbstbehauptung für Kinder von 7 bis 9 Jahren	Loer	G
25043	❖ Fußball Freestyle-Workshop	Niidas	S
25044	Kinderturnen mit „Karolina Kunterbunt“ (4-5 Jahre)	Schneeberg	S
25045	Kinderturnen mit „Karolina Kunterbunt“ (5-6 Jahre)	Schneeberg	S

Ernährung

26000	Immer Theater mit dem Essen	Schlidt	G
-------	-----------------------------	---------	---

Weitere Kurse und Informationen finden Sie unter www.vhs-vor-ort.de

❖ = neuer Kurs ❁ = Schnupperabend



**44.000 Mitglieder
statt Egonummer.**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Die großen Aufgaben unserer Zeit lösen wir nur zusammen. Deshalb entscheiden wir mit unseren Mitgliedern gemeinsam, wie wir als Bank handeln.

Diese genossenschaftliche Idee ist zwar schon mehr als 170 Jahre alt, könnte aber kaum moderner sein.

Kurse online.

**Online weiterbilden?
Wir machen es einfach für Sie!**



vhs • wissen live
das digitale Wissenschaftsprogramm



Angebote und nähere Informationen unter
www.vhs-vor-ort.de



3 SPRACHEN DER WELT

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
30000	❖ Fit im Fremdsprachenunterricht für Studierende und Referendar*innen	Thomas-Ben Farhat	H
Deutsch			
30050	Deutsch als Fremdsprache (A1)	Wilhelm	G
30051	Deutsch als Fremdsprache (A1)	Schniedermeier	B
30052	Deutsch als Fremdsprache (A2)	Schniedermeier	B
Englisch			
31001	Englisch für ältere Lernende ohne Vorkenntnisse (A1) - ✿ In Zusammenarbeit mit dem Caritasverband im Dekanat Büren e.V.	Woltersdorf	B
31002	Englisch für ältere Lernende ohne Vorkenntnisse (A1.0) In Zusammenarbeit mit dem Caritasverband im Dekanat Büren e.V.	Woltersdorf	B
31003	Englisch für ältere Lernende ohne Vorkenntnisse (A1.1) In Zusammenarbeit mit dem Caritasverband im Dekanat Büren e.V.	Woltersdorf	B
31004	Englisch für die Generation 50+ (A1)	Striewe	S
31005	Englisch für die Reise für die ältere Generation (A1)	von Vulté	S
31006	Englisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ✿	Woltersdorf	D
31007	Englisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Woltersdorf	D
31008	❖ English for everyone: Englisch für Einsteiger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen (A1) - ✿	Vargas Morales	S
31009	❖ English for everyone: Englisch für Einsteiger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Vargas Morales	S
31010	Englisch für Einsteiger*innen (A1) - ✿	Mersch	G
31011	Englisch für Einsteiger*innen (A1)	Mersch	G
31012	❖ Endlich Englisch lernen - Englisch für Einsteiger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Koch	H
31013	❖ Endlich Englisch lernen - Englisch für Einsteiger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Koch	H
31014	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1) - ✿	Abels	W
31015	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Abels	W
31016	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1) - ✿	Abels	B
31017	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Abels	B
31018	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Zobel	D
31019	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Braun	H
31020	❖ Englisch einfach online lernen - für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1.1)	Woltersdorf	S
31301	Englisch für Wiedereinsteiger*innen (A2)	Braun	H
31302	Englisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A2)	Braun	H
31303	Wir wollen auch in Englisch mitreden können (A2)	von Vulté	S
31304	Englisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Zobel	D
31305	Englisch am Vormittag für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger (A2.2)	Fredersdorf	S

