

Semesterstart:
17. März 2025

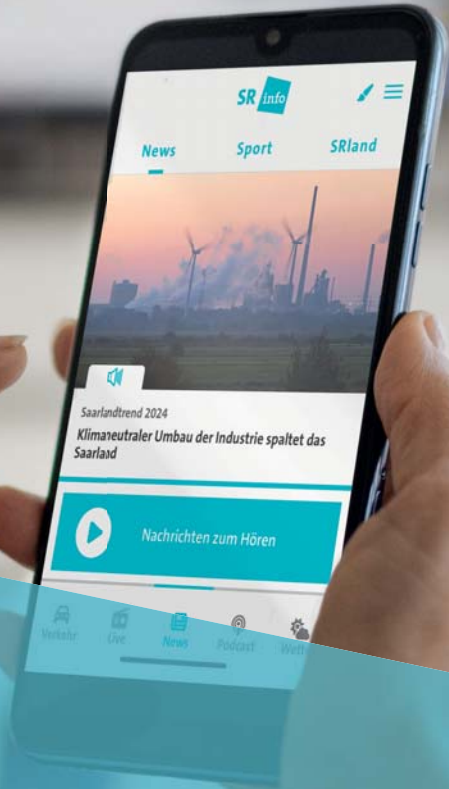
ANMELDUNG
AB SOFORT



<https://vhs.voelklingen.de>



SR info



bessr informiert

Wo immer Du bist.
Wann immer Du willst.
Mit der SR info-App.

Wir informieren das Saarland.

→ SRinfo.de

Jetzt kostenlos downloaden:



Anzeige

Das VHS-Team sucht Verstärkung!

Sie möchten gerne Ihr Wissen, Ihre Fertigkeiten und Fähigkeiten weitergeben?

Sie haben Spaß am Umgang mit Menschen jeden Alters?

Das Team der VHS Völklingen freut sich über Verstärkung für die Bereiche

- Kunst und Kultur
- Gesellschaft
- Beruf
- Sprachen
- Gesundheit
- Hauswirtschaft

Bewerbungen nimmt die VHS per E-Mail mit Ihren persönlichen Daten und dem Nachweis Ihrer Qualifikation entgegen.

Telefon: 06898 / 13-2597

oder 06898 / 13-2080

E-Mail: vhs@voelklingen.de



vhs  Volkshochschule
Völklingen



Wichtiger Hinweis zur Online-Anmeldung!

Bitte nutzen Sie zur Online-Anmeldung das Anmeldeformular auf unserer Internetseite: <https://vhs.voeklingen.de>

Die VHS Völklingen auf Instagram und Facebook



<https://www.instagram.com/vhsvoelklingen/>



<https://www.fb.me/vk.vhs>



Volkshochschule
Völklingen

**Spannende Angebote
für Kinder, Jugendliche,
Erwachsene sowie für
Seniorinnen und Senioren**

Kultur | Gesellschaft | Sprachen
Gesundheit | Beruf

Kurse | Workshops
Ausstellungen
Vorträge | Lesungen
Exkursionen | Konzerte



vhs.voelklingen.de

www.instagram.com/vhsvoelklingen

www.facebook.com/vk.vhs



Jetzt Programmhefte

aufrufen und anmelden! <https://vhs.voelklingen.de>

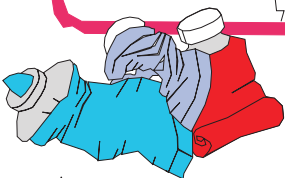


GRÜßWORT DER MINISTERIN FÜR BILDUNG UND KULTUR	7
VORWORT DES OBERBÜRGERMEISTERS	9
SITZ DER VHS VÖKLINGEN MIT AUßENSTELLEN	11
KURSE UND FERIEN, VHS-TEAM, HINWEISE, ÖFFNUNGSZEITEN DES VHS- UND KULTURBÜROS	12
Anmeldeformular	13
Hinweise nach Fachbereich bzgl. Mehrwertsteuerbefreiung	14
KUNST & KULTUR	16
Musik, Kunst, Fotografie, Werken und Gestalten, Urban ArtWalk in Völklingen und Saarbrücken, Nähen, Theater	
GESELLSCHAFT	30
Ökologie, Gebärdensprache, Heimatkunde und Industriekultur, Studienfahrten, Kulinarik (Kochen, Weinseminare und -lehrfahrten)	
BERUF	42
Bildungsabschluss, Digitale Kompetenz, Motorsägenlehrgänge	
SPRACHEN	46
Sprachen – In der Welt zu Hause, Entgelte, Kursstufen, Welcher Sprachkurs ist der richtige für mich?, Sprache auf Bestellung: PRIVAT UND FÜR UNTERNEHMEN, Englisch, Italienisch, Spanisch, Französisch, Arabisch, Sprachkurse für die Reise, Sprachkurse in der Mittagspause, Gebärdensprache, Niederschwellige Deutschkurse (Deutschkurse für Zuwanderer), Sprachoffensive Deutsch der VHS Völklingen, Grundbildungskurse	
GESUNDHEIT	64
Yoga, Pilates, Entspannung und Achtsamkeit, Rückengesundheit, Fitness und Gymnastik, Zumba®, Taiji/Qigong und Selbstverteidigung, Line Dance, Laufen, Nordic Walking, Ernährungsberatung, Heilkunde und Kräuter	
Teilnahmebedingungen	80
Datenschutzerklärung	82

Für alle, die wissen
was sie wollen
und für die, die
alles wissen wollen.

Kunst & Kultur

Fremdsprachen

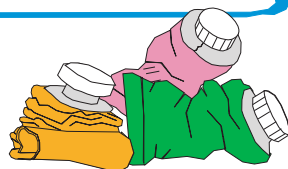


*Buchhandlung
Balzert*

Pickardstraße 31
66346 Püttlingen
06898 / 62707
Fax. 06898/689621



Naturwissenschaften



Bücher und vieles mehr, kommen Sie mal rein
und lassen sich überraschen. Sie können auch
jederzeit bequem von zu Hause aus in unserem
Shop bestellen und im Laden abholen.

info@buchhandlung-balzert-stein.de

Anzeige



Grußwort der Ministerin für Bildung und Kultur

Liebe Leserin, lieber Leser,

wer stehen bleibt und nur auf Bewährtes setzt, lässt die Gelegenheit verstreichen, sein Leben mit neuen Erfahrungen zu bereichern.

Doch möglicherweise ist dieses Programm, das Sie gerade in den Händen halten, ein Schritt zu Ihrem persönlichen Glück. Beim nächsten Schritt, dem Besuch eines Kurses, treffen Sie auf die unterschiedlichsten Menschen. Sie gewinnen nicht nur neue Erkenntnisse und neue Fertigkeiten, sondern möglicherweise auch neue Freundinnen und Freunde. Vielleicht handelt es sich um einen Gesundheitskurs. Dann tun Sie auch etwas für Ihr persönliches Wohlbefinden und haben bereits einen dreifachen Gewinn.

Wer fit ist, kann besser lernen. Und das war nie wichtiger als heute. Wer ahnte vor nicht allzu langer Zeit, wie sehr das Internet oder Smartphones unser Leben beeinflussen? An diesen Techniken wird deutlich, wie rasant sich unsere Welt verändert. Wer Schritt halten will, sei es im Beruf oder in der Freizeit, muss immer wieder Neues lernen und sich neue Fertigkeiten aneignen.



Foto: Holger Kiefer

Nutzen Sie die große Bandbreite der Weiterbildungsangebote und suchen Sie für sich die passende Veranstaltung heraus.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Besuch eines Kurses.

Ihre

Christine Streichert-Clivot

Ministerin für Bildung und Kultur





Ihr international anerkannter Partner, wenn es um Zertifizierung geht:

- Qualitätsmanagementsystem gem. DIN EN ISO 9001:2015
- Umweltmanagementsystem gem. DIN EN ISO 14001:2015
- Energiemanagementsystem gem. DIN EN ISO 50001 u. SpaEfV
- Arbeitsschutzmanagement gem. ISO 45001
- Entsorgungsfachbetrieb gem. EfbV
- Altfahrzeugverwertung gem. AltfahrzeugV
- Elektro- u. Elektronikgerätegesetz (Rücknahme u. Entsorgung gem. ElektroG)
- End of waste (Abfallende-Verordnung / EU-VO 333/2001 u. 715/2013)
- Gewerbeabfallverordnung (Getrenntsammelquote gem. GewAbfV)
- Fachkundige Stelle für AZAV (Träger- und Maßnahmenzulassungen gem. SGB III)
- Präqualifizierung für Leistungserbringer nach § 126 SGB V

... denn Zertifizierung ist Vertrauenssache!



Vorwort des Oberbürgermeisters

Sehr geehrte Damen und Herren,

herzlich willkommen im Frühjahr- und Sommersemester 2025 an der Volkshochschule Völklingen!

Die Volkshochschule Völklingen ist eine wichtige Bildungseinrichtung in unserer Stadt. Sie ist ein Ort der Wissensvermittlung, des persönlichen Wachstums und des Miteinanders. Menschen jeden Alters und jeder Herkunft finden hier die Möglichkeit, sich weiterzubilden, neue Fähigkeiten zu entwickeln und ihre Interessen zu vertiefen.

Besonders stolz sind wir darauf, dass die bewährten Kurse und Veranstaltungen die Vielfalt und die Bedürfnisse unserer Bürgerinnen und Bürger widerspiegeln.

Die Volkshochschule ist ein zentraler Ort des Austauschs und der Begegnung. Sie können sich weiterhin auf unsere langjährige Erfahrung und geschätzten Kurse in den Bereichen Sprache, Bewegung, Kreativität und berufliche Weiterbildung verlassen. Darüber hinaus laden wir Sie herzlich ein, an den vielfältigen Kulturveranstaltungen teilzunehmen, die die VHS zu einem besonderen Treffpunkt in unserer Stadt machen.

Ich ermutige Sie, das breite und bewährte Programm der Volkshochschule Völklingen zu nutzen.



Entdecken Sie die Freude am Lernen in der Gemeinschaft und tragen Sie dazu bei, dass unsere Stadt weiterhin von neuen Ideen profitiert.

Ihr Oberbürgermeister

Stephan Tautz

Verschenk VHS!

Verschenken Sie
Bildung mit dem
Geschenkgutschein
der VHS Völklingen!



Der Geschenkgutschein ermöglicht die
Teilnahme an einem VHS-Kurs nach Wahl

Erhältlich im Sekretariat der VHS Völklingen

Volkshochschule Völklingen
Altes Rathaus | Bismarckstraße 1 | 66333 Völklingen
06898/13-2597 | vhs@voelklingen.de | vhs.voelklingen.de

vhs
Volkshochschule
Völklingen





Volkshochschule Völklingen Außenstellen



Postanschrift:
Postfach 102040 | 66310 Völklingen

Hausanschrift:
Bismarckstraße 1, Altes Rathaus

Telefon: 0 68 98 / 13 25 97 und
0 68 98 / 13 20 80
Telefax: 0 68 98 / 13 25 88

E-Mail: vhs@voelklingen.de
Internet: <https://vhs.voelklingen.de>
Facebook: <https://www.facebook.com/vk.vhs>
Instagram:
<https://www.instagram.com/vhsvoelklingen/>

Neben den Kursen, die im **Alten Rathaus** durchgeführt werden, bietet die **VHS Völklingen** auch Veranstaltungen in drei Außenstellen an.

Zudem finden Angebote in den Sporthallen des Albert-Einstein-Gymnasiums sowie des Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasiums statt.



VHS-Lernzentrum Luisenthal
Neue Straße 14
66333 Völklingen-Luisenthal



Kreativitätszentrum in der Grundschule Röchlinghöhe
Darmstädter Straße 18
66333 Völklingen-Röchlinghöhe

Der Eingang zum Kreativzentrum befindet sich an der Rückseite der Schule (erreichbar über den Schulhof).



Haus der Vereine, Ludweiler
Am Bürgermeisteramt 1
66333 Völklingen-Ludweiler



Kurse und Ferien

Beginn der Kurse:

Montag, 17. März 2025

Hinweis: Kurse, die am Donnerstag stattfinden, starten bereits am **13. März 2025**.

Ferien:

Osterferien: 14.04. – 25.04.2025

Sommerferien: 07.07. – 14.08.2025

Während der Ferien finden keine Kurse statt.

Öffnungszeiten des VHS- und Kulturbüros

Mo. - Do. 8:00 bis 16:30 Uhr

Fr. 8:00 bis 12:00 Uhr

Hinweise

Anmeldung

Ab sofort im Sekretariat im Alten Rathaus.

Das Programmangebot gilt vorbehaltlich einer Änderung durch den VHS-Beirat. Die Volkshochschule behält sich Änderungen vor. Die Angaben der Entgelte sind ohne Gewähr! Es gelten die AGB und die Datenschutzerklärung der VHS Völklingen.

Unsere Teilnahmebedingungen, AGB und Datenschutzerklärung finden Sie ab Seite 80.

Parken lohnt sich!

Rabatt beim Parken in der City-Tiefgarage

Sie parken in der City-Tiefgarage und besuchen eine unserer Veranstaltungen?

Dann kommen Sie gerne vor Verlassen des Alten Rathauses im Sekretariat vorbei und sichern Sie sich **einen Euro Rabatt** auf Ihr Parkticket.

VHS-Team

Lars Hüsslein

Kommissarischer VHS-Direktor

Telefon: 06898 / 13-2121

E-Mail: lars.husslein@voelklingen.de

Silke Eckel-Speicher

pädagogische Mitarbeiterin

Fachbereich Sprachen,

Außenstelle Ludweiler und Schulabschlüsse

Telefon: 06898 / 13-2587

E-Mail: silke.eckel-speicher@voelklingen.de

Christoph Rech

pädagogischer Mitarbeiter

Sprachoffensive Deutsch,

Grundbildungszentrum

Telefon: 06898 / 13-2585

E-Mail: christoph.rech@voelklingen.de

Anna Finke

Sachbearbeiterin

Sprachoffensive Deutsch

Telefon: 06898/13-2593

E-Mail: anna.finke@voelklingen.de

Sophie Kleer

pädagogische Mitarbeiterin

Fachbereich Gesundheit,

Völklingen lebt gesund

Telefon: 06898 / 13-2589

E-Mail: sophie.kleer@voelklingen.de

N.N.

Fachbereich Kultur, Gesellschaft, Junge VHS

Telefon: 06898 / 13-2430

E-Mail: vhs@voelklingen.de

Andrea Grün & Heike Putzke

Sekretariat

Telefon: 06898 / 13-2597 oder 13-2080

E-Mail: vhs@voelklingen.de

Christine Olbert

Leiterin der Seniorenakademie



Verbindliche Anmeldung für das Frühjahr-/Sommersemester 2025

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse bei der VHS Völklingen an:

Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Beginn

Persönlichen Daten (mit *) gezeichnete Felder sind Pflichtangaben):

Vorname *): E-Mail:

Name *): Tel. privat:

Straße *): Tel. mobil:

PLZ / Ort *): Tel. dienstl.:

Geb.-Jahr *): Geb.-Datum:

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass die angeführten Daten elektronisch von der VHS weiterverarbeitet werden dürfen und stimme gleichzeitig den veröffentlichten Geschäftsbedingungen sowie der Datenschutzerklärung der VHS Völklingen zu, die ich zur Kenntnis genommen habe.

Entgeltzahlung mittels SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die VHS Völklingen (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE33VHS000002289974), das Kursentgelt von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Völklingen auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Die Abbuchung erfolgt frühestens 14 Tage nach Kursbeginn.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN:

Abweichender E-Mail abw.
 Kontoinhaber: Kontoinhaber:

Datum: Unterschrift:

Volkshochschule der Stadt Völklingen
 Postfach 10 20 40 | 66310 Völklingen

Wenn Sie Ihre Anmeldung an uns faxen möchten: 06898 / 13-2588

Natürlich können Sie sich auch per E-Mail anmelden:

vhs@voelklingen.de



Hinweise nach Fachbereich bzgl. Mehrwertsteuerbefreiung

1. Kultur

Angebote der kulturellen Bildung dienen dem Erlernen, Erproben, Entwickeln und Erweitern der Kernkompetenzen Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Eine zunehmende Bedeutung hat dabei der Bereich der kulturellen Medienbildung, welcher sich den vielfältigen Herausforderungen der Digitalisierung widmet. Die kulturelle Bildung schafft Zugänge zur Kultur und ermöglicht darüber gesellschaftliche Teilhabe, fördert Integration und Inklusion.

2. Gesellschaft

Volkshochschulen sind Orte der politischen Bildung und fördern allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus. Das Programmangebot umfasst politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche, geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen.

3. Beruf

Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist berufliche Weiterbildung unverzichtbar und zentraler Bestandteil des VHS-Angebotes. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein wichtiger Schwerpunkt.

4. Sprachen

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, wachsende Mobilität in Europa und verstärkte Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz

gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebenslangen Lernens. Sie sind wichtig für das Zusammenwachsen Europas und unverzichtbarer Bestandteil erfolgreicher Biografien. Sprachkompetenz ermöglicht das Verfolgen beruflicher Ziele, vermittelt interkulturelles Grundverständnis und fördert Offenheit für andere Kulturen. Sie ist ein Schlüssel der Integration und notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die VHS dabei den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

5. Gesundheit

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen in Beruf und Privatleben erfolgreich zu bewältigen. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich für die eigenverantwortliche Stärkung der Gesundheit. Das Bildungsangebot vermittelt Wissen über gesunde Lebensstile, Stressabbau, positive Körperwahrnehmung, ausgewogene Ernährung und Krisenbewältigung. Ziel ist die nachhaltige Stärkung der psychischen und physischen Ressourcen für Alltag und Beruf und als Voraussetzung für das Gelingen von Lernprozessen. Die Sachinformationen werden dabei handlungsorientiert und gruppenspezifisch vermittelt.



ADS Ronck
SECURITY

06898 / 974747

FA.
Hans J. Ronck
66333 Völklingen
☎ 06898-974747
Fax. 06898-974798

www.ads-ronck.de



ADS Ronck - Müller
HAUSMEISTERSERVICE

06898 / 974747

FA.
Alexandra Ronck Müller e.K.
66333 Völklingen
☎ 06898-974747
Fax. 06898-974798

www.ads-ronck.de



Musik

Moderne Gitarre für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **200010**

ab Do., 20. März, 16:15 – 17:15 Uhr

10 Termine | 13 UE | 28,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Anmelde-Nr.: **200011**

ab Do., 20. März, 18:15 – 19:15 Uhr

10 Termine | 13 UE | 28,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Anfänger*innen mit guten Vorkenntnissen

Anmelde-Nr.: **200012**

ab Do., 20. März, 19:15 – 20:15 Uhr

10 Termine | 13 UE | 28,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Heiko Deubel

Moderne Gitarre für Fortgeschrittene

Anmelde-Nr.: **200013**

ab Do., 20. März, 17:15 – 18:15 Uhr

10 Termine | 13 UE | 28,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Heiko Deubel

Erlernen Sie die Grundlagentechniken des Gitarrenspiels nach Noten oder Tabulatur anhand leichter Jazz-, Blues- und Klassikstandards. Die Hits der Beatles, Backstreet Boys, Santana und Frank Sinatra warten auf Sie! Bitte bringen Sie Ihre Gitarre mit.

Die im Programmheft ausgeschriebene Kursgebühr bezieht sich auf eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen. Bei einer geringeren Teilnehmerzahl kann sich die Gebühr entsprechend ändern! Bitte informieren Sie sich im VHS- und Kulturbüro!

Auch für Kinder ab 10 Jahren geeignet.





Workshop Ukulele: Lied-Begleitung für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Anmelde-Nr.: **201010**

Sa., 22. März, 10:00 – 14:30 Uhr

Sa., 29. März, 10:00 – 14:30 Uhr

2 Termine | 12 UE | 50,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Daniel Clemens

In diesem Workshop wird die Welt der Akkorde und des Rhythmus auf der Ukulele erkundet. Von einfachen Lagerfeuer- und Volksliedern über Pop und Rock bis hin zu Swing und Bossa-Nova-Stücken, werden verschiedene Stilrichtungen gespielt.

Der Workshop richtet sich an Anfänger*innen und Fortgeschrittene ab 16 Jahre. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Am Ende des Kurses werden die Teilnehmenden ein solides Grundwissen in der Begleitung auf der Ukulele haben. Diese Grundlagen können nach dem Kurs selbstständig oder mit einer Instrumentallehrkraft weiter vertieft werden.

Der Workshop wird flexibel gestaltet, um auf die individuellen Bedürfnisse und auf das Niveau der Teilnehmenden einzugehen. Die Veranstaltung umfasst insgesamt zwei Termine à vier Stunden.

Kursinhalte:

- Einführung in die grundlegenden Akkorde und Rhythmen
- Spielen von Liedern verschiedener Genres, darunter:
 - Lagerfeuer- und Volkslieder
 - Pop und Rock
 - Swing und Bossa Nova
- Aufbau eines Grund-Repertoires an Akkorden und Rhythmen
- Techniken zur Begleitung und zum Mitsingen

Kunst

Acrylmalerei und Mischtechniken

Anmelde-Nr.: **201251**

ab Mi., 19. März, 9:30 – 11:45 Uhr

8 Termine | 24 UE | 52,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozentin: Eva Schmidt

Acrylmalerei und Mischtechniken: Geht nicht – gibt's nicht! Mit individueller Anleitung und ohne Vorkenntnisse werden Sie rasch erkennen, dass die Acrylmalerei keine Hexerei ist. Es entstehen viele Werke, Bilder oder Mehrteiler ganz locker und ohne viel nachzudenken aus dem Nichts. Gemalt wird mit Pinsel, Schwamm und Spachtel.

Bitte bringen Sie mit: Leinwand, Acrylfarben, Fön, Wasserbecher, Lappen, Pinsel





Freude an Farbe – Freude mit Farbe

Anmelde-Nr.: **201440L**

ab Do., 13. Februar, 13:30 – 18:45 Uhr

4 Termine | 28 UE | 48,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Evelyn Bachelier

Intensivmalen für Anfänger*innen sowie Fortgeschrittene, die den Farbenrausch erleben wollen! Hier sind alle richtig, die die Malerei für sich entdecken möchten. Sie benötigen eine Grundausrüstung an Material: Leinwand oder dickes Papier, verschiedene Pinsel, Stifte zum Zeichnen, Acrylfarben aus dem Baumarkt, Gouache und Aquarellfarben oder alles, was bereits in Ihrem eigenen Fundus vorhanden ist.

Der Kurs findet 1x pro Monat statt.



Malwerkstatt mit Irina Schulze

Anmelde-Nr.: **201350**

ab Mi., 7. Mai, 18:00 – 19:30 Uhr

6 Termine | 12 UE | 30,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozentin: Irina Schulze

Tauchen Sie ein in die Welt der Farben und Formen in der Malwerkstatt unter der Leitung von Diplom-Künstlerin Irina Schulze. Dieser Kurs richtet sich sowohl an Anfänger*innen als auch an Fortgeschrittene, die ihre künstlerischen Fähigkeiten weiterentwickeln möchten.

In der Malwerkstatt werden Sie den Umgang mit verschiedenen Malwerkzeugen, Materialien und Farben erlernen. Durch gezielte Übungen wird Ihre Kreativität gefördert und Sie erhalten Unterstützung bei der Umsetzung Ihrer Ideen. Anfänger*innen bekommen eine Einführung in die Komposition und Farbenlehre. Technik, Materialien und Motive dürfen dabei frei gewählt werden, sodass eigene individuelle künstlerischen Schwerpunkte gesetzt werden können.

Zu Beginn des Kurses steht eine theoretische Einführung, bei der der Kursverlauf besprochen wird. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, eigene Zeichnungen oder Ideen mitzubringen und sich darüber auszutauschen. Es wird ein Einblick in die Arbeit mit Skizzenbuch, Bleistift, Ölkreide, Acryl-, Aquarell- und Ölbildern gegeben.

Erforderliche Arbeitsmittel (je nach Bedarf und künstlerischem Schwerpunkt bitte mitbringen): ein Skizzenbuch oder ein unliniertes Heft, Bleistifte, Buntstifte, Papier sowie weitere Mal- und Zeichenmaterialien.



Wir sind rund um die Uhr für Sie da!

*Wir stehen Ihnen
in unseren Filialen,
gerne mit fürsorglicher Hilfe
und qualifizierter Beratung
zur Seite.*



Christian und Nadine Duchene

Qualifizierte Begleitung in schweren Stunden!

Moltkestraße 19 | 66333 Völklingen

☎ (06898) 933 933

Besuchen Sie uns persönlich oder informieren Sie sich auf www.avalon-bestattungen.de

Anzeige





**Urban ArtWalk in Völklingen:
Vom Pfarrgarten bis zum Weltkulturerbe
Völklinger Hütte**

Anmelde-Nr.: 201140

Sa., 10. Mai, 11:00 – 12:30 Uhr

1 Termin | 5,00 €

Ort: Adolph-Kolping-Platz

Leitung: Traudel Bennoit

**Urban ArtWalk in Völklingen:
Vom Pfarrgarten bis zum Weltkulturerbe
Völklinger Hütte**

Anmelde-Nr.: 201141

Sa., 12. Juli, 11:00 – 12:30 Uhr

1 Termin | 5,00 €

Ort: Adolph-Kolping-Platz

Leitung: Traudel Bennoit



Die Stadt Völklingen verfügt seit vielen Jahren über eine große Anzahl von Kunstwerken im öffentlichen Raum. Im Jahr 2014 hat der Verein KulturGut e. V. hierzu eine umfangreiche Broschüre herausgegeben.

Während der Führung werden den Teilnehmenden Kunstschätze namhafter Kunstschaffender – an denen man tagein, tagaus vorbeigeht – vertraut gemacht.

Entdecken Sie mit der Kunstpädagogin Traudel Bennoit spannende Kunst im öffentlichen Raum Völklingens!





**Urban ArtWalk in Saarbrücken:
Führung durch ein Museum ohne Dach!**

Anmelde-Nr.: 201150

So., 11. Mai, 11:30 – 13:00 Uhr

1 Termin | 5,00 €

Ort: EUROPA-Galerie Saarbrücken

Haupteingang, Trierer Straße 1

Leitung: Traudel Bennoit

**Urban ArtWalk in Saarbrücken:
Führung durch ein Museum ohne Dach!**

Anmelde-Nr.: 201151

So., 13. Juli, 11:30 – 13:00 Uhr

1 Termin | 5,00 €

Ort: EUROPA-Galerie Saarbrücken

Haupteingang, Trierer Straße 1

Leitung: Traudel Bennoit

Das Projekt „Urban ArtWalk Saarbrücken“ entstand 2017 in Kooperation zwischen dem Saarländischen Ministerium für Bildung und Kultur und den Saarbrücker Galerien „Zimmerling & Jungfleisch“ und „Neuheisel“.

Der beeindruckende ArtWalk besteht aus dreizehn großen Wandgemälden im Innenstadtbereich von Saarbrücken.

Das Freiluftmuseum vereint in einem Parcours die zeitgemäße Graffiti-Kunst und die junge Kulturszene.

Lassen Sie sich von der Kunstpädagogin und Kunstreferentin Traudel Bennoit durch den ArtWalk führen und erleben Sie monumentale Kunst dort, wo man sie nicht vermutet!





Fotografie

Mein perfektes Foto – Grundlegende Fototechniken

Anmelde-Nr.: **202021**

ab Fr., 21. März, 18:00 – 21:00 Uhr

4 Termine | 16 UE | 32,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozent: Jürgen Bennoit

Im Workshop werden wichtige Grundbegriffe der Fototechnik wie z. B. Belichtung, Schärfentiefe, Blende, ISO-Wert und Weißabgleich vermittelt. Sie erhalten Hilfe beim Bedienen moderner Kameras.

Nachdem das Handwerkszeug „Bedienung“ an praktischen Übungen vertieft wurde, werden die Mittel der Bildgestaltung behandelt.

Mit Tipps zur Bildentwicklung am Rechner rundet der Kurs das Thema ab. Es wäre sehr nützlich, wenn Sie Ihre einsatzbereite Kamera und die Bedienungsanleitung mitbringen würden.

Der letzte Kurstag dient zur praktischen Umsetzung und wird an einem abgesprochenen Ort stattfinden.





Werken und Gestalten

Einblick in das Kunsthandwerk

Holzschnitzen – Workshop für Erwachsene

Anmelde-Nr.: **203010**

Sa., 12. April, 14:00 – 17:00 Uhr

1 Termin | 4 UE | 20,00 €

Ort: Holzschnitzerei Wagner Völklingen

Dozent: Peter Wagner

Peter Wagner ist erfahrener Holzschnitzer und -drechsler und einer der letzten Vertreter seiner Zunft im Saarland. Bei dem Workshop erhalten Sie Informationen über Techniken und den Einsatz der Werkzeuge. Unter seiner Anleitung versuchen Sie sich selbst im Schnitzen und fertigen eine Arbeit aus Holz an. Das Holzschnitzen hat seinen Ursprung in der Herstellung von Gebrauchsgegenständen. Über Speerspitzen und Schüsseln entwickelte sich daraus ein Kunsthandwerk. Holzschnitzen besitzt eine seit Generationen währende Tradition, über die Sie in diesem Workshop mehr erfahren.

Es können Löffel oder Schüsseln angefertigt werden. Kursgebühr inkl. Materialkosten.



Foto: Peter Wagner

Tiffany-Glaskunst für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Anmelde-Nr.: **205010**

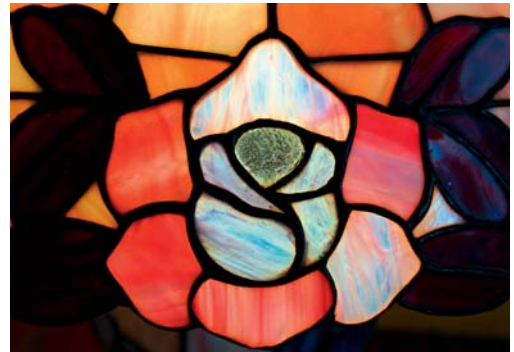
ab Mi., 19. März, 18:00 – 20:15 Uhr

5 Termine | 15 UE | 66,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozent: Erwin Lorscheider

Machen Sie Ihr Zuhause zum schönsten Platz der Welt – mit Ihrer Glaskunst! Stellen Sie Glasschirme für Tiffanyleuchten oder auch moderne Designkreationen wie Standbilder, Ostereier, Weihnachtssterne, Engel oder auch Gartenkunst her. Lernen Sie den Umgang mit Glasschneider, Schleifgerät, Kupferfolie, Lötzinn und weiteren verschiedenen Arbeitsmaterialien.



Sie können in diesem Kurs aus bunten Gläsern nach eigenen Entwürfen oder nach Vorlagen kunstvolle Objekte gestalten.

Materialkosten zahlen Sie bitte vor Ort an den Dozenten!



Aufbaukeramik

Anmelde-Nr.: 204050

ab Di., 18. März, 18:30 – 21:00 Uhr

10 Termine | 30 UE | 59,00 €

Ort: Kreativitätszentrum in der Grundschule Röchlinghöhe

Dozentin: Elke Naccarato

Aufbaukeramik

Anmelde-Nr.: 204060

ab Do., 20. März, 18:00 – 21:00 Uhr

10 Termine | 40 UE | 69,00 €

Ort: Kreativitätszentrum in der Grundschule Röchlinghöhe

Dozentin: Loni Hausknecht

Arbeiten mit Ton heißt, ein uraltes Kunsthandwerk zu entdecken. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Unsere fachkundigen Dozentinnen helfen Ihnen dabei. Die Keramikwerkstatt besteht aus einem großen Arbeitsraum, einem Nassbereich zum Glasieren, einem Drehraum mit vier elektrischen Drehscheiben und einem Brennraum mit zwei Brennöfen.

Die Kurse finden in den Kellerräumen der Schule Darmstädter Straße (Röchling-Hö-

he) statt und umfassen 10 bzw. 15 Termine. Die Materialkosten für Ton betragen 10,- €, für Kleinmaterial 5,-€.. Bringen Sie bitte das Geld zum 1. Kurstermin mit. Die Kosten für Glasuren werden nach Verbrauch von der Kursleiterin festgelegt.

Aufbaukeramik am Wochenende für Anfänger u. Fortgeschrittene

Anmelde-Nr.: 204066

Sa., 20. März, 10:00 – 13:45 Uhr

Sa., 10. Mai, 10:00 – 16:00 Uhr

2 Termine | 16 UE | 33,00 €

Ort: Kreativitätszentrum in der Grundschule Röchlinghöhe

Dozentin: Verena Pawlag

Werden Sie kreativ tätig und entdecken Sie die jahrtausendealte Kulturtechnik des Töpfern. In gemütlicher Atmosphäre lernen Sie die wichtigsten Arbeitsschritte des aufbauenden Töpfern kennen. Fortgeschrittene können Arbeiten nach eigenen Vorstellungen verwirklichen Am zweiten Termin können Sie Ihr Kunstwerk glasieren.

Die Materialkosten für Ton betragen 10,- €, für Kleinmaterial 5,- €. Bringen Sie bitte das





Dekorative Kerzen selbst gemacht

Anmelde-Nr.: **206010**

ab Mi., 19. März, 15:00 – 17:15 Uhr

6 Termine | 18 UE | 32,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Simone Noack

Persönlich gestaltete Kerzen sind etwas ganz Besonderes. Sie verleihen jedem Fest eine feierliche Atmosphäre. Auch als kleines, sehr persönliches Geschenk ist eine schöne, selbst gestaltete Kerze immer willkommen.

Wir modellieren Kerzen mit verschiedenfarbigen Wachsplatten, die nach einem vorgegebenen oder selbst gestalteten Motiv aufgebracht werden. Auch Beschriftungen sind möglich. Im Anschluss wird die fertige Kerze mit einem Kerzenlack konserviert. Die Farben bleiben somit lange erhalten.

Materialkosten: Kerzen und Wachsplatten können bei der Dozentin erworben werden (Kosten ca. 7,00 - 10,00 €) oder Sie bringen eigenes Material mit.

Geld zum Kurstermin mit. Die Kosten für Glasuren werden nach Verbrauch von der Kursleiterin festgelegt.

Wir bitten um Beachtung folgender Regeln: Es dürfen nur Tonsorten aus der Werkstatt verarbeitet werden, um einen korrekten Schrüh- und Glasurbrand zu garantieren. Keramiken, die zu Hause gefertigt werden, dürfen nicht mit in den Kurs gebracht werden. Falls ein Kurstermin nicht wahrgenommen wird, kann dieser nicht in anderen Kursen nachgeholt werden.

Wir weisen darauf hin, dass pro Kurs und Teilnehmenden nur zwei Hubel Ton verarbeitet werden und max. 1/2 Ofen Schrühbrand u. 1/2 Ofen Glasurbrand durchgeführt werden kann!