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
31306	Englische Konversation für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2/B1)	Zobel	D
31307	❖ Storyreading (A2/B1)	Striewe	S
31501	Englisch für die Generation 50+ (B1)	Striewe	S
31502	Englisch für Fortgeschrittene und Wieder-Einsteiger*innen (B1)	Kick	D
31503	Time to Talk - English conversation	Kress	S
31504	❖ Talking with TED: Englische Konversation Online (B1+)	Vargas Morales	O
31505	Englisch für die Generation 50+ Wieder-Einsteiger*innen (B1/B2)	Striewe	S
31506	❖ Practise your English (B1/B2) - ❖	Döring	S
31507	❖ Practise your English (B1/B2)	Döring	S
31508	Wirtschaftsenglisch / Business English für Einsteiger*innen	Schniedermeier	B
31509	Wirtschaftsenglisch / Business English für Einsteiger*innen	Schniedermeier	W
Spanisch			
32001	Buen viaje: Spanisch für den Urlaub (A1) - ❖	Deppe	W
32002	Buen viaje: Spanisch für den Urlaub (A1)	Deppe	W
32003	Buen viaje: Spanisch für den Urlaub (A1) - ❖	Deppe	G
32004	Buen viaje: Spanisch für den Urlaub (A1)	Deppe	G
32005	Spanisch für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ❖	Kardara	S
32006	Spanisch für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Kardara	S
32007	Spanisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ❖	Mersch	G
32008	Spanisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Mersch	G
32009	Spanisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2) - ❖	Mersch	G
32010	Spanisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Mersch	G
32011	Spanisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Yanez De Bannenberg	S
32012	Spanisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen/Konversationskurs (A2/B1)	Deppe	G
32013	Spanisch für Fortgeschrittene (B1)	Yanez De Bannenberg	B
Italienisch			
33001	Italienisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ❖	Franz	G
33002	Italienisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Franz	G
33003	Italienisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Marchiani	S
33004	Italienisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1)	Marchiani	S
33005	Italienisch für Einsteiger*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Franz	G
33006	„Parliamo italiano“ - Italienisch mit guten Vorkenntnissen (B1)	Franz	G
Französisch			
34001	Französisch für Wiedereinsteiger*innen (A1)	Kuhl	S
34002	Französisch für Einsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen (A1.2)	Kuhl	G

3 SPRACHEN DER WELT

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
34003	Französisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A2.2)	Kuhl	S
34004	Französisch für Fortgeschrittene (B1)	Kuhl	S
34005	Französisch für Fortgeschrittene (B2)	Kuhl	S
Andere Sprachen Europas			
35001	❖ Dänisch für Anfänger*innen (A1) - Onlinekurs	Asmussen	O
35002	Schwedisch für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen (A1)	Stulken Schlune	S
35003	❖ Olá queridos amigos! Portugiesisch für Anfänger*innen - ❀	Danckwerts	S
35004	❖ Olá queridos amigos! Portugiesisch für Anfänger*innen (A1)	Danckwerts	S
35005	Olá queridos amigos! Portugiesisch für Anfänger*innen - ❀	Danckwerts	G
35006	Olá queridos amigos! Portugiesisch für Anfänger*innen (A1)	Danckwerts	G
35007	Olá queridos amigos! Portugiesisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Danckwerts	G
35008	Griechisch für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ❀	Kardara	S
35009	Griechisch für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Kardara	S
35010	Entspannt Russisch lernen (A1) - ❀	Kalinina	G
35011	Entspannt Russisch lernen (A1)	Kalinina	G
35012	Entspannt Russisch lernen (A1.2)	Kalinina	G
35013	Russisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1) - ❀	Schniedermeier	B
35014	Russisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Schniedermeier	B
35015	Russisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse - ❀	Prieb	S
35016	Russisch für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse (A1)	Prieb	S
35017	❖ Türkisch für Anfänger*innen - ❀	Aydin	G
35018	❖ Türkisch für Anfänger*innen	Aydin	G
Andere Sprachen der Welt			
36001	Arabisch für Einsteiger*innen (A1) - ❀	Shubbar	S
36002	Arabisch für Einsteiger*innen (A1)	Shubbar	S
36003	Japanisch für Anfänger*innen (A1) - ❀	Watanabe-Bussmann	S
36004	Japanisch für Anfänger*innen (A1)	Watanabe-Bussmann	S
36005	Japanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen (A2)	Watanabe-Bussmann	S



Schützen Sie sich und andere!

Bitte beachten Sie bei der Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen die Hygieneregeln der VHS vor Ort (s. S. 4).

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Kaufmännische Weiterbildung mit Xpert Business (Online-Kurse)			
40001	❖ Beratung zur kaufmännischen Weiterbildung mit Xpert Business-Zertifikat	Krick	S
40002	Zertifikatsprüfung Xpert Business (alle Module, s. Nr. 40003-40015)	Krick	S
40003	Finanzbuchführung 1 (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40004	Finanzbuchführung 2 (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40005	Finanzbuchführung 3 mit DATEV (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40006	Lohn und Gehalt 1 (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40007	Lohn und Gehalt 2 (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40008	Lohn und Gehalt 3 mit DATEV (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40009	Einnahmen-Überschussrechnung (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40010	Kosten- und Leistungsrechnung (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40011	Finanzwirtschaft (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40012	Bilanzierung (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40013	Controlling (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40014	Betriebliche Steuerpraxis (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
40015	Personalwirtschaft (Xpert Business-Zertifikat)	Online-Dozent	O
Berufliche Praxis und Schlüsselqualifikationen			
40102	Grundlagen der Buchführung I - Grundkurs am Wochenende	Mertensmeier	S
40103	Grundlagen der Buchführung II - Aufbaukurs am Wochenende	Mertensmeier	S
40201	Business Small Talk	Döhlinger	D
40202	Mit Erfolg telefonieren!	Bender	D
40203	Rhetorik und Präsentationstraining	Döhlinger	D
40204	Rhetorik mit Durchsetzungskraft	Döhlinger	D
40205	Profiling: Mitarbeiter*innen und Kolleg*innen besser verstehen	Nachtigall	S
40206	Profiling: Mitarbeiter*innen und Kolleg*innen besser verstehen	Nachtigall	D
40207	Resilienz - Was uns stark macht!	Nachtigall	S
40208	Resilienz - Was uns stark macht!	Nachtigall	D
40209	Resilienz - Was uns stark macht!	Nachtigall	G
40210	Kommunizieren wie ein Profi? - Infoabend NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren)	Jonat	S
Abi 2021 leicht gemacht - Modulare Prüfungs-Vorbereitungskurse für Deutsch und Englisch (Online)			
40801	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 1 „Studying and working in a globalized world“	Diehl	O
40802	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 2 „American myths and realities“	Diehl	O
40803	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 3 „Voices from the African Continent: Focus on Nigeria“	Diehl	O
40804	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 4 „The impact of Shakespearean drama on young audiences today“	Diehl	O