Nähen

Nähkurs:

Schneidern lernen Schritt für Schritt

Anmelde-Nr.: **902010**

ab Mo., 17. März, 18:00 – 20:15 Uhr

8 Termine | 24 UE | 34,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Elisabeth Bermann

Schneidern macht Spaß und bietet die Möglichkeit, persönliche Modewünsche und Ideen zu verwirklichen. Sie lernen, mit der Nähmaschine umzugehen, Schnittmuster abzunehmen und einfache Kleidungsstücke herzustellen. Sie erhalten viele Tipps und Tricks, um Schnitte zu ändern, geschickt zuzuschneiden und korrekt zu nähen. So erstellen Sie in kurzer Zeit Ihr Kleidungsstück selbst.



Anfänger*innen bringen bitte mit: 1/2m Nessel, Stecknadeln, Nähadeln, Schere, Reihgarn, Nähgarn, Maßband, Schneiderkreide.

Fortgeschrittene bringen bitte Nähutensilien, Schnittmuster und Stoff mit.

Nähkurs:

Schneidern Schritt für Schritt

Anmelde-Nr.: **902030**

ab Do., 13. März, 18:00 – 21:00 Uhr

8 Termine | 32 UE | 45,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Roswitha Kohler



Sie schneiden gerne und kennen bereits die Grundtechniken des Nähens? Sie lieben das Besondere, die individuelle Kleidung und möchten mehr Pfiff in Ihre Garderobe bringen? In diesem Kurs können Sie Ihre Kenntnisse erweitern und vertiefen. Natürlich können auch Anfänger*innen an diesem Kurs teilnehmen. Die Dozentin berät Sie gern bei der Umsetzung Ihrer Ideen.

Bitte bringen Sie mit: Stoff, Schnitte, Schere, Maßband und Nähzeug. Anfänger*innen bringen bitte ein 1/2m Leinen- oder Baumwollstoff mit.

Die im Programmheft ausgeschriebene **jeweilige Kursgebühr** bezieht sich auf eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen. Bei einer geringeren Teilnehmerzahl kann sich die Gebühr entsprechend erhöhen! Bitte informieren Sie sich im VHS-Sekretariat!

**Wochenendkurs: Nähen mit der Overlock****Anmelde-Nr.: 902055**

Sa., 24. Mai, 10:00 – 13:45 Uhr

1 Termin | 5 UE | 19,00 €

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Elisabeth Bermann

Für alle, die wissen wollen, was man mit der Overlock alles nähen kann! Mit Tipps für den Umgang mit Ihrer Overlockmaschine.

Mitzubringen sind Overlock, passendes Garn, Jersey-Stoff, Schnittmuster und Nähutensilien.

Workshop Patchwork für Geübte**Anmelde-Nr.: 902062**

ab Di., 18. März, 18:00 – 21:00 Uhr

8 Termine | 32 UE | 80,00 €

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Heidi Herth

Es werden verschiedene Muster erlernt, woraus man individuell z. B. Taschen, Kissen, Wandbilder, einen Läufer oder eine Decke nähen kann. Durch geschickte Farbkombinationen entstehen aus geometrischen Formen unterschiedliche Muster.

Es können traditionelle oder moderne Werke gefertigt werden, die je nach Stoffauswahl und Muster der Wohnung bzw. der voraussichtlichen Verwendung angepasst werden können.

Falls schon Vorkenntnisse vorhanden sind, kann die Kursleiterin dies entsprechend berücksichtigen. Erfahrungen im Nähen sind Voraussetzung. Eine Liste der mitzubringenden Nähutensilien erhalten Sie auf Anfrage.





Theater

LE scène nationale
de forbach
et de
l'est mosellan

CARREAU

Ins Theater nach Forbach

Besuchen Sie mit der VHS Völklingen Vorführungen im Theater Le Carreau in Forbach!

Eintritt: 24,00 Euro pro Person

Ab einer Gruppengröße von 10 Personen reduziert sich der Preis auf 20,00 Euro pro Person.

Arbeitslose, Schwerbehinderte, Studierende und Personen bis 28 Jahre: 10,00 Euro

Ermäßigung für Jugendliche unter 18 Jahren: 8,00 Euro

Das Kartenkontingent ist begrenzt, daher ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich!



Rhinocéros © Ivan Boccara

Theater LE CARREAU:

Rhinocéros – Nachmittagsvorstellung

Anmelde-Nr.: **300055**

Do., 3. April, 14:00 Uhr

1 Termin

Ort: Theatre Le Carreau, Forbach

Theater LE CARREAU:

Rhinocéros – Abendvorstellung

Anmelde-Nr.: **300056**

Do., 3. April, 20:00 Uhr

1 Termin

Ort: Theatre Le Carreau, Forbach

Ein zeitloser Klassiker...

von Eugène Ionesco / Bérangère Vantusso

Auf Französisch mit deutschen Übertiteln

Eine Vernashornungsepidemie grassiert in einem Provinzstädtchen. Einer nach dem anderen verwandeln sich die Bewohner und Bewohnerinnen unwiederbringlich in Nashörner. Nur einer ist gegen die allgemeine Ansteckung resistent und stellt sich Fragen zu dieser Krankheit, die man nur allzu leicht bekommt... Mit diesem Stück von 1959 thematisiert Ionesco den in den 30er Jahren aufkommenden Faschismus, der zum zweiten Weltkrieg geführt hat. Er denunziert die ideologische Verbreitung des Konformismus und hinterfragt das Maß der Verantwortung eines jeden an den vergangenen Ereignissen. Die Inszenierung von Bérangère Vantusso lädt dazu ein, über das Absurde, das Ausufernde, die Zerstörung, über Grimasieren und Lachen einen Blick auf die mehr „schlechte als rechte Welt“ zu werfen. Die Bühne wird ein Ort der Verwandlungen. Die Puppen aus Keramik sind so zerbrechlich wie die Menschen, deren stetes Handeln illustriert, wie sich der totalitäre Bleimantel über die Stadt legt. Sechzig Jahre nach seiner Uraufführung ist dieses Repertoirestück von unglaublicher Aktualität angesichts der aktuellen europäischen Herausforderungen.

**Theater Le CARREAU:****R-onde-s****Anmelde-Nr.: 300057**

Do., 19. Juni, 19:00 Uhr

1 Termin

Ort: Weltkulturerbe, Völklingen**Theater Le CARREAU:****R-onde-s****Anmelde-Nr.: 300058**

Fr., 20. Juni, 19:00 Uhr

1 Termin

Ort: Weltkulturerbe, Völklingen

Kommen Sie in die Runde

von *Pierre Rigal***Ronde-e-s © Pierre Rigal**

Die Runde beruht auf dem einfachen Prinzip des Kreises. Sie ermöglicht den Teilnehmern, durch ständige Blicke oder Körperkontakt direkt miteinander zu kommunizieren, meist, indem man sich bei der Hand nimmt. Jeder nimmt spontan diese familiäre und zyklische Figur ein und bewegt sich im gemeinsamen Rhythmus. Die berauschte Wiederholung kann gar zu einem Trancezustand oder mehr oder minder sichtbarer, kollektiver Akrobatik führen.

Der immer sehr einfallsreiche Choreograf Pierre Rigal hat sich diese Runde, die er ein universelles und zeitloses Ritual nennt, als Inspirationsquelle ausgesucht. Er geht es mit seiner Neugier und üblichen Schläue in einem neuen Projekt an, bei dem er sich auch außerhalb der Theater, auf Dorfplätzen, an bemerkenswerten Orten neu erfindet...

Nach dem Pantheon in Paris stellt er seine Koffer im Weltkultuerbe Völklinger Hütte ab und ermöglicht uns, diesen Ort auf ziemlich originelle Art neu zu entdecken. Aber um die Erfahrung noch verblüffender zu machen, wird das Publikum aufgefordert sein, spontan diese Weise an der gemeinsamen Bewegung mitzumachen. Er wird für einen Augenblick die Grenze zwischen routinierten und Gelegenheitsstänzern aufbrechen: was wäre natürlicher, wo es doch um die volkstümlichste aller Choreografien geht.



Ökologie

Vortrag: Wie hängen Klima- und Naturkrise zusammen?

Anmelde-Nr.: 302010

Di., 10. Juni, 18:30 – 20:45 Uhr

1 Termin | 6,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Stefan Kees

Der Vortrag thematisiert, wie Klimakrise und Naturkrise zusammenhängen. Es wird dargestellt, was genau die Klimakrise ist, wie sie entstanden ist und welche direkten und indirekten Auswirkungen sie auf die Natur, die einzelnen Lebensräume, Tiere und Pflanzen hat. Viele konkrete Beispiele helfen, den Zusammenhang zu verstehen.



Gebärdensprache

Workshop Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Anmelde-Nr.: 740010

ab Mo., 17. März, 18:00 – 19:30 Uhr

5 Termine | 10 UE | 30,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Wojciech Czernia



Gebärdensprache macht Sprache sichtbar. 32 Handformen, Einhandgebärden und Zweihandgebärden, das sind die Möglichkeiten dieser Kommunikationsform. Dazu kommen Blickrichtung, Mimik, die Kopf- und Oberkörperhaltung sowie die Mundbewegung.

Sie haben Verwandte oder Freunde mit einer Hörbehinderung. Sie benötigen für Ihren Beruf die visuelle Kommunikation. Oder Sie interessieren sich einfach für die deutsche Gebärdensprache und möchten sich gerne mit Gehörlosen unterhalten können.

Lassen Sie sich die Lebenswelt gehörloser Menschen näherbringen und lernen Sie erste Gebärden und die Grammatik der Gebärdensprache.



Heimatkunde und Industriekultur

Ein Erlebnis: Industriekulturelle Wanderung auf die Püttlinger Bergehalde Viktoria

Anmelde-Nr.: 331010

So., 30. März, 14:00 Uhr

1 Termin | 5,00 €, bitte vor Ort zahlen

Ort: Püttlingen

Dozent: Delf Slotta

Sie bietet einen der schönsten Panoramablicke im Saarland – die ehemalige Haupthalde der Püttlinger Grube Viktoria! Ein besonderes Erlebnis ist der Weg hinauf auf die Aussichtsplattform – Gehen Sie mit!

Treffpunkt: Püttlingen, ehem. Grubengelände, heute Gewerbegebiet Viktoria vor dem Fördergerüst Viktoria

Hinweis: Festes Schuhwerk ist erforderlich. Das Mitführen von Hunden ist leider nicht gestattet!



Exkursion: Die Bergehalde Ens Dorf mit Saar-Polygon – „DIE“ industriekulturelle Attraktion im mittleren Saartal!

Anmelde-Nr.: 331011

So., 13. April, 14:00 Uhr

1 Termin | 5,00 €, bitte vor Ort zahlen

Ort: Bergehalde Ens Dorf

Dozent: Delf Slotta



Die Bergehalde Ens Dorf-Duhamel wurde der Öffentlichkeit vor einigen Jahren zugänglich gemacht. Seitdem besteht die Möglichkeit, von einem der faszinierendsten Aussichtsberge des Saarlandes einen imposanten Panoramablick zu genießen. Seit 2016 steht auf dem Haldenplateau zudem die Landmarke des „Saarpolygon“ – eine einzigartige Attraktion, die viele Besonderheiten in sich trägt.

Treffpunkt: Ens Dorf, Halden-Hauptzugang über Straße „Bei Fußenkreuz“ (L345), Nähe Sportzentrum

Hinweis: Festes Schuhwerk ist erforderlich. Das Mitführen von Hunden ist leider nicht gestattet!



JUNGE VHS

vhs

Volkshochschule
Völklingen

ANMELDUNG AB SOFORT



<https://vhs.voelklingen.de>

PROGRAMM
FRÜHJAHR/SOMMER
2025
BEGINN: 17.03.2025



STADT VÖKLINGEN



**Sonderführung: Faszination Grube und Campus Göttelborn mit Turmfahrt****Anmelde-Nr.: 331012**

So., 4. Mai, 14:00 Uhr

1 Termin | 7,00 €, bitte vor Ort zahlen

Die Kosten für die Turmfahrt sind im Preis enthalten

Ort: Göttelborn**Dozent:** Delf Slotta

Diese Tour bietet (fast) alles! Während des zweistündigen Rundgangs geht es zu allen wichtigen Gebäuden dieser spektakulären Grube, die in den letzten beiden Jahrzehnten einen umfänglichen Transformationsprozess erfahren hat. Was der Strukturwandel hier bewirkt hat, wird im Einzelnen erläutert. Und zum Abschluss der Führung fahren wir auf das weltweit höchste Fördergerüst. Die Aussichtsplattform von Schacht IV in 74,3 Meter Höhe bietet einen unvergesslichen Panoramablick. Lassen Sie sich also überraschen!

Treff: Göttelborn, Großer Parkplatz vor Café-cantine Flöz, Straße: Zum Schacht.

Exkursion: Faszination Grube und Bergarbeitersiedlung Von der Heydt**Anmelde-Nr.: 331013**

So., 25. Mai, 14:00 Uhr

1 Termin | 5,00 €, bitte vor Ort zahlen

Ort: Von der Heydt**Dozent:** Delf Slotta

Von der Heydt – ein (fast) vergessener Ort inmitten der Waldlandschaft des Saarkohlenwaldes. Dort, wo früher malocht wurde, finden die Besucher*innen heute eine grüne Idylle vor. Und die Bergarbeitersiedlung ist die wohl schönste im Saarbergbau. Von der Heydt – ein Ort von großer Aussagekraft und voller Atmosphäre.

Treffpunkt: Von der Heydt, Parkplatz vor Schlafhaus 1 (Casino), heute: Landesamt für Vermessung, Geoinformation und Landentwicklung.

Hinweis. Festes Schuhwerk wird empfohlen! Das Mitführen von Hunden ist leider nicht gestattet!

**Foto:** Delf Slotta



Studienfahrten

Studienfahrt: Obernai und der Odilienberg

Anmelde-Nr.: **310010**

Sa., 14. Juni

Abfahrt: 7:00 Uhr

1 Tag | 65,00 €

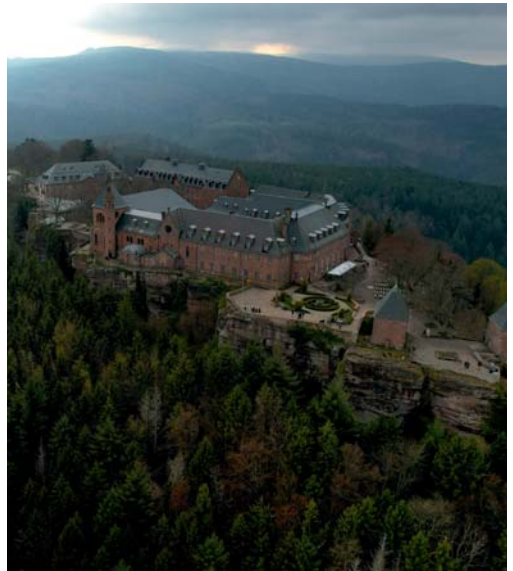
Ort: Obernai

Leitung: Dr. Stefan Woltersdorff

Schon von Weitem sieht man über der Rheinebene den langgestreckten Bergrücken mit dem Kloster der Heiligen Otilia. Seit grauer Vorzeit zieht dieser Ort Menschen in seinen Bann, darunter auch viele Schriftsteller. Auf ihren Spuren besuchen wir diesen Wallfahrtsort und sein Umland.

Erstes Ziel ist das Dorf Krautergersheim. Die Baroness Elisabeth von Turckheim geb. Schönemann, Frankfurter Bankierstochter und J. W. Goethes ehemalige Verlobte, verbrachte hier ihren Lebensabend. Wir hören, welche Rolle sie als Lili in Goethes Gedichten spielte. Im idyllischen Obernai spazieren wir durch 1000 Jahre Literaturgeschichte: Wir lernen die Äbtissin Herrad von Landsberg kennen, die im Mittelalter als erste Frau eine Enzyklopädie verfasste, begegnen dem Franziskaner Thomas Murner, Mitbegründer der Narrenliteratur, und sehen das Geburtshaus von René Schickele, früher Vorkämpfer eines vereinten Europas.

Nach dem Mittagessen (fakultativ) fahren wir auf den Odilienberg und widmen uns seiner wechselvollen Geschichte. Neben der sagenumwobenen Heidenmauer spielen Schriftsteller wie Goethe, Paul Claudel und Maurice Barrès eine Rolle.





Studienfahrt: Lunéville und Nancy

Anmelde-Nr.: **311010**

Sa., 17. Mai

Abfahrt: 7:30 Uhr

1 Tag | 65,00 €

Ort: Lunéville, Nancy

Leitung: Franz-Peter Kofsmann

Am Morgen fahren wir nach Lunéville und besichtigen das größte Schloss im Osten Frankreichs, ein Meisterwerk der klassischen Architektur. Der imposante Palast aus dem 18. Jahrhundert wird auch als das Versailles Lothringens bezeichnet. Die Architektur ist das Werk von Germain Boffrand, Schüler des berühmten Jules Hardouin-Mansart, dem ersten Architekten Ludwig des XIV.



Das Mittagessen (fakultativ) erwartet uns in Nancy, einer Stadt des Barocks und Zentrum des französischen Jugendstils, seit 1983 in die Liste des UNESCO-Weltkulturerbes aufgenommen. Hier herrscht immer noch ein gewisses majestätisches Flair und architektonische Wunderwerke finden sich überall in der Stadt. Wir beginnen unseren Stadtrundgang in der Mitte des Place Stanislas beim Denkmal mit der Inschrift Stanislas, dem Wohltäter, das dankbare Lothringen 1831. Vorgesehen ist auch ein Besuch der interessanten Markthalle mit Einkaufsmöglichkeit.