4 BERUF UND EDV

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
40805	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 5 „Visions of the future“	Diehl	O
40806	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 6 „The impact of globalization on culture and communication“	Diehl	O
40807	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 7 „Wiederholung“	Diehl	O
40808	❖ Abi leicht gemacht - Englisch Modul 8 „Vorbereitung auf die mündliche Prüfung“	Diehl	O
40809	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 1 „Spracherwerbsmodelle“	Diehl	O
40810	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 2 „Sprachgeschichtlicher Wandel“	Diehl	O
40811	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 3 „Sprachvarietäten und ihre gesellschaftliche Bedeutung“	Diehl	O
40812	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 4 „Inhaltsfeld Texte“	Diehl	O
40813	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 5 „Sprachliches Handeln im kommunikativen Kontext“	Diehl	O
40814	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 6 „Information und Informationsdarbietung in verschiedenen Medien“	Diehl	O
40815	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 7 „Wiederholung“	Diehl	O
40816	❖ Abi leicht gemacht - Deutsch Modul 8 „Vorbereitung auf die mündliche Prüfung“	Diehl	O

Grundlagen der EDV und Tastschreiben

41001	vhs4you - EDV-Beratung als Einzelunterricht	Mollemeyer	S
41002	vhs4you - EDV-Beratung als Einzelunterricht	Mollemeyer	S
41003	vhs4you - EDV-Beratung als Einzelunterricht	Mollemeyer	S
41004	vhs4you - EDV-Beratung als Einzelunterricht	Mollemeyer	S
41005	vhs4you - EDV-Beratung als Einzelunterricht	Mollemeyer	S
41006	10-Finger-Tastschreiben am PC - Fit für Schule, Studium oder Beruf	Baumann	S
41007	10-Finger-Tastschreiben am PC - Fit für Schule, Studium oder Beruf	Baumann	H
41008	10-Finger-Tastschreiben für Kinder und Jugendliche (10-15 Jahre)	Bergen	G
41009	EDV kompakt I - Grundkurs am Wochenende	Bürger	H
41010	Computernutzung leicht gemacht 1: EDV-Grundkurs (Windows 10)	Lehmann	G
41011	Computernutzung leicht gemacht 1: EDV-Grundkurs (Windows 10)	Lehmann	B
41012	Computernutzung leicht gemacht 1: EDV-Grundkurs (Windows 10)	Lehmann	S
41013	Computernutzung leicht gemacht 2: EDV-Aufbaukurs (Windows 10)	Lehmann	G
41014	Computernutzung leicht gemacht 2: EDV-Aufbaukurs (Windows 10)	Lehmann	S

Office-Anwendungen

42001	Zurück in den Büroalltag: Office für Berufsrückkehrer*innen	Mollemeyer	S
42002	Textverarbeitung mit WORD 2016 - Grundkurs	Lehmann	S
42003	Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Grundkurs	Gertzen	D
42004	Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Grundkurs	Lehmann	S
42006	WORD, EXCEL und OneDrive effizient nutzen	Helle	B

>> Förderung beruflicher Weiterbildung

Sie planen, sich beruflich weiterzubilden? Als anerkannte Beratungsstelle für die Bildungsprämie und den Bildungsscheck.NRW können Sie sich bei der VHS beraten lassen und eine finanzielle Unterstützung von bis zu 500 € für Ihr Weiterbildungsvorhaben erhalten. **Als Ansprechpartner*innen stehen Ihnen Herr Markus Discher und Frau Insa Wegener unter der Rufnummer 05258 937960 gerne zur Verfügung.**



Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
42006N	WORD, EXCEL und OneDrive effizient nutzen	Helle	G
42007	Fit fürs Büro: Intensivkurs WORD, EXCEL, PowerPoint (Versionen 2010-2019/Office 365)	Mollemeyer	W
42008	Office-Workshop für fortgeschrittene Anwender*innen (WORD, EXCEL, PowerPoint und OUTLOOK 2010-2019/Office 365)	Mollemeyer	D
42009	Office-Workshop für fortgeschrittene Anwender*innen (WORD, EXCEL, PowerPoint und OUTLOOK 2010-2019/Office 365)	Mollemeyer	G
42010	Einführung in Microsoft OneNote	Helle	G
Apps, Smartphones & Co.			
44001	Umgang mit Smartphone und Tablet erlernen (Android)	Helle	G
44002	Optimal Arbeiten mit Apple-Geräten: iPad, iMac, MacBook und Co.	Mollemeyer	S
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung			
45001	FOTOGRAFIE. KOMPAKT: Fotografieren. Klassisch und mit dem Smartphone (mit Exkursion ins Freilichtmuseum Detmold)	Hoffmann	S
45002	❖ FOTOGRAFIE. KOMPAKT: Welche Kamera passt zu mir? (Online-Kurs)	Hoffmann	O
45003	❖ FOTOGRAFIE. KOMPAKT: Broschüren, Flyer und Poster mit Affinity Publisher (Online-Kurs)	Hoffmann	O
45004	FOTOGRAFIE. KOMPAKT: Bildbearbeitung mit Affinity Photo	Hoffmann	S
45005	Fotobuch? Einfach einfach!	Lehmann	S
45006	Fotobuch? Einfach einfach!	Lehmann	G
Spezielle Anwendungen und Bereiche			
46001	❖ Programmieren für Einsteiger*innen. Nicht nur was für Nerds! (Online-Kurs)	Klein	O
46002	❖ Grundkenntnisse in Linux (Online-Kurs)	Klein	O

5 KULTUR UND KREATIVITÄT

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Literatur und Kunst			
50000	❖ Satirische Romane	Franz	B
50001	❖ Kreatives Schreiben – Gemeinsam in den Schreibfluss kommen	Binschek	D
50001N	❖ Kreatives Schreiben – Gemeinsam in den Schreibfluss kommen	Binschek	D
50002	❖ Mein eigenes Buch	Hoffmann	H
50003	❖ Autorenlesung: Schwurstein	Pfeil	H
Malen und Zeichnen			
51001	Dynamisches Zeichnen	Abels	B
51000	Acrylmalerei: Moderne Bildgestaltung mit Mischtechniken	Kröger	H
51003	Acrylmalerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	Büker	G
51004	❖ Handlettering für Anfänger*innen	Leiwesmeier	D
51005	❖ Handlettering für Anfänger*innen	Leiwesmeier	H
51006	❖ Modernes Watercoloring für Anfänger*innen	Leiwesmeier	D
51007	❖ Modernes Watercoloring für Anfänger*innen	Leiwesmeier	H
Nähen und textiles Gestalten			
52000	Nähmaschinenführerschein	Leschner-Witt	W
52001	Nähmaschinenführerschein	Leschner-Witt	H
52002	Nähmaschinenführerschein	Leschner-Witt	S
52003	Nähen – so geht's!	Leschner-Witt	H
52004	Nähen – so geht's!	Leschner-Witt	S
52005	❖ Upcycling – nachhaltige Ideen	Leschner-Witt	W
52006	❖ Upcycling – nachhaltige Ideen	Leschner-Witt	S
52007	❖ Upcycling – nachhaltige Ideen	Leschner-Witt	H
52008	Nähkurs „Spaß am Nähen“ für Einsteiger*innen	Schniedertüns	D
52009	Nähkurs „Spaß am Nähen“	Schniedertüns	D
52010	Kinderkleidung nähen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	Schlune	S
52011	Nähen mit Mama oder Oma (ab 8 Jahren) – Turnbeutel, Kosmetiktäschchen und Co.	Schlune	S
52012	Nähen mit Mama oder Oma – Näh Dir Dein Shirt – für Kids und Teens mit Vorkenntnissen (ab 10 Jahren)	Schlune	S
52013	❖ Näh Dir Dein Yoga Kissen	Schlune	S
52014	Nähen für Kids und Teens – deine erste Beanie (ab 8 Jahren)	Schlune	S
52015	Scrunchie-Haargummi: Näh Dir Deinen eigenen Style (Für Kids ab 8 Jahren)	Schlune	S
52016	Weihnachtsnäherwerkstatt für Erwachsene	Schlune	S
52017	„Bestrickende Abende“	Tegethoff	H
52018	Stricken macht glücklich...	Altrogge	S
52019	Einfach Weben	Regier	H