Fordern Sie sich gerne ein ausführliches Informationsblatt an.

In Planung:

4-tägige Reise nach Hamburg,

von Freitag, 3. Oktober 2025

bis Montag, 6. Oktober 2025

Ausführliche Reiseunterlagen können ab März im VHS-Büro, Tel. 06898/13-2597 angefordert werden.





Kulinarik

WEINLEHRFAHRTEN

Die Fahrten werden mit dem Busunternehmen Baron Reisen in Kooperation mit der VHS Regionalverband Saarbrücken durchgeführt.

Besucht werden in einer kleinen Gruppe von maximal 20 Personen Spitzenweingüter der jeweiligen Regionen.

Erleben Sie die faszinierende Welt des Weinbaus bei einer Lehrfahrt durch renommierte Weinregionen. Erfahren Sie Wissenswertes über Anbaumethoden, Weinsorten und die kulturelle Bedeutung des Weins, abgerundet durch eine fachkundige Weinprobe.

Lothringen – Château de Vaux – Vignoble Molozay

Anmelde-Nr.: **321010**

Fr., 4. April

Abfahrt VK, Parkplatz Weltkulturerbe:
13:30 Uhr

SB Franz-Josef-Röder-Straße: 14:00 Uhr
1 Termin | 80,00 €

Leitung: Heinz Gerhard Rouget

Empfang und Degustation im Château de Vaux, Lothringens bekanntestem und nominell besten Weingut. Weinmenü in gehobenem Restaurant.

In der Fahrt-Gebühr sind enthalten: Bus-transfer, Degustation, Führung, zzgl. Abendmenü.





Champagne

Anmelde-Nr.: **321020**

Fr., 23. Mai

Abfahrt VK, Parkplatz Weltkulturerbe:

6:40 Uhr

SB Franz-Josef-Röder-Straße: 7:00 Uhr

1 Termin | 130,00 €

Leitung: Heinz Gerhard Rouget

Dr. Esther Rüdener

Somelière WSET

Degustation bei einem Champagnerwinzer und in einem großen Champagnerhaus. Menü mit Champagnerbegleitung in einem gehobenem Restaurant.

Leistungen: Degustation, Führungen, Bus-transfer zzgl. Mittagmenü.

Bacharach/Mittelrhein und

Meisenheim/Nahe

Anmelde-Nr.: **321030**

Fr., 9. Mai

Abfahrt VK, Parkplatz Weltkulturerbe: 11:30

Uhr

SB Franz-Josef-Röder-Straße: 12:00 Uhr

1 Termin | 90,00 €

Leitung: Heinz Gerhard Rouget

Empfang mit Degustation durch Jochen Ratzenberger, VdP Präsident Mittelrhein, auf seinem Weingut Ratzenberger in Bacharach. Besichtigung Bacharach. Weingastronomischer Abschluss im Restaurant Meisenheimer Hof in Meisenheim.

In der Fahrt-Gebühr sind enthalten: Bus-transfer, Empfang, Degustation, Führung, zzgl. Abendmenü.





WEINSEMINARE

Weinfachleute und Weinhändler*innen stellen an einzelnen Themenabenden Regionen, Rebsorten und Weine vor.

Die Seminare vermitteln Wissen über Weinsorten, den Anbau und die Verkostungstechniken, wobei der kulturelle und geschichtliche Hintergrund des Weins im Fokus steht.

Die Degustationsumlage zahlen Sie bitte vor Ort an die Lehrkräfte.

Weinseminar:

Blindtasting mit Christian Löw

Anmelde-Nr.: **881010**

Di., 6. Mai, 19:30 – 22:30 Uhr

1 Termin | 4 UE | 8,00 €

Ort: Lauterbachhalle

Dozent: Heinz Gerhard Rouget

Christian Löw erläutert im Rahmen einer Blindverkostung von Weinpaaren aus seinem Sortiment und seiner Schatzkammer Kriterien der Analyse und der Weinbeschreibung mit dem Ziel, den Teilnehmenden eine möglichst neutrale sensorische Prüfungsmethode näherzubringen.

Gastdozent: Christian Löw, Weinhändler



Weinseminar: Loire – Weißweine

Anmelde-Nr.: **881011**

Di., 13. Mai, 19:30 – 22:30 Uhr

1 Termin | 4 UE | 8,00 €

Ort: Lauterbachhalle

Dozent: Heinz Gerhard Rouget

Ein Klassiker neu entdeckt. In Zusammenarbeit mit Loire-Kenner Bernd Suttka! Referenzweine aus Chenin Blanc, Melon de Bourgogne und Sauvignon Blanc von Topdomainen der Touraine, Savennières, Saumur und Muscadet de Sèvre et de Maine.

Gastdozent: Bernd Suttka, Weinkenner



Adams GmbH

Hoch- & Tiefbau



**Maurer- und Betonarbeiten
Haustrockenlegungen
Trockenausbau
Kanal- & Tiefbauarbeiten
Pflaster- & Mosaikarbeiten
Asphalterneuerungen**

**Am Holzplatz 4 - 66333 Völklingen
Telefon: 0 68 98 / 80 6 17
info@adamsbau.de**

Anzeige

Weinseminar: Burgunds Weißweine

Anmelde-Nr.: **881012**

Di., 20. Mai, 19:30 – 22:30 Uhr

1 Termin | 4 UE | 8,00 €

Ort: Lauterbachhalle

Dozent: Heinz Gerhard Rouget

Große Chardonnays der Côte de Beaune und der Côte Chalonnaise, präsentiert von Burgund-Spezialist Dr. Michael Diener. Topweindegustation.

Degustationsumlage: 50,00 € bitte vor Ort an den Dozenten zahlen!

Gastdozent: Michael Diener,
Weinhändler Weinkosmos Saarbrücken





KOCHEN

Die richtige Ernährung ist eine der Voraussetzungen für Gesundheit im Beruf und Freizeit. Gemeinsam kreieren und erproben wir Speisen aus verschiedenen Ländern.

Wir stärken unsere soziale Kompetenz und lernen viel über gesunde Ernährung. Die Ernährungs- und Lebensmittelkunde ist somit wichtiger Bestandteil unserer Kochkurse.

Menüs aus der Gourmetküche

Anmelde-Nr.: **911010**

Mi., 5. Februar, 17:30 – 21:15 Uhr

Mi., 12. März, 17:30 – 21:15 Uhr

2 Termine | 10 UE | 20,00 €

Ort: Küche Schlossparkschule

Dozent: Giovanni de Nigris

Gemeinsam mit Chefkoch Giovanni de Nigris bereiten Sie an jedem Kursabend ein Menü aus Vorspeise, Hauptgericht und Nachtisch zu. Giovanni de Nigris verwendet für seine Gerichte nur frische und qualitativ hochwertige Zutaten an Fisch, Fleisch, Gemüse und Kräutern, vorwiegend aus der mediterranen Küche. Natürlich dürfen Olivenöle und Essige nicht fehlen.

Abgestimmt zu den verschiedenen Gängen sucht der Weinspezialist die passenden Weine aus. Das Besondere: Die Teilnehmenden können für den nächsten Kurstag Wünsche äußern und Vorschläge machen. Gemeinsam wird dann entschieden, was zubereitet wird.

Die Zutatenumlage beträgt pro Termin ca. 15,00 bis 25,00 €.

Bitte zahlen Sie diese vor Ort an den Dozenten!





Feine Hobbyküche für Frauen und Männer

Anmelde-Nr.: **911020**

Mi., 19. Februar, 17:30 – 21:15 Uhr

Mi., 26. März, 17:30 – 21:15 Uhr

2 Termine | 10 UE | 20,00 €

Ort: Küche Schlossparkschule

Dozent: Giovanni de Nigris

Feine Hobbyküche nur für Männer

Anmelde-Nr.: **911030**

Mi., 12. Februar, 17:30 – 21:15 Uhr

Mi., 19. März, 17:30 – 21:15 Uhr

2 Termine | 10 UE | 20,00 €

Ort: Küche Schlossparkschule

Dozent: Giovanni de Nigris

Diese Kurse führen in die große Küche unterschiedlicher Länder ein. Eine Vorspeise, ein Hauptgericht sowie eine Nachspeise stehen jeweils auf dem Programmplan. Die Kosten für die Zutaten sind im Teilnahmeentgelt nicht enthalten und werden am jeweiligen Kursabend eingesammelt.

Bitte Geschirrtücher, Spül- und Topflappen mitbringen.

Cucina mediterranea moderna

Anmelde-Nr.: **912010L**

Di., 8. April, 18:00 – 21:45 Uhr

1 Termin | 5 UE | 10,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Francesca Galati

Moderne mediterrane Küche.

Von Klassikern über traditionelle und moderne Gerichte – tauchen Sie ein in die vielfältig und leckere Geschmackswelt der modernen italienischen Küche.

Die Zutatenumlage (ca. 20,00 €) zahlen Sie bitte vor Ort an die Dozentin!

Bei einer kurzfristigen Absage eines Teilnehmers (1 Tag vor Kursbeginn) wird die Zutatenumlage in Rechnung gestellt.

Die leckere Küche Perus

Anmelde-Nr.: **912210L**

Sa., 10. Mai, 11:00 – 14:45 Uhr

1 Termin | 5 UE | 10,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Peru, bekannt für seine reiche Kultur und Geschichte, hat auch eine kulinarische Tradition, die zu den besten der Welt zählt. Das Land wurde bei den World Travel Awards 2023 zum besten kulturellen und kulinarischen Reiseziel der Welt gekürt. In diesem Kurs entdecken Sie die einzigartigen Aromen und Techniken, die die peruanische Küche so besonders machen.

Unser Kurs beginnt mit einer Einführung in die grundlegenden Zutaten und Gewürze, die in der peruanischen Küche verwendet werden. Sie lernen, wie man diese Zutaten in der peruanischen Küche einsetzt. Dazu gehören Reis, Kartoffeln, Süßkartoffeln, Mais, Zitronen, Chilis, Koriander, Petersilie, Knoblauch und Zwiebeln.

Unsere Kursleiterin, eine Peruanerin mit einer Leidenschaft für das Kochen, führt Sie Schritt für Schritt durch die Rezepte und gibt Ihnen wertvolle Tipps und Tricks, um die gesunden und schmackhaften Gerichte zuzubereiten. Am Ende des Kurses haben Sie die Möglichkeit, Ihre Kreationen zu probieren.

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der peruanischen Küche und lassen Sie sich von den vielfältigen Aromen und einzigartigen Gerichten verzaubern. Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Kurs begrüßen zu dürfen und gemeinsam die Köstlichkeiten Perus zu entdecken!

Die Zutatenumlage (ca. 20,00 €) zahlen Sie bitte vor Ort an die Dozentin!



Bildungsabschluss

Info-Abend zum Lehrgang Nachträglicher Erwerb des Mittleren Bildungsabschlusses

Anmelde-Nr.: 450001

Fr., 9. Mai, 18:00 – 19:00 Uhr

1 Termin

Ort: Altes Rathaus

Vorbereitungslehrgang auf den Mittleren Bildungsabschluss für Nichtschüler*innen:

Unser Lehrgang bereitet Sie innerhalb eines Jahres auf die Nichtschüler*innen-Prüfung vor. Die unterrichteten Fächer orientieren sich an den Prüfungsfächern und reduzieren sich daher auf Deutsch, Mathematik, Physik, Erdkunde, Geschichte und Englisch.

Der Lehrgang findet jeweils montags bis donnerstags zwischen 18:00 und 21:15 Uhr im Alten Rathaus Völklingen statt. Während der Schulferien findet kein Unterricht statt. Prüfungen werden jeweils im Mai/Juni zum normalen Prüfungstermin an einer ERS/Gemeinschaftsschule durchgeführt.

An diesem Infoabend werden alle anstehenden Fragen zu unserem Vorbereitungslehrgang beantwortet. Wir bitten, zum Infoabend Schreibmaterial und Block mitzubringen.

Vorbereitungslehrgang zum Nachträglichen Erwerb des Mittleren Bildungsabschlusses

Anmelde-Nr.: 450002

ab Mo., 19. Mai, jeweils 18:00 – 21:15 Uhr

Ort: Altes Rathaus

In 12 Monaten (insges. Ca. 600 Unterrichtsstunden) werden Sie auf die prüfungsrelevanten Themen in folgenden Fächern vorbereitet: Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Erdkunde, Physik.



Nach Bestehen der staatlichen Prüfung erhalten Sie den Mittleren Bildungsabschluss, der Ihnen weitere Fortbildungsmöglichkeiten zur Fachhochschulreife eröffnet.

Das Teilnehmerentgelt beträgt 480,00 € und wird in 12 Raten à 40,00 € fällig. Der Unterricht findet montags bis donnerstags von 18.00 bis 21.15 Uhr im Alten Rathaus statt.

Kontakt und Beratung:

VHS Völklingen

Silke Eckel-Speicher

Telefon: 06898/13-2587

E-Mail: silke.eckel-speicher@voelklingen.de



Digitale Kompetenz

Textverarbeitung mit Microsoft® Word Version 2019 – Grundlagen

Anmelde-Nr.: **520010**

ab Di., 1. April, 18:00 – 20:15 Uhr

4 Termine (Di. + Mi.) | 12 UE | 39,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sabrina Wahlster

Word ist ein umfangreiches Textverarbeitungsprogramm, das Ihnen viele Möglichkeiten bietet, um Ihre Texte in Form zu bringen. Trotz komplexer Funktionalitäten eignet sich das Programm hervorragend für Anfänger*innen, denn für eine einfache Textverarbeitung ist es nicht erforderlich, alle Funktionen zu kennen und zu beherrschen. Sie lernen die grundsätzlichen Funktionen und wie Sie mit wenigen Klicks Ihre Texte individuell formatieren und bearbeiten können.

Tabellenkalkulation mit Microsoft® Excel Version 2019 – Grundlagen

Anmelde-Nr.: **530010**

ab Di., 6. Mai, 18:00 – 20:15 Uhr

4 Termine (Di. + Mi.) | 12 UE | 39,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sabrina Wahlster

Keine Angst vor Excel! Im Kurs lernen Sie die grundlegende Funktionalität von Excel kennen und nutzen.

An praktischen Beispielen lernen Sie, Tabellen sinnvoll zu gestalten und Daten z. B. mit Sortierung und Filterfunktionen anzupassen. Sie trainieren die Anwendung gängiger Formeln und Funktionen und lernen, erste Diagramme zu erstellen.

Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Smartphone Anfänger*innen – Android und iOS

Anmelde-Nr.: **100440**

ab Fr., 21. März, 10:00 – 12:15 Uhr

4 Termine | 12 UE | 55,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Beate Luckas

Smartphone-Aufbaukurs für fortgeschrittene Anfänger*innen – Android und iOS

Anmelde-Nr.: **100441**

ab Fr., 9. Mai, 10:00 – 12:15 Uhr

4 Termine | 12 UE | 55,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Beate Luckas

Für alle, die mit den grundlegenden Funktionen ihres Smartphones bereits etwas vertraut sind, ihre Kenntnisse aber erweitern möchten, bieten wir in dieser Kursreihe folgende vertiefenden Themen an:

- Apps zum Thema Gesundheit
- Künstliche Intelligenz im Alltag
- Desinformation und Fakenews erkennen lernen
- Dateien organisieren und verwalten
- Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem Handy werden vorausgesetzt.

Die Kursgebühr beinhaltet die Kosten für das Kursbegleitskript.



Motorsägen-Lehrgänge

GRUNDLEHRGANG

Durch steigende Erdöl- und Erdgaspreise erlebt Holz ein Comeback als Brennstoff. Die Selbstwerbung für Kaminholz stieg enorm an. Um die Selbstwerber auf die Arbeiten und Gefahren bei der Waldarbeit vorzubereiten, bieten wir in Zusammenarbeit mit dem städtischen Forstamt Motorsägenlehrgänge für Personen ab 18 Jahren, die einen Sachkundenachweis benötigen, an.

Lehrgangsinhalte sind: Unfallverhütungsvorschriften, Schutzkleidung und Schutzausrüstung, Gefahren im Umgang mit der Motorsäge, Sicherheitseinrichtungen, Schneidetechnik, praktischer Einsatz am liegenden Baum, Wartung und Pflege.

In der Kursgebühr ist ein Holzfällerfrühstück enthalten.

Wichtig! Zum Lehrgang sind mitzubringen: Schnitenschutzhose, Schutzhelm, Gehörschutz, Gesichtsschutz, Schutzhandschuhe, Schnitenschutzschuhe. Bei Nutzung der eigenen Motorsäge sind Sonderkraftstoff und Bio-Öl notwendig!

Die Kurse finden beim städtischen Forstamt, Zum Wasserwerk 20, 66333 Völklingen statt.