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Plastisch-handwerkliches Gestalten			
53000	Ton in meiner Hand	Kortmann	D
53001	Schmuck aus Glasperlen (für Kinder ab 7 Jahren)	Merkle-Claus	G
53002	Schmuck - Von Anfang bis Ende selbstgemacht	Reining	S
53003	Schmuck - Von Anfang bis Ende selbstgemacht	Reining	S
53004	Schmuck - Von Anfang bis Ende selbstgemacht	Reining	S
53005	❖ Stoff- und Seidenmalerei (für Kinder ab 8 Jahren)	Merkle-Claus	G
53006	❖ Natürliche Floristik	Welschoff	H
53007	❖ Basteln zur Weihnachtszeit (ab 7 Jahren)	Merkle-Claus	G
53008	❖ Basteln zur Weihnachtszeit (ab 9 Jahren)	Merkle-Claus	G
53009	Flechten von Weidenkörben	Franke	H
53010	Das Schmieden von Skulpturen aus Eisen	Fischer	S
53011	Das Schmieden und Härten von Werkzeugen	Fischer	S
53012	Schnupperkurs Schmieden für Groß und Klein (von 9-99 Jahren)	Fischer	S
Musik, Tanz und Theater			
54000	Blues Harp-Workshop - Mundharmonika einfach spielend lernen für Einsteiger*innen	Kropp	S
54001	Discofox Schnupperkurs	Westhölter	G
54002	Discofox Schnupperkurs	Westhölter	B
54003	Discofox Schnupperkurs	Westhölter	S
54004	❖ Discofox Schnupperkurs	Westhölter	W
54005	Discofox Schnupperkurs	Westhölter	G
54006	Discofox Schnupperkurs	Westhölter	S
54007	Beschwingter Rhythmus - Tanzkurs	Kramer	S
54008	❖ Theater spielen	Büth	G
54009	❖ Improvisationstheater (Wochenendworkshop)	Büth	G
Hobby und Freizeit			
57000	Make-up- und Styling-Workshop	Grewe	S
57001	Make-up- und Styling-Workshop	Grewe	G
57002	Make-up- und Styling-Workshop	Grewe	B

Schützen Sie sich und andere!

Bitte beachten Sie bei der Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen die Hygieneregeln der VHS vor Ort (s. S. 4).



6 KOCHEN UND MEHR

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
61017	❖ Einfach vegan - Einführung in die vegane Ernährung	Padberg	O
63001	❖ Whisky-Tasting für Einsteiger*innen	Held	S
63002	❖ Whisky-Tasting für Einsteiger*innen	Held	B
63003	❖ Whisky-Tasting für Einsteiger*innen	Held	D
63004	Whisky Special I: Tasting für Fortgeschrittene	Held	D

Weitere Kurse und Informationen finden Sie unter www.vhs-vor-ort.de

❖ = neuer Kurs ❖ = Schnupperabend

Aus Gründen des Infektionsschutzes können wir die Durchführung der beliebten Kochkurse zum Zeitpunkt der Drucklegung dieser Broschüre bis auf die oben genannten Ausnahmen nicht verantworten. Sollte sich die Situation im Laufe des Herbstsemesters ändern, informieren wir Sie über unsere Internetseite www.vhs-vor-ort.de



GEBÄUDETECHNIK GmbH

*Mehr als nur Installationen.
Systeme mit Zukunft!*



HEIZUNG



SANITÄR



KLIMA

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Gesundheitsbildung			
70000	Workshop ätherische Baumöle	Cazacu	G
70001	Ätherische Öle für den Herbst - Workshop	Cazacu	G
70002	Ätherische Öle gegen Burnout - Workshop	Cazacu	G
70003	Ätherische Öle für den Winter - Workshop	Cazacu	G
70005	Die gesunde Brotdose	Hildebrand-Gruca	B
70006	❖ Gesund trinken - Wassertasting	Veith	W
70007	❖ Getränkeauswahl für Menschen mit Diabetes mellitus	Köster	D
70008	❖ Kneipp - Altes Heilwissen ganz modern	Broichhausen	W
70009	Back Check - Rückentest	Gutmann	W
70010	❖ Bewegung und Sport in der Krebsprävention u. -nachsorge	Hundte	W
70010N	❖ Vor- und Nachteile der Sportarten in der Krebsprävention u. -nachsorge	Hundte	W
70010O	❖ Kraft- und Koordinationstraining in der Krebsprävention u. -nachsorge	Hundte	W
70011	❖ Update Rücken - Zwischen Ergonomie und Training	Hundte	W
70012	❖ Ergonomie am Arbeitsplatz	Gutmann	W
Entspannung, Meditation und Selbstwahrnehmung			
72000	Progressive Muskelentspannung	Große-Loheide	H
72001	Feldenkrais	Hesse	D
72002	❖ Fantasiereisen mit Klangschalen und Stimmgabeln (für Kinder ab 5 Jahren)	Welschhof	D
72003	❖ Fantasiereisen mit Klangschalen und Stimmgabeln (für Erwachsene)	Welschhof	D
72004	Die Klangmassage mit Klangschalen für den Alltag lernen	Urich	S
72005	❖ Achtsam leben mit 65plus	Salmen	D
72006	Einführung in die Achtsamkeitslehre (Grundkurs)	Salmen	D
72007	❖ Vertiefung der Achtsamkeitslehre (Erweiterungskurs)	Salmen	D
72008	Entspannungsstunden für Erwachsene	Falke-Held	B
72009	Entspannungsstunden für Erwachsene	Falke-Held	G
72010	Entspannungsstunden am Wochenende	Falke-Held	B
72011	Meditation und Achtsamkeit als Quelle von Ruhe und Glück	Langner	B
72012	Ganzheitliche Selbsthilfe bei Verspannungen und Muskelproblemen	Kottkamp	W
72013	❖ Malen mit heißem Wachs (Encaustic): Stressbewältigung durch Kreativität	Urich	S
72014	❖ Ein Tag für Mich. Nachhaltig stressfrei leben!	Schnittker	S
72015	Oasen-Tag für Frauen - ich bin es mir wert	Günter	D
72016	Oasen-Tag für Frauen - ich bin es mir wert	Günter	D
72017	Oasen-Tag für Frauen - ich bin es mir wert	Günter	G

7 GESUNDHEIT UND FITNESS

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
72022	Pilates	Arndt	S
72023	Pilates	Arndt	S
72024	Yoga - Weg zur Harmonie	Schulte	B
72025	Yoga - Weg zur Harmonie	Schulte	B
72026	❖ Mein Yoga: Der Weg zur eigenen Übungseinheit.	Henkefend	S
72027	❖ Tiefenentspannung mit Yoga-Nidra	Henkefend	S
72028	❖ Klang-Yoga: Eine Yoga-Stunde mit Begleitung durch Klangschalen	Henkefend	S
72029	❖ Klang-Yoga: Eine Yoga-Stunde mit Begleitung durch Klangschalen	Henkefend	S
72030	❖ Yoga	Schulte	S
72031	❖ Yoga	Schulte	S
72032	Yoga	Brall	D
72033	Yoga	Brall	D
72034	Fit und gelassen mit Power Vinyasa Yoga	Arnold	H
72035	Fit und gelassen mit Power Vinyasa Yoga	Arnold	H
72036	Kundalini Yoga	Preuß	D
72037	Hatha-Yoga	Kresse	H
72038	Hatha-Yoga	Kresse	H
72039	Hatha Yoga I	Konrad	S
72040	Hatha Yoga I	Konrad	S
72041	❖ Hatha Yoga II	Konrad	S
72042	❖ Hatha Yoga II	Konrad	S
72043	Yoga für alle	Pochowski	G
72044	❖ Yoga für alle über 60	Pochowski	G
72045	❖ Yoga-Tag für Dich	Pochowski	B
72046	Yoga-Tag für Dich	Pochowski	G
72047	❖ Yoga-Tag für Dich	Pochowski	S
72048	❖ Hatha Yoga I am Vormittag	Konrad	S
72049	❖ Hatha Yoga II am Vormittag	Konrad	S
72050	Yoga und der erfahrbare Atem	Cazacu	G
72051	Yoga Aroma-Klangkurs	Cazacu	G
72052	❖ Taiji für Anfänger*innen I	Konrad	S
72053	Taiji für Anfänger*innen II	Konrad	S



HALLO, GUTES HÖREN – TSCHÜSS WORTSALAT!

KAFFEETRINKEN?

STADTGEFLÜSTER...

HALLO „LEISE TÖNE“
– SEID IHR DA?

- » das Knistern des Milchschaums auf dem Cappuccino?
- » das Prickeln der Kohlensäure im Getränk?
- » das leise Klirren der Eiswürfel im Glas?

IHRE HÖRAKUSTIKER FÜR GUTES HÖREN.
FÜR SIE VOR ORT –
JETZT TERMIN VEREINBAREN!

DELBRÜCK Lange Str. 10, 05250.5 43 27
SALZKOTTEN Lange Str. 52, 05258.9 91 26 30

► hoerakustik-vollbach.de

 **HÖRAKUSTIK
VOLLBACH**

VHS vor Ort
Zukunft | Bildung | Begeisterung

STADTHALLE DELBRÜCK
s. Kursnr. 10019

UMBRUCH OST

Lebenswelten
im Wandel

Eine Ausstellung zur Geschichte
der deutschen Einheit

Foto: gpa Picture Alliance / Aving Caracassen



Der Beauftragte der Bundesregierung
für die neuen Bundesländer

BUNDESSTIFTUNG
AUFARBEITUNG



In Kooperation mit



und



Deutschland ist eins: vieles.