Motorsägenlehrgang für Selbstwerber: Grundlehrgang

Anmelde-Nr.: **890051**

Fr. + Sa., 7. + 8. Februar, 8:00 – 15:30 Uhr

2 Termine | 20 UE | 120,00 €

Ort: Forstamt Simschel, Zum Wasserwerk

Dozent: Marc Schikowski

Motorsägenlehrgang für Selbstwerber: Grundlehrgang

Anmelde-Nr.: **890052**

Fr. + Sa., 21. + 22. Februar, 8:00 – 15:30 Uhr

2 Termine | 20 UE | 120,00 €

Ort: Forstamt Simschel, Zum Wasserwerk

Dozent: Marc Schikowski





Motorsägenlehrgang für Selbstwerber: Grundlehrgang

Anmelde-Nr.: 890053

Fr. + Sa., 21. + 22. März, 8:00 – 15:30 Uhr

2 Termine | 20 UE | 120,00 €

Ort: Forstamt Simschel, Zum Wasserwerk

Dozent: Marc Schikowski

Motorsägenlehrgang für Selbstwerber: Grundlehrgang

Anmelde-Nr.: 890054

Fr. + Sa., 11. + 12. April, 8:00 – 15:30 Uhr

2 Termine | 20 UE | 120,00 €

Ort: Forstamt Simschel, Zum Wasserwerk

Dozent: Marc Schikowski

AUFBAULEHRGANG

Motorsägenlehrgang für Selbstwerber: Aufbaulehrgang

Anmelde-Nr.: 890055

Fr. + Sa., 14. + 15. März, 8:00 – 15:30 Uhr

2 Termine | 20 UE | 120,00 €

Ort: Forstamt Simschel, Zum Wasserwerk

Dozent: Marc Schikowski

Das Fällen eines Baumes zählt zu den gefährlichsten Arbeiten eines Forstwirtes. Um Selbstwerber mit den Gefahren und Schwierigkeiten einer Fällung vertraut zu machen und einen Einblick in die Arbeit der Profis zu bieten, wird dieser Kurs in Zusammenarbeit mit dem Städtische Forstamt Völklingen angeboten.

Lehrgangsinhalte sind: Unfallverhütungsvorschriften, Vorbereitungen zur Fällung, Baumbegutachtung, Einführung in die Fälltechnik, praktische Durchführung am stehenden Baum, Einsatz von Hilfsmitteln.

In der Kursgebühr ist ein Holzfällerfrühstück enthalten.



Voraussetzung: Teilnahme am Grundlehrgang

Wichtig! Für den Lehrgang sind mitzubringen: Schnittschutzhose, Schutzhelm, Gehörschutz, Gesichtsschutz, Schutzhandschuhe, Schnittschutzhuhe.

Bei der Nutzung der eigene Motorsäge sind Sonderkraftstoff und Bio-Öl notwendig!

Der Kurs findet beim städtischen Forstamt, Zum Wasserwerk 20, 66333 Völklingen statt.



Sprachen – In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Herkunftssprache plus Erwerb zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biografie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.





Entgelte

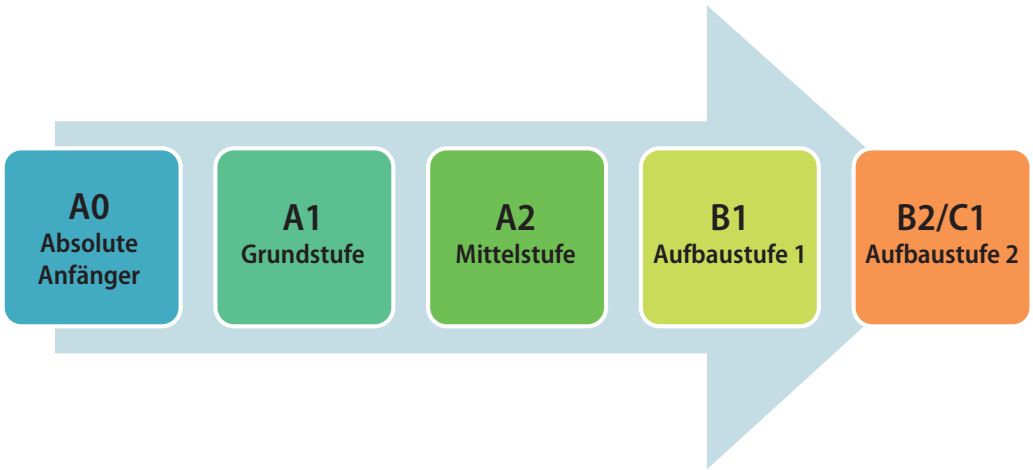
Die Satzung der Volkshochschule sowie die Entgeltordnung sind im Sekretariat einsehbar. Die Entgelte variieren je nach Zahl der Teilnehmenden und der Menge der Unterrichtseinheiten. Die VHS Völklingen bietet zwei unterschiedliche Kursmodelle an.

Modell 1: 90 Minuten (2 Unterrichtseinheiten)

ab	12 Termine	10 Termine	8 Termine
10 Teilnehmenden	41,00 €		
9 Teilnehmenden	46,00 €	38,00 €	
8 Teilnehmenden	52,00 €	43,00 €	
7 Teilnehmenden	59,00 €	49,00 €	
6 Teilnehmenden	68,00 €	57,00 €	44,00 €
5 Teilnehmenden	80,00 €	66,00 €	53,00 €
4 Teilnehmenden	99,00 €	83,00 €	66,00 €
3 Teilnehmenden	132,00 €	110,00 €	88,00 €

Modell 2: 60 Minuten

ab	12 Termine	10 Termine	8 Termine
10 Teilnehmenden	28,00 €		
9 Teilnehmenden	30,00 €	25,00 €	20,00 €
8 Teilnehmenden	33,00 €	28,00 €	22,00 €
7 Teilnehmenden	48,00 €	32,00 €	26,00 €
6 Teilnehmenden	44,00 €	37,00 €	30,00 €
5 Teilnehmenden	53,00 €	44,00 €	36,00 €
4 Teilnehmenden	66,00 €	55,00 €	44,00 €
3 Teilnehmenden	88,00 €	74,00 €	59,00 €



A0 (Absolute Anfänger)

Sie verfügen über keine Kenntnisse in der Fremdsprache. Am Ende dieser Stufe haben Sie einen kleinen Grundwortschatz und erste Grammatikkenntnisse, können einfache Sätze verstehen und kurze Gespräche führen.

A1 (Grundstufe)

Auf diesem Niveau erweitern Sie Ihren Wortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse. Sie lernen, sich mit einfachen Sätzen im Alltag zu verständigen und verstehen Ihre Gesprächspartner, wenn diese langsam und deutlich sprechen.

A2 (Mittelstufe)

Auf diesem Niveau vertiefen Sie Ihr Grundwissen. Sie lernen, in einfachen und vertrauten Gesprächssituationen zu kommunizieren und Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen, Reisen oder Arbeit und zu Ihrem Alltag in der Fremdsprache zu vermitteln.

B1 (Aufbaustufe 1)

Die „ersten Schritte“ liegen längst hinter Ihnen? Nun möchten Sie Ihr Niveau halten oder spielerisch ausbauen? Innerhalb dieser Stufe lernen Sie, die meisten alltäglichen Situationen sprachlich zu bewältigen. Sie können sich zusammenhängend über vertraute Themen unterhalten, über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten äußern.

B2/C1 (Aufbaustufe 2)

Auf diesem Niveau haben Sie ausreichend Kenntnisse, um sich im privaten und beruflichen Bereich spontan und fließend zu verständigen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ist ebenso möglich wie die Diskussion zu einer Vielzahl von Themen aus allen gesellschaftlichen Bereichen.

Bitte achten Sie bei der Anmeldung auf die jeweilige Kursstufe!



Welcher Sprachkurs ist der richtige für mich?

- Sind Sie unsicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist?
- Haben Sie bereits Vorkenntnisse, die Sie gerne auffrischen möchten?
- Suchen Sie einen passenden Kurs, der Sie fit für den Urlaub macht?
- Möchten Sie gerne Ihre fundierten Sprachkenntnisse weiter ausbauen und festigen?

Zur Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse können Sie entweder unter www.sprachtest.de eine Online-Einstufung nutzen oder einen Einstufungstest bei uns anfordern.

Meistens ist es nicht leicht, den eigenen Kenntnisstand ohne fachkundige Beratung richtig einzuschätzen. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei unserer pädagogischen Mitarbeiterin bei der Auswahl eines passenden Sprachkurses beraten zu lassen.

Kontakt: **Silke Eckel-Speicher**

Telefon: **06898 / 13-2587**

E-Mail: silke.eckel-speicher@voelklingen.de

Sprache auf Bestellung: PRIVAT UND FÜR UNTERNEHMEN

Die VHS Völklingen bietet Ihnen gerne individuelle Sprachkurse für den privaten Bereich oder für Firmen an.

Sie planen eine Reise oder haben Interesse an einer Sprache und möchten gerne als Familie oder als Gruppe von Freund*innen oder Kolleg*innen Ihren ganz **privaten Sprachkurs** besuchen? Wir machen (fast) alles möglich. Bitte besprechen Sie mit uns Ihre Wünsche und Vorstellungen und wir erstellen Ihnen einen individuellen Kursplan und einen Kostenvoranschlag für die von Ihnen gewünschte Schulung.

Wir organisieren Ihren **Firmensprachkurs** in Ihrer Wunschsprache:

- Wir kommen zu Ihnen in die Firma oder der Unterricht findet in unseren Räumlichkeiten statt.
- Das Unterrichtsprogramm wird speziell auf Ihre Wünsche und Zielvorgaben ausgerichtet und erstellt.
- Wir machen Sie fit für Verhandlungen, Telefongespräche, Meetings oder E-Mail-Kontakte mit Partnern und Kunden aus dem Ausland.
- Am Ende des Kurses besteht die Möglichkeit einer Abschlussprüfung nach den Maßgaben des Europäischen Referenzrahmens.

Fordern Sie ein auf Ihr Unternehmen abgestimmtes Angebot an.



HINWEIS:

Soweit nicht anders angegeben, werden die Kurse an 12 Terminen mit 24 Unterrichtseinheiten angeboten. Die Entgelte für die Kurse finden Sie in den Tabellen auf der **Seite 47**.

ENGLISCH

Ob auf Urlaubsreisen oder für internationale Geschäftsbeziehungen – die englische Sprache öffnet die Türen zur weltweiten Kommunikation. Englisch ist nicht nur in Großbritannien, der Republik Irland, den USA, Kanada, Australien und Neuseeland verbreitet, sondern auch in vielen anderen Ländern als Erst- oder Zweitsprache.

Was in der Schulzeit manchmal herausfordernd war, kann in einer Gruppe Gleichgesinnter viel Spaß machen. Mit unseren Sprachkursen haben Sie die Möglichkeit, sich kontinuierlich weiterzubilden: Beginnen Sie von Grund auf, frischen Sie Ihre in der Schulzeit erworbenen Kenntnisse auf oder erweitern Sie Ihre Fähigkeiten in speziellen Kommunikationskursen.

Let's get started! – Packen wir es an!

A0 – Absolute Anfänger

Englisch A0, Stufe 1 für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **710001**

ab Do., 13. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Jana Schmidt

Englisch A0, Stufe 1 für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **710002**

ab Mo., 17. März, 19:00 – 20:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Hardy Bach

A1 – Grundstufe

Englisch A1, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **711011**

ab Mo., 17. März, 19:30 – 21:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Valérie Lorscheider

Englisch für die Reise A1, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **710030**

ab Di., 18. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Claudia Verburg

Kursbeschreibung siehe **Seite 60**.

Englisch A1, Stufe 2

Anmelde-Nr.: **711012**

ab Mi., 19. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Valérie Lorscheider

Englisch Auffrischkurs A1, Stufe 2

Anmelde-Nr.: **710011**

ab Do., 13. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Jana Schmidt



Englisch A1, Stufe 2 am Vormittag

Anmelde-Nr.: **710010**

ab Mi., 19. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Hardy Bach

Englisch in der Mittagspause, A1, Stufe 9

Anmelde-Nr.: **711019**

ab Mi., 19. März, 12:15 – 13:15 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

Kursbeschreibung siehe **Seite 61**.



Foto: DVV, Frank Schemmann (Fotograf)

Englisch A1, Stufe 14 – Lernen in Bewegung – bewegtes Lernen

Anmelde-Nr.: **711410**

ab Do., 13. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

Das ganze Leben ist Bewegung, warum nicht auch der Sprachenunterricht? Gehen Sie mit uns gemeinsam neue Wege in einem modernen Fremdsprachenunterricht!

Kurze und leicht durchzuführende Bewegungen, die kaum merklich in den Unterricht eingebaut werden, unterstützen

- den Energieaufbau,
- die Konzentration,
- die Motivation,
- die Verankerung von Lerninhalten,
- die Gedächtnisleistung
- und die geistige Frische.

Darüber hinaus können gerade im Sprachunterricht viele Inhalte auch mit und in Bewegung vermittelt und angewendet werden. Das baut Barrieren und Hemmungen ab. Sprache wird in Aktion umgesetzt und so zu einem natürlichen Erlebnis. Neue Wörter oder neue Grammatikinhalte können dadurch besser behalten werden.

A2 – Mittelstufe

Englisch A2, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **712010**

ab Mo., 17. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Valérie Lorscheider

Senioren Akademie

Eine Einrichtung der

vhs  Volkshochschule
Völklingen

Akademie

PROGRAMM

FRÜHJAHR/SOMMER 2025

Semesterbeginn: 17. März 2025

ANMELDUNG
AB SOFORT



<https://vhs.voelklingen.de>

**Englisch A2, Stufe 4 – Intensiv am Abend****Anmelde-Nr.: 712014**

ab Do., 20. März, 17:00 – 19:15 Uhr

10 Termine | 30 UE

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal**Dozent:** Walter Verburg**Englisch A2, Stufe 6****Anmelde-Nr.: 712016**

ab Mo., 17. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozent:** Hardy Bach**Englisch A2 Refresher****Anmelde-Nr.: 712110**

ab Mo., 17. März, 17:30 – 19:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozent:** Hardy Bach**Englisch A2 Move On****Anmelde-Nr.: 712210**

ab Mi., 19. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Silke Eckel-Speicher**Englisch A2 Move On****Anmelde-Nr.: 712310**

ab Mo., 17. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Rula Trenz**Englisch A2 Move On****Anmelde-Nr.: 712410**

ab Mo., 17. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozent:** Hardy Bach**B1/B2 – Aufbaustufe 1 und 2****English Brush Up / B1****Anmelde-Nr.: 713010**

ab Mo., 17. März, 19:30 – 21:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal**Dozent:** Walter Verburg**English Brush Up / B1****Anmelde-Nr.: 713510**

ab Mi., 19. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Silke Eckel-Speicher**English Brush Up / B1****Anmelde-Nr.: 713610**

ab Mi., 19. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Claudia Verburg**English advanced / B1****Anmelde-Nr.: 713310**

ab Mo., 17. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozent:** Dr. Ehrhart Linsen**English advanced / B1****Anmelde-Nr.: 713410**

ab Mo., 17. März, 19:30 – 21:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozent:** Dr. Ehrhart Linsen**English conversation / B2****Anmelde-Nr.: 713210**

ab Fr., 21. März, 9:30 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Rula Trenz



ITALIENISCH

Reisen Sie sprachlich nach Italien. Sie lernen, sich in wichtigen Situationen des täglichen Lebens zu verständigen. Das Training von Verstehen und Sprechen steht im Vordergrund. Darüber hinaus üben Sie auch Lesen und Schreiben in der Fremdsprache.

Das Erlernen erfolgt durch die praktische Anwendung mit Übungen. Der gesamte Unterricht wird zusätzlich durch den Einsatz modernster Medien zu einem Erlebnis für alle Sinne.

A0 – Absolute Anfänger

Italienisch A0, Stufe 1 für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Anmelde-Nr.: **720101**

ab Do., 13. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Walter Verburg

Italienisch A0, Stufe 1 Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **720103**

ab Di., 18. März, 17:00 – 18:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: N.N.

Italienisch A0, Stufe 2 für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Anmelde-Nr.: **720102**

ab Di., 18. März, 9:00 – 10:30 Uhr

8 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Walter Verburg

A1 – Grundstufe

Italienisch A1 Intermezzo

Anmelde-Nr.: **720110**

ab Di., 18. März, 18:30 – 20:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: N.N.

Unser Abendkurs „Italienisch Intermezzo“ richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die ihre Italienischkenntnisse auf dem Niveau A1 auffrischen und vertiefen möchten. Sie wiederholen und erweitern Ihre Grundkenntnisse der italienischen Sprache. Sie üben einfache Dialoge, lernen nützliche Redewendungen und festigen Ihre Grammatikkenntnisse.

Der Kurs hilft Ihnen, sich im Alltag besser auf Italienisch verständigen zu können und macht Sie fit für Ihre nächste Italienreise.

Italienisch für die Reise A1, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **720112**

ab Di., 18. März, 12:15 – 13:15 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

Kursbeschreibung siehe **Seite 60**.

Italienisch A1, Stufe 7

Anmelde-Nr.: **720117**

ab Di., 18. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Walter Verburg



A2 – Mittelstufe

Online-Seminar: Italienisch A2, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **ONL7222**

ab Di., 18. März, 9:00 – 9:45 Uhr

6 Termine | 6 UE

Ort: Virtuelles Klassenzimmer

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

In diesem Online-Italienischkurs lernen Sie die Grundlage der Sprache und erweitern Ihre Fähigkeiten in Konversation, Grammatik und Wortschatz. Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger*innen und bietet praxisorientierte Übungen. Ideal für die Sprachentwicklung von zu Hause aus.

Italienisch A2, Stufe 12

Anmelde-Nr.: **722012**

ab Di., 18. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Ortrud Krömer

B1 – Aufbaustufe 1

Parliamo Italiano B1/B2 Konversation

Anmelde-Nr.: **724010L**

ab Mi., 19. März, 18:00 – 19:30 Uhr

10 Termine | 20 UE

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler

Dozentin: Francesca Galati

Wir führen Uhren von:

DAVOSA
SWISS
FESTINA

LOTUS
Messerschmitt

BOCCIA®
TITANIUM
ZEPPELIN

REGENT
bauhaus



Goldankauf gegen Bargeld

Zeppelin 7694-2 LZ127 Transatlantik Chronograph GMT
Gehäuse Material: Edelmetall
Gehäusedurchmesser: 42 mm
Glas: gehärtet, Mineralglas

349 EUR

Juwelier & Goldschmiede
Scheffel
VÖLKLINGEN
Bismarckstr. 11
(Fußgängerzone City-Promenade)
Tel. 0 68 98/2 44 57

Anzeige



SPANISCH

Spanisch ist nach Englisch die am meisten verwendete Sprache in der internationalen Kommunikation und darüber hinaus die offizielle Sprache in 21 Ländern in Amerika, Europa und Afrika.