**MAMMOGRAPHIE
SCREENINGZENTRUM
PADERBORN**

Telefon (0 52 51) 8 72 96 60
www.mammographiescreening.com

**RADIOLOGIE
AM THEATER**

GEMEINSCHAFTSPRAXIS
FÜR RADIOLOGIE

Telefon 0 52 51 / 10 55 - 0 | www.radiologie-am-theater.de



NEUER Platz 4 | 33098 Paderborn

Röntgen | Sonographie | Mammographie / Tomosynthese
Mammasonographie | Computertomographie | Schmerztherapie
Kernspintomographie (MRT) | Mamma-MRT
Prostata-MRT | Kontrastmittelmammographie (CESM)

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Gesundheitsförderung durch Bewegung			
73000	Einführung in die Selbstbehauptung / Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 16 Jahren	Brand	B
73001	❖ Führung über den Barfußpfad Bad Wünnenberg für die ganze Familie	Stute	W
73002	❖ Führung über den Barfußpfad Bad Wünnenberg für Erwachsene	Stute	W
73003	Bauch, Beine, Po und Co. (Problemzonengymnastik)	Koßmann	G
73004	Bauch, Beine, Po und Co. (Problemzonengymnastik)	Koßmann	G
73005	Step Aerobic	Lorenz-Schiene	B
73006	Bodyfit und Faszientraining	Ringkamp	D
73007	Bodyfitness - Rückenfit	Gardarsson	D
73008	Body-Balance	Koßmann	G
73009	Functionaltraining mit der BLACKROLL®	Werneke	H
73010	Bodyfit	Ostwald	W
73011	Bodyfit	Ostwald	W
73012	Bodyfit	Becker	D
73013	Bodyfit für Frauen	Friede	H
73014	Bodyfit für Frauen	Friede	H
73015	Mach mit - bleib fit	Müller	B
73016	Fit bis ins Alter (55+)	Wahle	S
73017	Sitzgymnastik (ab 65 Jahren)	Koßmann	G
73018	Sitzgymnastik (ab 65 Jahren)	Koßmann	G
73019	Gymnastik für Frauen (ab 65 Jahren)	Koßmann	G
73020	Frühspor für Senioren	Aulbur	D
73021	Beckenboden-Gymnastik	Große-Loheide	H
73022	Beckenboden-Gymnastik	Schlune-Hennemeier	S
73023	Schongymnastik für Frauen	Becker	G
73024	Aerobic mit Trommeln (Drums Alive)	Lorenz-Schiene	B
73027	Rückentraining	Kramps	W
73028	Rückentraining	Kramps	W
73029	Rückentraining	Kramps	W
73030	Rückenfit	Koßmann	G
73031	Rückenfit	Metz	S
73032	Aktives Rückentraining am Vormittag	Meier	H
73033	Wirbelsäulengymnastik am Vormittag	Schlune-Hennemeier	G
73034	Rückengerechte Gymnastik	Meier	H
73035	Rückengerechte Gymnastik	Meier	H
73036	Rückengerechte Gymnastik	Meier	H

7 GESUNDHEIT UND FITNESS

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
73037	Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule	Riemer	G
73038	Wirbelsäulengymnastik	Woracek	G
73039	Wirbelsäulengymnastik	Lorenz-Schiene	B
73040	Rückenfit mit Pferd für Erwachsene	Anders	W
73041	Rückenfit mit Pferd für Erwachsene	Anders	W
73042	Bodenarbeit mit dem Pferd zum Kennenlernen für Jugendliche und Erwachsene ohne Vorkenntnisse	Anders	W
73043	Bodenarbeit mit dem Pferd zum Kennenlernen für Jugendliche und Erwachsene ohne Vorkenntnisse - Schnupperstunde	Anders	W

Fitnessstraining

74000	Fitness und Kraft für Männer	Werneke	D
74001	Gymnastik für Frauen	Klösener-Voß	H
74002	Fitnessgymnastik	Scholz	D
74003	Fitnessgymnastik	Scholz	D
74004	Funktionelle Fitnessgymnastik	Belz	S
74006	Ski- und Fitnessgymnastik für Frauen und Männer	Koßmann	G
74007	Muskeltraining - So bleiben Sie fit	Düker	H
74008	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Meermeier	D
74009	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Meermeier	D
74010	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Scheibe	D
74011	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Scheibe	D
74012	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Scheibe	D
74013	Fitness-Kraftübungen für Frauen: Gutes - nicht nur für den Rücken	Scheibe	D
74014	Fit im Kurpark - Einführung in das Gerätetraining im Kurpark Bad Wünnenberg	Kottkamp	W

Fitness und Choreographie

75001	Kickboxen für Frauen - Kurs für Fortgeschrittene	Metz	S
75002	Kickboxen für Frauen - Anfängerkurs	Metz	S
75003	Power-Workout / Te-Bo	Koßmann	G
75004	❖ ZUMBA®-Fitness	Baba	G
75005	❖ ZUMBA®-Fitness	Baba	G
75006	ZUMBA®-Fitness	Hermann	S
75007	ZUMBA®-Fitness	Habig	B
75008	ZUMBA®-Fitness	Habig	B
75009	ZUMBA®-Fitness	Prus	S
75010	Body Shape	Pascual	G
75011	Body Shape	Pascual	G

Kursnr.	Kurstitel	Dozent*in	Ort
Aquafitness und Schwimmen			
76002	Aquafit	Koopmann	D
76003	Aquafit	Koopmann	D
76004	Aquafit für Frauen		D
76005	Aquafit für Frauen		D
76008	Schwimmen für Männer	Meier	G
76009	Schwimmen für Männer und Frauen	Beklas	G
Sport			
77000	Nordic Walking Technik-Workshop	Kottkamp	W
77001	Nordic Walking: Technik- und Ausdauertraining	Grewe	G
77002	Nordic Walking: Technik- und Ausdauertraining	Grewe	S
77003	Walking mit XCO® - Walking mit reaktiven Schwunghanteln	Kottkamp	W
77004	TigerMoves - Die Gesundheitsform	Kottkamp	W
77005	Golf - Schnupperkurs	Amatulli	S
77006	Leistung und Gesundheit im Blick: Leistungsdiagnostik für Läufer*innen	Krome	Ü

(B) Büren | (D) Delbrück | (G) Geseke | (H) Hövelhof | (S) Salzkotten | (W) Bad Wünnenberg | (O) Online | (Ü) Überregional

**Wir haben Einlagen
für jeden Schuh
und Schuhe
für jede Einlage.**

Orthopädie-Schuhtechnik
VOSEN
...alles geht gut.

Borchenerstr. / Ecke Widukindstr. 50 - 33098 Paderborn
Tel. 052 51 - 276 68

www.allesgehtgut.de

Sie sind uns wichtig!

Transparenz

Unsere Teilnahmebedingungen

Sicherheit

Unsere Datenschutzbestimmungen

Gesundheit

Unsere Hygiene- und Schutzmaßnahmen

Jederzeit für Sie einsehbar:

www.vhs-vor-ort.de



Impressum

Das Veranstaltungsprogramm der VHS vor Ort

Herausgeber: VHS vor Ort, Lange Straße 56, 33154 Salzkotten

Verantwortlich: Markus Krick, Leiter der VHS

Gestaltung, Umsetzung Druck: d-Druck, Dienstleistung Druck GmbH,

Stargarder Straße 11, 33098 Paderborn, www.d-druck.net



die Sprach- werkstatt

Wenn nicht jetzt, wann dann ?

Kaufmännische Umschulungen mit IHK-Abschluss ab 01.02.2021 oder 01.07.2021

Förderung durch **Bildungsgutschein** möglich.

**Seit mehr als
30 Jahren!**



Lydia Spadi B.A.
05251/77999-13
l.spadi@die-sprachwerkstatt.de



Detlef Brüggemann
05251/77999-15
d.brueggemann@die-sprachwerkstatt.de

Neu



**Interesse geweckt?
Wir beraten Sie gern!**

Stettiner Straße 40-42 - 33106 Paderborn
www.die-sprachwerkstatt.de

REDUZIERTE MEHRWERTSTEUER SICHERN!*

Bis zu

10.000 €

Kaufprämie!**



Fricke
AUTOZENTRUM

OPEL + HONDA

SALZKOTTEN + LIPPSTADT

Autohaus Stefan Fricke e.K.

Lippstadt • Nikolaus-Otto-Str. 5
Telefon 02941 2822-0

Salzkotten • Paderborner Str. 49
Telefon 05258 9811-0

lippstadt@autozentrum-fricke.de
www.autozentrum-fricke.de

* Die Mehrwertsteuer von 16 % gilt bei der Auslieferung des Fahrzeuges bis 31.12.2020.

** Die Kaufprämie setzt sich zusammen aus dem Bundesanteil am Umweltbonus in Höhe von bis zu 6.000,00 EUR, dem Herstelleranteil seitens des KFZ-Herstellers sowie einen Nachlass des Vertragshändlers. Der Bundesanteil ist gesondert beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) zu beantragen und wird bewilligt, wenn die Fördervoraussetzungen vorliegen. Angebot gültig bis 31.12.2020.