Von Beginn an lernen Sie, sich in wichtigen Sprachsituationen des täglichen Lebens zu verständigen. Das Training von Verstehen und Sprechen steht im Vordergrund, das Erlernen der Grammatik erfolgt durch praktische Anwendungen mit Übungen. Außerdem erfahren Sie im Spanischunterricht Vieles über andere Kulturen.

A0 – Absolute Anfänger

Spanisch A0, Stufe 1 für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **730101**

ab Di., 18. März, 16:00 – 17:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Spanisch A0, Stufe 2 für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Anmelde-Nr.: **730102**

ab Do., 13. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Alexander Dony

A1 – Grundstufe

Spanisch A1, Auffrischkurs 1

Anmelde-Nr.: **731010**

ab Di., 18. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Spanisch A1, Stufe 2

Anmelde-Nr.: **731012**

ab Di., 18. März, 11:00 – 12:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Spanisch für die Reise A1, Stufe 5 Mittel- und Südamerika

Anmelde-Nr.: **731015**

ab Di., 18. März, 12:45 – 13:45 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Kursbeschreibung siehe **Seite 60**.

Spanisch A1/A2 Grammatik

Anmelde-Nr.: **731013**

ab Di., 18. März, 14:00 – 15:00 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

A2 – Mittelstufe

Spanisch A2, Stufe 6

Anmelde-Nr.: **732016**

ab Do., 6. März, 18:30 – 20:00 Uhr

9 Termine | 18 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Paula Thielen



B2 - Aufbaustufe 2

Español – activo, informativo y divertido / Spanisch B2

Anmelde-Nr.: **734050**

ab Di., 18. März, 17:30 – 19:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Sie haben gute Vorkenntnisse in Spanisch und möchten sich mit anderen Menschen auf Spanisch unterhalten? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. In einem lockeren Ambiente tauschen Sie sich über kulturelle, aktuelle und spannende Themen aus. Frischen Sie Ihren Wortschatz auf und gewinnen Sie Sicherheit in Gesprächssituationen.



FRANZÖSISCH

Erlernen Sie die Sprache unserer Nachbarn und werden Sie Teil einer internationalen Sprachengemeinschaft. Vielleicht möchten Sie auch Ihre schon etwas „eingerosteten“ Sprachkenntnisse wieder auffrischen.

Die direkte Nähe zu Frankreich bietet Ihnen den idealen Übungsraum. Beim Einkaufen in Forbach oder bei Besichtigungen in Metz oder Straßburg können Sie Ihre Kenntnisse direkt anwenden und festigen.

A0 – Absolute Anfänger

Französisch für Anfänger*innen A0, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **761001**

ab Do., 13. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: N.N.

Französisch für Anfänger*innen A0, Stufe 2

Anmelde-Nr.: **760102**

ab Mi., 19. März, 14:00 – 15:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Isabelle Schneider

Französisch für die Reise A0, Stufe 1 für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **760150**

ab Mi., 19. März, 15:30 – 17:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Isabelle Schneider

Kursbeschreibung siehe **Seite 60**.



A1 – Grundstufe

Französisch A1, Stufe 1 für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Anmelde-Nr.: 760110

ab Mi., 19. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Sébastien Dumont-Roty

Französisch in der Mittagspause A1, Stufe 2

Anmelde-Nr.: 760112

ab Do., 13. März, 12:00 – 13:00 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Sébastien Dumont-Roty

Kursbeschreibung siehe **Seite 61**.

Französisch A1 Stufe 5

Anmelde-Nr.: 760115

ab Mi., 19. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Sébastien Dumont-Roty

Reprise A1+: Französisch für fortgeschrittene Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: 760116

ab Di., 18. März, 9:00 – 10:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Rose-Marie Tonnelier

Sie haben Französisch bereits in der Schule oder einige Semester an einer VHS gelernt, mittlerweile aber Vieles wieder vergessen. Jetzt möchten Sie Ihre Sprachkenntnisse gerne wieder alltagstauglich machen.

Dieser Kurs bietet Ihnen eine rasche Wiederholung und Festigung Ihrer Kenntnisse und bereitet Sie auf wichtige Alltagssituationen vor.

A2 – Mittelstufe

Atelier de Français A2

Anmelde-Nr.: 762010

ab Di., 18. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Rose-Marie Tonnelier

Sie können alltägliche Situationen sprachlich bereits gut meistern und möchten Ihre Französischkenntnisse vertiefen, dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Über die Vergangenheit und die Zukunft sprechen, einfache Nachrichten verfassen und sich im Urlaub müheloser verständigen können, sind einige der Inhalte dieses Kurses.

A2/B1

Quoi de neuf? Conversation française A2/B1

Anmelde-Nr.: 763020

ab Do., 13. März, 10:30 – 12:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Sébastien Dumont-Roty

Dieser Sprachkurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Erfahrungen mit der französischen Sprache gesammelt haben und ihre Kenntnisse gerne in ungezwungener Atmosphäre anwenden und ausbauen möchten. Sie unterhalten sich dabei über tagesaktuelle und alltägliche Themen, Land und Leute etc.



B2 – Aufbaustufe 2

Tandemkurs Französisch-Deutsch Conversation B2

Anmelde-Nr.: **766010**

ab Sa., 5. April, 9:00 – 12:00 Uhr

7 Termine | 28 UE

95,00 € ab 10 Teilnehmenden

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozenten: Rose-Marie Tonnelier und
Sébastien Dumont-Roty

Deutsche und französische Teilnehmende üben gemeinsam die Sprache des Nachbarn. Dabei lernen Sie in Kleingruppen durch das direkte Gespräch. Für die Teilnahme am Tandemkurs sind gute Vorkenntnisse in beiden Sprachen notwendig. Der Kurs findet im VHS Lernzentrum in Völklingen/Luisenthal statt.



ARABISCH

Haben Sie Verwandte oder Freunde, die Arabisch sprechen? Benötigen Sie die Sprache für den Beruf oder möchten Sie einfach etwas völlig Neues ausprobieren?

Dann nehmen Sie die Herausforderung an und tauchen Sie in eine neue Welt des Spracherwerbs ein. Sie lernen nicht nur ein völlig anderes Alphabet kennen, sondern machen auch Bekanntschaft mit spannenden Menschen, Kulturen und Geschichten.

Arabisch ist eine der sechs offiziellen Sprachen der Vereinten Nationen und wird von mehr als 700 Millionen Menschen weltweit als Erst-, Zweit- oder Fremdsprache gesprochen. Dadurch zählt Arabisch zu den sechs häufigsten Sprachen der Welt.

Der Erwerb dieser Sprache eröffnet Ihnen daher zahlreiche Möglichkeiten und neue Perspektiven, sowohl beruflich als auch persönlich.

A0 – Absolute Anfänger

Arabisch A0 Stufe 1 für absolute Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **791010**

ab Mo., 17. März, 17:00 – 18:30 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Masra Fakhr-Eddin

A2 – Mittelstufe

Arabisch A2 Stufe 8

Anmelde-Nr.: **792018**

ab Mo., 17. März, 18:30 – 20:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Masra Fakhr-Eddin



SPEZIALANGEBOTE

Sprachkurse für die Reise

Möchten Sie sich auf Ihre nächste Reise optimal und praxisorientiert vorbereiten und die Grundlagen einer neuen Sprache erlernen? Unsere Sprachkurse für die Reise sind genau das Richtige für Sie! Sie erwerben grundlegende Sprachkenntnisse, die Ihnen helfen, typische Alltagssituationen auf Reisen zu meistern.

Zu den Kursinhalten gehören Begrüßungen und Verabschiedungen, Zahlen und Währungen, Fragen nach dem Weg, Restaurants und Einkaufen, öffentliche Verkehrsmittel und Notfälle. Gleichzeitig erfahren Sie vieles über Bräuche und Traditionen in Ihrem Reiseland.



Englisch für die Reise A1, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **710030**

ab Di., 18. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Claudia Verburg

Italienisch für die Reise A1, Stufe 1

Anmelde-Nr.: **720112**

ab Di., 18. März, 12:15 – 13:15 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

Spanisch für die Reise A1, Stufe 5

Mittel- und Südamerika

Anmelde-Nr.: **731015**

ab Di., 18. März, 12:45 – 13:45 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sandra Edith Roggero Manrique

Erleben Sie die Vielfalt und Schönheit der spanischen Sprache mit unserem spezialisierten Spanischkurs für Mittel- und Südamerika. Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der lateinamerikanischen Kultur und verbessern Sie gleichzeitig Ihre Sprachkenntnisse auf authentische Weise. Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit Grundkenntnissen der spanischen Sprache.

Französisch für die Reise A0, Stufe 1 für

Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **760150**

ab Mi., 19. März, 15:30 – 17:00 Uhr

12 Termine | 24 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Isabelle Schneider



Sprachkurse in der Mittagspause

Vormittags und nachmittags im Beruf und am Abend zu müde für einen Sprachkurs? Kein Problem! Die VHS Völklingen bietet Sprachkurse in der Mittagspause an. Die Kurse dauern pro Tag jeweils 60 Minuten und finden einmal wöchentlich statt.

Englisch in der Mittagspause, A1, Stufe 9

Anmelde-Nr.: **711019**

ab Mi., 19. März, 12:15 – 13:15 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Silke Eckel-Speicher

Französisch in der Mittagspause A1, Stufe 2

Anmelde-Nr.: **760112**

ab Do., 13. März, 12:00 – 13:00 Uhr

12 Termine | 16 UE

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Sébastien Dumont-Roty

Gebärdensprache

Workshop Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Anmelde-Nr.: **740010**

ab Mo., 17. März, 18:00 – 19:30 Uhr

5 Termine | 10 UE | 30,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozent: Wojciech Czernia

Kursbeschreibung siehe Seite 26.



SPRACHOFFENSIVE DEUTSCH

Niederschwellige Deutschkurse (Deutschkurse für Zuwanderer)

An diesen Deutschkursen können alle Erwachsenen teilnehmen, die keine oder nur sehr wenige Deutschkenntnisse haben. Hier lernen Sie vor allem Deutsch für Ihren Alltag. Schritt für Schritt wird das Einkaufen, der Gang zur Behörde, der Besuch beim Arzt und das Sprechen mit Ihren deutschen Nachbarn einfacher.

Auch wenn Sie schon ein bisschen Deutsch sprechen und lesen können, sich aber gerne verbessern möchten, ist es sinnvoll einen Kurs zu besuchen. Wir bieten derzeit Kurse in unterschiedlichen Niveaustufen am Vormittag und am Nachmittag an. Wenn sich genügend Interessentinnen und Interessenten finden, kann auch ein Abendkurs angeboten werden. Da die VHS auch mit dem Diakonischen Werk, Baris und dem Völklinger Stadtteiltreff zusammenarbeitet, finden die Deutschkurse auch an verschiedenen Standorten statt.

Haben Sie selbst Interesse oder kennen Sie jemanden, der ein solches Kursangebot sucht, dann wenden Sie sich bitte für ein Beratungsgespräch an uns:

Beratung:

Christoph Rech

E-Mail: christoph.rech@voelklingen.de

Telefon: 0 68 98/13-2585

Silke Eckel-Speicher

E-Mail:

silke.eckel-speicher@voelklingen.de

Telefon: 0 68 98/13-2587

Anna Finke

E-Mail: anna.finke@voelklingen.de

Telefon: 0 68 98/13-2593

Deutschkurs für Zuwanderer am Vormittag, Nachmittag bzw. für Senioren – Niveau A1/A2

Neben den bereits etablierten Deutschkursen der VHS für Zuwanderer am Vormittag und am Nachmittag oder dem speziellen Kurs für Senioren wird zum Sommersemester auch neu ein Kurs speziell für Berufstätige am Abend angeboten:

Deutschkurs für Zuwanderer am Abend für Berufstätige – Niveau A1/A2

Anmelde-Nr.: **755010**

ab Mo., 17. März, 17:00 – 20:00 Uhr

15 Termine | 60 UE | 10,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozent: N.N.

Unser Abendkurs für Berufstätige bietet Teilnehmenden mit grundlegenden Vorkenntnissen die Möglichkeit, ihre Deutschkenntnisse auf das Niveau A2 zu erweitern. Der Kurs ist ideal für alle, die tagsüber arbeiten und abends ihre Sprachkompetenz weiterentwickeln möchten. Sie vertiefen Ihre Kenntnisse der deutschen Sprache, einschließlich fortgeschrittener Grammatik, erweitertem Wortschatz und alltäglicher Kommunikationssituationen.

Der Kurs hilft Ihnen, sich im Alltag sicherer zu bewegen und komplexere Gespräche auf Deutsch zu führen. Melden Sie sich jetzt an und verbessern Sie Ihre Chancen auf erfolgreiche Integration und beruflichen Fortschritt in Deutschland!

Integrationskurse (BAMF)

Seit Einführung der Integrationskurse 2005 und der Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge sowie dem Jobcenter gab es allein bei der Volkshochschule Völklingen knapp 200 Vollzeitkurse



mit mehr als 3.500 Kursteilnehmenden. Als kooperierender Kursträger der VHS agiert das Diakonische Werk.

Berufsbezogene Sprachfördermaßnahmen (Jobcenter)

Im Rahmen der Sprachoffensive Deutsch bietet die VHS auch berufsbezogene Sprachfördermaßnahmen für das Jobcenter auf den Niveaustufen (A1-C1) des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) an.

EINBÜRGERUNGSTESTS UND DEUTSCH-SPRACHPRÜFUNGEN

Darüber hinaus nehmen wir Anmeldungen zum Einbürgerungstest und Sprachprüfungen entgegen.

Beratung

Christoph Rech

Sprachoffensive Deutsch und
Grundbildungszentrum
Altes Rathaus, 66333 Völklingen
Telefon: 0 68 98/13-2585
Telefax: 0 68 98/13-2588
E-Mail: christoph.rech@voelklingen.de

Anmeldung zu Prüfungen und Terminvergabe:

Anna Finke

Telefon: 0 68 98/13-2593

GRUNDBILDUNG

Die 20. UNESCO-Generalkonferenz beschrieb 1979 den funktionalen Analphabeten als eine Person, die sich an all den zielgerichteten Aktivitäten ihrer jeweiligen gesellschaftlichen Bezugsgruppe, bei denen Lesen, Schreiben und Rechnen erforderlich sind, nicht beteiligen kann. Eine solche Person kann diese Kulturtechniken weder für ihre eigene Entwicklung noch für die ihrer Gesellschaft nutzen.

Alphabetisierungskurse und Lese- und Schreibtrainings

Im VHS-Grundbildungszentrum bieten wir kostenlos Lesetraining, Rechtschreibung, Ausspracheübungen, Wortschatz und Grammatik an. Weitere Themen wie Computer, Internet oder Haushaltsmathematik sind bei Nachfrage möglich.

Neue, komplette Gruppen (ab 5 Personen) sind auf Anfrage umsetzbar.

Beratung:

Die Beratung zu unseren Kurs- und Lernangeboten erfolgt bevorzugt nach Terminvereinbarung.

Terminvereinbarung für Einstufung und Beratung unter:

Telefon: 06898 / 13-2585
E-Mail: deutsch@voelklingen.de



Yoga

Wer etwas für seine körperliche und psychische Gesundheit tun möchte, kann durch bewusst durchgeführte Körperübungen (Asanas) in Verbindung mit dem Atmen sein Wohlbefinden verbessern. Durch Dehnen, Kräftigen, Fühlen und Entspannen kann mehr Sensibilität für die eigenen körperlichen und psychischen Bedürfnisse entwickelt werden.

Yoga am Morgen für Ungeübte und Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **801200**

ab Mo., 17. März, 8:30 – 10:00 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sabine Ladwein

Yoga am Morgen für fortgeschrittene Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **801210**

ab Mo., 17. März, 10:15 – 11:45 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Sabine Ladwein

Sanftes Yin & Yang Yoga am Morgen

Anmelde-Nr.: **801220**

ab Mi., 19. März, 10:00 – 11:30 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Anke Link-Touschong

Yin Yoga – Fasziyenoga

Anmelde-Nr.: **801225**

ab Mo., 10. März, 15:15 – 16:45 Uhr

12 Termine | 24 UE | 62,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Marie Luise Elliott-Walter

Yin Yoga ist ein sehr ruhiger, passiver Yogastil. Die angestrebte Yin-Yoga-Wirkung liegt in der absoluten Entspannung, der Dehnung, der Wahrnehmung und dem Loslassen. Natürlich wird auch muskulär gearbeitet, aber das steht nicht im Fokus. Sie lernen beim Yin Yoga, Ihre angespannte Muskulatur zu entspannen. Durch das Dehnen werden die Muskeln, Bänder, Sehnen, das tiefer gelegene Bindegewebe, die sogenannten Faszien, erreicht. Faszien-Verklebungen lösen sich, eine höhere Bewegungsfreiheit sowie eine Geschmeidigkeit der Gelenke wird erreicht.



Yin Yoga kann auch sehr gut bei Rückenschmerzen helfen und wirkt darüber hinaus beruhigend auf das zentrale Nervensystem und auf unseren Geist.

**Yoga für Anfänger*innen und Geübte****Anmelde-Nr.: 801227L**

ab Mo., 17. März, 18:00 – 19:30 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler**Dozentin:** Monika Tabellion**Yoga für Anfänger*innen und Geübte****Anmelde-Nr.: 801228L**

ab Mo., 17. März, 19:30 – 21:00 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler**Dozentin:** Monika Tabellion**Yoga am Feierabend für Geübte****Anmelde-Nr.: 801230**

ab Mo., 17. März, 17:45 – 19:15 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Sabine Ladwein**Yoga am Feierabend für Geübte****Anmelde-Nr.: 801250**

ab Do., 13. März, 16:30 – 18:00 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium**Dozentin:** Sabine Ladwein**Yoga am Feierabend****Anmelde-Nr.: 801260**

ab Di., 18. März, 17:45 – 19:15 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Altes Rathaus**Dozentin:** Michèle Linz



Pilates

Pilates ist eine sanfte, aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode für den Körper und Geist. Einzelne Muskeln oder Muskelpartien werden ganz gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt.

Das Training der Tiefenmuskulatur im Becken und in der Taille verbessert die Beweglichkeit. Becken und Schulterbereich lassen sich dadurch noch freier gegeneinander verdrehen. Pilates bringt Muskeln und Gelenke wieder in Schwung, ohne sie zu belasten.

Pilates – Systematisches Ganzkörpertraining

Anmelde-Nr.: **801320**

ab Mo., 17. März, 19:00 – 20:30 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Albert-Einstein-Gymnasium

Dozentin: Petra Weiland

Beckenboden trifft Pilates – Systematisches Ganzkörpertraining

Anmelde-Nr.: **801321**

ab Di., 18. März, 20:00 – 21:30 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Albert-Einstein-Gymnasium

Dozentin: Petra Weiland

Pilates – Systematisches Ganzkörpertraining

Anmelde-Nr.: **801322**

ab Do., 13. März, 17:00 – 18:30 Uhr

12 Termine | 24 UE | 41,00 €

Ort: Albert-Einstein-Gymnasium

Dozentin: Petra Weiland

Entspannung und Achtsamkeit

Neugier auf Ausdrucksmalen? Just for fun – Malen nach Gefühl

Anmelde-Nr.: **801110**

Mi., 26. März, 19:00 – 21:15 Uhr

1 Termin | 3 UE | 20,00 €

Ort: Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“

Am Bruch 21, Saarbrücken-Klarenthal

Dozentin: Stephanie Sabine Petersen

Wer einmal in lockerer Atmosphäre und mit Leichtigkeit die Freude am Malen (wieder-) entdecken will, sollte sich diesen Abend vormerken. Dabei geht es nämlich nur um eines: Mit Formen und Farben experimentieren, mit Pinsel, Spachtel, Schwämmen oder den Händen die Farbe auf das Papier auftragen, wie es sich in diesem Augenblick anfühlt.



Entdecken Sie zusammen mit Ergotherapeutin und Malbegleiterin Stephanie Sabine Petersen Neues und seien Sie neugierig auf das, was spontan aus dem Inneren heraus auf dem Papier entsteht. Gemalt wird mit hochwertigen Gouache – Farben auf großformatigem Papier.

Keine Vorkenntnisse notwendig.

Die zusätzlichen Materialkosten von 5,00 € zahlen Sie bitte direkt vor Ort an die Dozentin.



Klarheit durch Malen

Anmelde-Nr.: **801111**

Mi., 9. April, 19:00 – 21:15 Uhr

1 Termin | 3 UE | 20,00 €

Ort: Atelier „Die Farben deiner Lebendigkeit“
Am Bruch 21, Saarbrücken-Klarenthal

Dozentin: Stephanie Sabine Petersen



Gibt es ein bestimmtes Thema oder Anliegen, das Ihre Gedanken und Gefühle beschäftigt und bei dem Sie vielleicht sogar auf der Stelle treten? Oder sind es die aktuellen weltpolitischen Krisen wie die Pandemie oder der Krieg, die Ängste schüren und alles dunkler und hoffnungsloser erscheinen lassen?

Im Prozess des Malens können Sie sich unter professioneller Leitung der Ergotherapeutin und Malbegleiterin Stephanie Sabine Petersen intensiv mit Ihren Gefühlen auseinandersetzen, sie bildlich ausdrücken und damit klären. So können Sie sich erster kleiner Handlungsschritte in Richtung Veränderung bewusst werden.

Keine Vorkenntnisse notwendig.

Die zusätzlichen Materialkosten von 5,00 € zahlen Sie bitte direkt vor Ort an die Dozentin.

Entspannungsstunde mit Elementen aus Autogenem Training, Progressiver Muskelentspannung, Meditation

Anmelde-Nr.: **801120**

ab Mi., 19. März, 17:00 – 18:00 Uhr

8 Termine | 10 UE | 40,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Andrea Baltes

Stress ist zwar eine psychologische Belastung, dennoch kann er sich auch auf die körperliche Gesundheit auswirken. Dies muss nicht sein, denn Stress können Sie mit verschiedenen, einfach anzuwendenden Entspannungstechniken frühzeitig entgegenwirken.

Durch die Techniken des Autogenen Trainings, der Progressiven Muskelentspannung und Meditation, die in diesem Kurs vorgestellt werden, erlernen Sie, sich schnell und effektiv zu entspannen.

Bitte bringen Sie eine Decke und warme Socken mit!





Kreativität, Freude und Lebenskunst

Anmelde-Nr.: 801130

ab Fr., 14. März, 18:00 – 20:15 Uhr

5 Termine | 15 UE | 35,00 €

Ort: VHS-Lernzentrum Luisenthal

Dozentin: Annette Bachmann-Vicktor

Erfahren Sie, wie viel Spaß es macht, mit kinderleichten Methoden der (alltäglichen) Inspiration und Lebensfreude auf die Sprünge zu helfen: z. B. blindes Konturen-Zeichnen, Zufallstechniken (das kreative Chaos wider dem Perfektionismus), Collage, Spachteltechnik, Nass-in-Nass-Technik, Farbmeditation, experimentelle Acrylmalerei. Wir benutzen ausgefallene Malwerkzeuge verschiedenster Art wie z.B. Spachtel, Paketschnur, Kartoffelnetz, Badeschwamm, Äste und Holzstückchen, aber auch normale Pinsel (z. B. Lackierer-Pinsel, Baumarkt).

Genaue Materialliste wird vor Kursbeginn mitgeteilt.

Bitte zum Kurs mitbringen: Zwei bis drei Leinwände (ca. 40 x 40 cm oder größer), Acrylfarbe (z. B. Gelb, Magentarot, Hellblau, Dunkelblau), Malwerkzeuge (siehe oben).



Foto: Annette Bachmann-Vicktor

Aufatmen im Park: Atementspannung und Achtsamkeitsübungen

Anmelde-Nr.: 801400

Fr., 4. April, 16:30 – 17:30 Uhr

1 Termin | 1 UE | 6,00 €

Ort: Schillerpark (ehem. Parkhotel)

Dozentin: Annette Bachmann-Vicktor

Öfter mal eine Pause einlegen entspannt Körper und Geist. Gezielte Entspannungsübungen und ein Atemspaziergang durch die Natur wirken Wunder! Sie sind kleine Wohlfühlmomente im Alltag.

Wir führen Atemübungen und Achtsamkeitsübungen in der wohltuenden Ruhe des Schillerparks durch. Eine kleine Auszeit vom Alltagsstress, in der wir uns nur uns selbst widmen.



Foto: Annette Bachmann-Vicktor

Treffpunkt: Schillerpark (ehem. Parkhotel), vor der Konzertmuschel

Bitte bringen Sie eine Sitzgelegenheit (Klappstuhl, Decke oder Meditationskissen, Yogamatte o. ä.) mit.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.



Wir bringen's ins Haus –
zuverlässig,
täglich,
kostenlos!



Top-Lieferfähigkeit!

Wir verfügen über ein umfangreiches Sortiment in unserem Warenbestand und garantieren eine zeitnahe Versorgung. Bestmögliche Lieferfähigkeit ist für uns ein Muss. Sollte ein gewünschter Artikel einmal nicht vorrätig sein, kein Problem: Wir bringen's ins Haus oder an den Arbeitsplatz – zuverlässig, täglich, kostenlos!

Kostenfreie Bestell-Hotline 0800 900 2004

 **LANDMANN**
GESUNDLADEN 
APOTHEKER OLIVER BLANK

 **LANDMANN**
HOME CARE 
APOTHEKER OLIVER BLANK

 **LANDMANN**
KOSMETIK 
APOTHEKER OLIVER BLANK

Nutzen Sie unser
LandMark-
Prämiensystem!



 **LANDMANN**

APOTHEKE OLIVER BLANK
V Ö L K L I N G E N

Apotheker u. Dipl.-Kaufmann Oliver Blank
Moltkestraße 5 · 66333 Völklingen
Tel.: 0 68 98/2 90 10 · Fax: 0 68 98/29 01 29
www.apotheke-landmann.de

Anzeige

Workshop: BEWEGT, ENTSPANNT UND LEBENSFROH (indoor)

Anmelde-Nr.: **801160**

Fr., 28. März, 14:30 – 16:30 Uhr

1 Termin | 7,00 €

Treffpunkt: Altes Rathaus

Dozentin: Petra Hammer

Eine Kombination aus leichter Gymnastik, Entspannungs-, Atem- und Lachyogaübungen (auch in der Natur).

Die Muskulatur wird trainiert, Stress abgebaut, die Abwehr gestärkt, die Lungen werden durchlüftet und es kommt zu einer positiven Grundhaltung, die uns den Alltag besser bewältigen lässt!

Indoortermin: Bei Bedarf Kissen und Decke für die Entspannung mitbringen und geeignetes Hallenschuhwerk oder Antirutsch-Socken für den Entspannungsraum tragen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.



Foto: VHS Völklingen



Workshop: BEWEGT, ENTSPANNT UND LEBENSFROH (outdoor)

Anmelde-Nr.: **801161**

Fr., 25. April, 16:30 – 18:30 Uhr

1 Termin | 7,00 €

Treffpunkt: Simschelweiher

Dozentin: Petra Hammer

In diesem Kurs werden Achtsamkeitstraining in der Natur mit den Vorteilen des Lachyogas kombiniert. Dadurch wird Stress abgebaut, das Immunsystem gestärkt, die Gesundheit gefördert und eine positive Grundhaltung entwickelt.



Die vier Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser werden in den Übungen bewusst wahrgenommen. Über die Yogische Atmung erhält der Körper im Wald eine Extraportion Sauerstoff. Den Abschluss bildet eine entspannende Meditation in einer Blockhütte!

Der Workshop basiert auf den Lachyogaübungen und der Philosophie des Begründers des Lachyogas, dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria.

Outdoortermin: Bitte geeignetes Schuhwerk, etwas zu trinken und bei Bedarf eine Sitzunterlage in einem Rucksack mitbringen, damit die Arme und Hände frei bleiben.

Treffpunkt:

Parkplatz unterhalb der Reitanlage Rinzelrech, 66333 Völklingen, Zum Wasserwerk 18
Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Achtsamkeit trifft Lebensfreude (indoor)

Anmelde-Nr.: **801165**

Fr., 14. März, 14:00 – 16:00 Uhr

1 Termin | 7,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Petra Hammer

Indoortermin: Bei Bedarf Kissen und Decke für die Entspannung mitbringen und geeignetes Hallenschuhwerk oder Antirutsch-Socken für den Entspannungsraum tragen.

Achtsamkeit trifft Lebensfreude (outdoor)

Anmelde-Nr.: **801166**

Mi., 14. Mai, 17:00 – 19:15 Uhr

1 Termin | 10,00 €

Treffpunkt: Simschelweiher

Dozentin: Petra Hammer

Wir kombinieren Achtsamkeitstraining mit den Vorteilen des Lachyoga und lassen somit in einer lebendigen Gruppe eine zunehmende Heiterkeit entstehen| wir wollen Stress abbauen, das Immunsystem stärken, die Gesundheit fördern, zu mehr Gelassenheit finden und eine positive Grundhaltung entwickeln. Der Kurs endet mit einer entspannenden Meditation und basiert auf den Lachyogaübungen und der Philosophie des Begründers des Lachyoga, dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria.

Outdoortermin: bitte an Sitzunterlage und Getränk im Rucksack denken!

Treffpunkt:

Parkplatz unterhalb der Reitanlage Rinzelrech, 66333 Völklingen, Zum Wasserwerk 18

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.



Rückengesundheit

Die ausgewählten Übungen in den Kursen beugen degenerativen Krankheiten vor und verhelfen zu besserer Beweglichkeit und Körperhaltung. Neben einer Mobilisation der Wirbelsäule und einer Verbesserung der Dehnfähigkeit der beteiligten Muskeln wird bei regelmäßiger Durchführung über mehrere Wochen auch eine Kräftigung der Rückenmuskulatur erreicht. Eine Unterrichtsstunde besteht aus Aufwärmen, Mobilisieren, Dehnen und Kräftigen der betroffenen Muskelgruppen. Als Cool Down sind am Ende rückengerechte Spiele oder Entspannungsübungen vorgesehen.

Die Kurse ersetzen keine Einzelbehandlungen durch Krankengymnastik. In Zweifelsfällen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt.

Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik

Anmelde-Nr.: **805120**

ab Di., 18. März, 18:30 – 19:30 Uhr

12 Termine | 16 UE | 36,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium

Dozentin: Myriam Rees-Kämmer

Rücken stärken mit Rückenfitness

Anmelde-Nr.: **805121**

ab Mi., 19. März, 18:00 – 19:00 Uhr

12 Termine | 16 UE | 36,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Petra Weiland

Rücken stärken mit Rückenfitness

Anmelde-Nr.: **805122**

ab Mi., 19. März, 19:00 – 20:00 Uhr

12 Termine | 16 UE | 36,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Petra Weiland





Fitness und Gymnastik

Die Kurse beinhalten eine ausgewogene Mischung aus Ausdauertraining, Muskelkräftigung und wohltuenden Entspannungsübungen.

Sanfte Fitnessgymnastik zum Wochenbeginn

Anmelde-Nr.: **805500L**

ab Mo., 17. März, 9:00 – 10:00 Uhr
12 Termine | 16 UE | 36,00 €

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler

Dozentin: Petra Weiland

Fit und entspannt in den Abend

Anmelde-Nr.: **805520**

ab Di., 18. März, 16:30 – 17:30 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium

Dozentin: Anja Heinrich

Onlineseminar: Fit im Bürostuhl mit Gymnastik in der Mittagspause

Anmelde-Nr.: **Online8030**

ab Do., 20. März, 12:30 – 13:00 Uhr
10 Termine | 10 UE | 18,00 €

Ort: Virtuelles Klassenzimmer

Dozentin: Petra Weiland

Der virtuelle Kurs „Fit im Bürostuhl“ wurde extra für die Mittagspause konzipiert.

Durch sanftes Dehnen, Strecken und Stretchen, Augengymnastik und Übungen zur richtigen Sitzposition lockern Sie Ihren Körper in der Mittagspause, ohne ins Schwitzen zu kommen.





Zumba®

Zumba Fitness® ist ein Tanzfitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, das leicht zu erlernen ist, jede Menge Kalorien verbrennt und Spaß macht, jedoch ohne dem Leistungsgedanken zu folgen. Spaß an der Musik und kreative Bewegungen stehen im Vordergrund. Zumba enthält Tanz- und Fittesselemente. Die Choreografie verbindet verschiedene Tanzvariationen wie Salsa, Merengue, Cumbia und Hip Hop mit klassischen Fitness-Elementen. Die Bewegungsabläufe sind mal langsam, mal schnell. Dadurch ist ein optimales Training gewährleistet. Für Zumba muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben.

Zumba®-Fitness

Anmelde-Nr.: 805521L

ab Mo., 17. März, 17:00 – 18:00 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler
Dozent: Frank Meiser

Zumba®-Fitness

Anmelde-Nr.: 805522

ab Di., 18. März, 17:30 – 18:30 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium
Dozent: Antonella Puglisi

Zumba®-Fitness

Anmelde-Nr.: 805525

ab Do., 13. März, 18:15 – 19:15 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium
Dozent: Antonella Puglisi

Zumba Gold®-Fitness

Anmelde-Nr.: 805526

ab Di., 18. März, 15:30 – 16:30 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Marie-Luise-Kaschnitz-Gymnasium
Dozent: Anja Heinrich

Zumba Gold®-Fitness

Anmelde-Nr.: 805527L

ab Fr., 21. März, 16:00 – 17:00 Uhr
12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Haus der Vereine, Ludweiler
Dozent: Anja Heinrich

Speziell für ältere aktive Menschen, aber auch für Menschen, die ihre Koordination und Kondition langsam und gezielt aufbauen möchten, wurde ZUMBA Gold® entwickelt. Alle Elemente aus den klassischen ZUMBA®Kursen sind enthalten und werden speziell auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden ausgerichtet. Dies beinhaltet ein Ganzkörper-Workout zum Rhythmus lateinamerikanischer Musik in angepasstem Tempo. Die Tanzschritte wie Merengue, Salsa, Cumbia, Flamenco und Reggaeton sind leicht zu erlernen und einfach nachzutanzten. ZUMBA Gold® kräftigt die Muskulatur und lockert sie zugleich.

Die ZUMBA® Fitness-Bewegungen können in jedem Alter erlernt werden, fördern Koordination, Kondition, Beweglichkeit, halten fit und machen Spaß. Aufregend, leicht und effektiv – ZUMBA Gold®! Für Inhaber*innen des Seniorenakademieausweises ist der Kurs kostenlos!



Taiji, Qigong und Selbstverteidigung

Taiji-Qigong in der Mittagspause

Anmelde-Nr.: **801610**

ab Do., 13. März, 12:15 – 13:00 Uhr

12 Termine | 12 UE | 40,00 €

Ort: Tai-Chi-Schule, Völklingen, Marktstr. 8

Dozent: Jürgen Meyer



Taiji-Qigong ist eine ganzheitliche Methode zur Krankheitsprävention und zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte. Das Gesundheitswissen und die Übungen von Taiji-Qigong beruhen auf der Grundlage des natürlichen Energieflusses.

Mit dieser Methode können Sie in jedem Alter durch langsame, bewusste Bewegungen und Haltungskorrekturen Ihre Lebensfreude und Ihren Gesundheitszustand enorm verbessern.

Durch die langsamen, fließenden Bewegungen, die rund und weich ausgeführt werden, kann durch Konzentration auf Körper, Atem und Geist eine innere Ruhe entwickelt werden. Dadurch werden Selbstheilungskräfte aktiviert, was eine ganzheitliche Gesundheitsbildung fördert. Taiji-Qigong ist also eine besonders gute Möglichkeit, Geist und Körper zu pflegen und somit die Gesundheit zu erhalten.

Qigong für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger

Anmelde-Nr.: **801620**

ab Mo., 17. März, 17:15 – 18:30 Uhr

12 Termine | 20 UE | 53,00 €

Ort: Tai-Chi-Schule, Völklingen, Marktstr. 8

Dozent: Jürgen Meyer

Qigong für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **801621**

ab Mi., 19. März, 17:00 – 18:00 Uhr

12 Termine | 16 UE | 43,00 €

Ort: Tai-Chi-Schule, Völklingen, Marktstr. 8

Dozent: Jürgen Meyer

Qi Gong ist eine jahrtausendealte meditative Bewegungskunst, die Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht bringt. Die entspannenden Übungen können von jedem praktiziert werden, unabhängig von Vorkenntnis, Alter oder Fitnessniveau. Die fließend ausgeführten Übungen schenken uns mehr Energie, innere Ausgeglichenheit und Herzensfreude, weshalb Qi Gong oftmals als „Weg zum Glück“ beschrieben wird.



Foto: DVV, Frank Schemmann (Fotograf)



Selbstverteidigung – Stockkampf nach Combat Arnis für Jugendliche und Erwachsene

Anmelde-Nr.: **806020**

ab Fr., 7. März, 20:15 – 21:30 Uhr

8 Termine | 10 UE | 35,00 €

Ort: Grundschule Wehrden

Dozent: Guido Bender



Combat Arnis ist eine dynamische und effektive Kampfkunst, die ihren Ursprung auf den Philippinen hat. Sie basiert auf den Prinzipien des traditionellen Arnis, einer Form des Stockkampfes, und integriert moderne Techniken zur Selbstverteidigung. Diese Kampfkunst lehrt nicht nur den Umgang mit Waffen wie Stöcken und Messern, sondern auch unbewaffnete Verteidigungsstrategien. Ein zentrales Element von Combat Arnis ist das Training in realistischen Szenarien, um die Schüler auf echte Bedrohungen vorzubereiten. Die Techniken sind darauf ausgelegt, schnell und effizient zu sein, wobei der Fokus auf der Anwendung von Hebelwirkungen, Blockaden und Kontern liegt. Darüber hinaus fördert Combat Arnis Disziplin, Respekt und körperliche Fitness. Die Praktizierenden lernen nicht nur, sich selbst zu verteidigen, sondern entwickeln auch ein tiefes Verständnis für Timing, Distanz und Bewegungsfluss. Insgesamt bietet Combat Arnis eine umfassende Ausbildung in Selbstverteidigung und persönlichen Fähigkeiten, die sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Kampfkünstler geeignet ist.

Line Dance

Line Dance – five, six, seven, eight und los geht's! Kurs für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **805523L**

ab Fr., 21. März, 17:00 – 18:00 Uhr

12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Anja Heinrich

Line Dance – five, six, seven, eight und los geht's! Kurs für Anfänger*innen

Anmelde-Nr.: **805524L**

ab Fr., 21. März, 15:00 – 16:00 Uhr

12 Termine | 16 UE | 28,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Anja Heinrich



Ob zu Countrymusik oder zu Rock & Pop – die festgelegten, synchron getanzten Schrittfolgen, die man in der sogenannten Line tanzt, kann man zu jeder tanzbaren Musik mit der dazu passenden Bewegungsform ohne Tanzpartner ausführen. Diese Art des Gruppentanzes bietet die Möglichkeit, das eigene Körpergefühl zu entwickeln, die Beweglichkeit, Fitness und Konzentration zu stärken. Wer Spaß am Tanzen hat, kann Line Dance ausprobieren – unabhängig vom Alter. Sie werden viel Spaß haben und gleichzeitig Ihre körperliche und geistige Fitness steigern.



Laufen und Nordic Walking

Laufkurs für Anfänger*innen – freitags und montags

Anmelde-Nr.: **891010**

ab Fr., 4. April, 17:30 – 18:15 Uhr

12 Termine | 12 UE | 60,00 €

Ort: Hermann-Neuberger-Halle

Dozent: Werner Gebhard

Im Rahmen des Projektes „Völklingen lebt gesund!“ bietet die VHS in diesem Jahr seit 20 Jahren Laufkurse für Anfänger*innen an. Lassen Sie sich vor der Teilnahme Ihre Lauftauglichkeit von Ihrem Hausarzt bescheinigen.

Der Laufkurs findet ganzjährig, außer bei extrem schlechten Wetterbedingungen, statt. Die Kurse werden von Laufsporttrainer Werner Gebhard in Zusammenarbeit mit der LWG (Laufsport Werner Gebhard) durchgeführt.

Der Dozent gibt auch praktische Tipps zum eigenen Laufmanagement sowie zur Laufkleidung und den Laufschuhen.

VHS-Lauftreff für fortgeschrittene Läufer*innen – freitags und montags

Anmelde-Nr.: **891011**

ab Fr., 4. April, 18:30 – 19:15 Uhr

12 Termine | 12 UE | Entgelt frei

Ort: Hermann-Neuberger-Halle

Dozent: Werner Gebhard

Im VHS-LAUFTREFF, den die VHS Völklingen über ihren Kooperationspartner LAUFSPORT WERNER GEBHARD (LWG) veranstaltet, besteht die Möglichkeit, in einer geführten Gruppe sicher zu laufen. Dabei vermittelt Profi-Lauftrainer Werner Gebhard in Theorie und Praxis Wissenswertes rund um das Thema Laufen und macht Sie fit für Ihre weiteren Laufziele. Um den Läufer*innen mehr

Abwechslung zu bieten, wechseln die Treffpunkte.

TEILNAHMEVORAUSSETZUNG ist die Fähigkeit, innerhalb von 45 Minuten mindestens 6 km laufen zu können. Es dürfen keine gesundheitlichen Bedenken gegen die Teilnahme sprechen. Der VHS-LAUFTREFF richtet sich an fortgeschrittene Läufer*innen!

Nordic Walking, aber richtig!

Anmelde-Nr.: **807010**

ab Fr., 6. Juni, 17:30 – 18:30 Uhr

5 Termine | 5 UE | 15,00 €

Ort: Wildpark VK, Parkplatz Gasthaus

Dozentin: Petra Weiland

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das schnelle Gehen und der Bewegungsrhythmus mit speziellen Stöcken unterstützt werden. Nordic Walking fordert mehr Muskeln als das einfache Walken, verbraucht dementsprechend mehr Energie und ist eine sehr gesunde und natürliche Sportart.

Bitte bringen Sie Ihre Nordic-Walking-Ausrüstung mit!





Ernährungsberatung

Darm gut – alles gut?!

Anmelde-Nr.: 811010

Di., 20. Mai, 17:30 – 19:00 Uhr (Vortrag)

Di., 27. Mai, 17:30 – 20:30 Uhr (Kochkurs)

2 Termine | 6 UE | 20,00 €

Ort: Küche Schloßsparkschule

Dozentin: Jana Lützenkirchen

Wie wir leben, was wir täglich zu uns nehmen und wie viel wir uns bewegen – all das hat einen großen Einfluss auf unsere Fitness und unser Wohlbefinden im Alter. In dem Vortrag erfahren Sie, wie Sie durch eine gesunde Ernährung die besten Voraussetzungen hierfür schaffen. Sie lernen, wie sich die Bedürfnisse des Körpers verändern, worauf es jetzt besonders ankommt und wie sich eine gesunde Ernährung in den Alltag integrieren lässt.



Beim zweiten Termin wird gemeinsam ein leckeres Menü zubereitet und Sie lernen, wie Sie Ihren Körper bestmöglich mit allen wichtigen Nährstoffen versorgen können.

Die Lebensmittelumlage für den Kochkurs beträgt pro Person 15,00 €. Bitte zahlen Sie den Betrag vor Ort an die Dozentin.

Vortrag: Gesund und nachhaltig abnehmen

Anmelde-Nr.: 811020

Di., 8. April, 17:30 – 20:30 Uhr

1 Termin | 4 UE | 6,00 €

Ort: Altes Rathaus

Dozentin: Jana Lützenkirchen

Zahlreiche Diäten und Abnehmprogramme versprechen eine möglichst schnelle Gewichtsabnahme. Doch viele dieser Diäten enden mit Frust und dem Jojo-Effekt. In diesem Vortrag erfahren Sie, worauf es bei einer gesunden und nachhaltigen Gewichtsabnahme wirklich ankommt. So viel bereits vorneweg: Spaß am Essen und Genuss dürfen dabei natürlich nicht zu kurz kommen.





Heilkunde und Kräuter

Magische 9 Kräutersuppe, Grünkraft und mehr – die besondere Kraft der Kräuter

Anmelde-Nr.: **800020**

Mi., 26. März, 18:00 – 21:00 Uhr

1 Termin | 4 UE | 16,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Angela Bloedorn

Während des Workshops erklärt Ihnen die zertifizierte Kräuterexpertin und Natur- und Achtsamkeitstrainerin Angela Bloedorn die besondere Heilkraft von Kräutern. Zum germanischen Frühlingfest Ostara (21. März) bereiteten unsere Vorfahren bereits u. a. eine Suppe aus neun verschiedenen Kräutern zu. Warum es genau neun Kräuter sein mussten, welche davon traditionell in die 9-Kräutersuppe gehören und warum Frühlingkräuter so besonders sind, bespricht die Dozentin mit Ihnen während der Zubereitung von verschiedenen Köstlichkeiten wie z. B. der 9-Kräutersuppe. Weitere kulinarische Highlights werden während des Workshops zubereitet. Darunter finden sich die bekannte grüne Soße, eine Wald-Wiesen-Paste oder ein Wildkräutersalat.

Kosten vor Ort: 7,00 € für Zutaten bitte an die Dozentin zahlen!

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Mitmach-Exkursion: Essbare Wildkräuter im Frühjahr

Anmelde-Nr.: **800021**

Mi., 30. April, 14:00 – 17:00 Uhr

1 Termin | 4 UE | 19,00 €

Ort: Naturfreundehaus Ludweiler

Dozentin: Angela Bloedorn

Wildkräuterwanderung: Heimische Wildpflanzen – ein Aromafeuerwerk für Geschmack und Sinne

Anmelde-Nr.: **800022**

Do., 22. Mai, 16:30 – 19:30 Uhr

1 Termin | 4 UE | 19,00 €

Ort: Naturfreundehaus Ludweiler

Dozentin: Angela Bloedorn

Bei unserer Kräuterwanderung tauchen wir gemeinsam ein in die faszinierende Welt der Wildkräuter und Wildgemüse, die unsere heimische Natur bereithält. Diese wertvollen Pflanzenschätze sind nicht nur eine Bereicherung für unseren Speiseplan, sondern auch reich an Vitaminen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen, die uns guttun.

Während unserer Wanderungen besprechen wir die wichtigsten Erkennungsmerkmale der essbaren Pflanzen, und wie wir sie sicher bestimmen können. Ob Brennnessel, Löwenzahn oder Giersch – jede Pflanze hat





ihre einzigartigen Eigenschaften, die es zu entdecken gilt.

Ein besonderer Teil unserer Tour widmet sich der Zubereitung schmackhafter Delikatessen aus diesen Wildkräutern. Dazu gibt es Tipps und Anregungen zur Verarbeitung und, um das Ganze abzurunden, natürlich noch die ein oder andere kleine wilde Kostprobe. Zum Abschluss werden wir noch gemeinsam ein Kräuterprodukt herstellen für zu Hause.

Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, eine Sitzunterlage, sowie einen Becher.

Kosten vor Ort: 10,00 € für Skript, einen wilden Snack/Getränk und Kräuterprodukt bitte an die Dozentin zahlen.



Foto: Angela Bloedorn

Do it Yourself-Workshop: Kleine (Wild-) Kräutergeschenke für Ostern selbst herstellen

Anmelde-Nr.: 800023

Mi., 2. April, 18:00 – 20:15 Uhr

1 Termin | 3 UE | 16,00 €

Ort: Haus der Vereine

Dozentin: Angela Bloedorn



In diesem Workshop erfahren Sie, wie man mit einfachen Mitteln und frischen Kräutern individuelle Geschenke, wie z. B. ein Kräutersalz, Kräutertees, Kräuteröle oder ein Peeling, für Freunde und Familie kreieren kann. Kräutergeschenke sind nicht nur persönlich, sondern auch nachhaltig und können in vielen Variationen hergestellt werden.

Diese kleinen Aufmerksamkeiten sind ideal für jede Gelegenheit und bringen einen Hauch von Natur in den Alltag! Zusätzlich gibt es noch Tipps zur ansprechenden Präsentation der Geschenke (z. B. Etiketten gestalten, natürliche Materialien verwenden, etc.).

Kosten vor Ort: 10,00 € für Skript, Teebar, einem kleinen Snack, sowie kleine Kräuterkostbarkeit für zu Hause. Bitte ein Glas mit Schraubverschluss mitbringen!



TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Rechtsträger der Volkshochschule ist die Stadt Völklingen

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt schriftlich mittels Anmeldeformular oder online über das Internet unter <https://vhs.voelklingen.de>. In diesem Semester ist darüberhinaus eine telefonische Anmeldung möglich. Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt zwischen dem Teilnehmenden und der Volkshochschule Völklingen ein Vertrag zustande. Die Teilnahme an Veranstaltungen verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes.

Entgeltspflicht:

Die Zahlungspflicht entsteht mit der Anmeldung zur Veranstaltung. Eine Teilnahme wird als Anmeldung gewertet. Bei Einzelveranstaltungen wird das Entgelt zu Veranstaltungsbeginn gezahlt. Bei Veranstaltungen, die langfristig angelegt sind, kann das Entgelt in Teilbeträgen eingefordert werden.

Zahlungsweise:

Das Kursentgelt wird mittels Lastschriftverfahren eingezogen. In Ausnahmefällen ist eine Überweisung möglich.

Wichtiger Hinweis zum SEPA-Verfahren

Seit dem 1. August 2014 ist in Deutschland das SEPA-Verfahren verbindlich eingeführt. Eine Abbuchung kann nur noch erfolgen, wenn wir die IBAN des Kontoinhabers vorliegen haben. Bei Konten, die nicht bei einem deutschen Institut sind, benötigen wir zusätzlich auch die BIC.

Auf dem Anmeldeformular erteilen Sie uns ein Mandat. Dieses Mandat ermächtigt uns, die Abbuchung vorzunehmen und muss daher unterschrieben bis spätestens zum ersten Kursabend vorliegen. Die tatsächliche Abbuchung wird dann erst ca. zwei Wochen nach Kursbeginn vorgenommen.

Rücktritt:

Grundsätzlich werden Entgelte nicht zurückgezahlt, es sei denn, eine Veranstaltung wird aus Gründen, die die Volkshochschule zu vertreten hat, abgesagt. Bei teilweise abgesagten Veranstaltungen erfolgt eine anteilige Rückzahlung.

In begründeten Ausnahmefällen (z. B. bei Krankheit oder beruflicher Verhinderung) ist unter Vorlage entsprechender Nachweise eine Rückzahlung des Entgeltes bis zum Beginn des Kurses möglich. Bei Wochenendseminaren ist eine Rückzahlung des Entgeltes nur dann möglich, wenn die Abmeldung 14 Tage vor Seminarbeginn schriftlich erfolgt.

Ein Anspruch auf Ermäßigung oder Rückzahlung erlischt mit Ablauf des jeweiligen Semesters.

Haftungsausschluss:

Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung gegenüber Teilnehmenden aller Veranstaltungen, insbesondere nicht für Unfälle und Abhandenkommen von Gegenständen. Die Studienreisen werden von eingetragenen Reiseunternehmen durchgeführt.

Entgeltermäßigung:

Eine Entgeltermäßigung in Höhe von 50% erhalten auf formlosen Antrag unter Vorlage der entsprechenden Bescheinigungen:



Empfänger von Arbeitslosengeld I und Arbeitslosengeld II sowie deren Frauen und Kinder ohne eigenes Einkommen.

Die Ermäßigung für Schüler, Jugendliche bis 18 Jahre, Studenten, Auszubildende, Bundesfreiwilligendienstleistende und FSJler beträgt unter Vorlage des entsprechenden Ausweises 30 % des Kursentgeltes.

Belegen mehrere Familienmitglieder Kurse in den u. a. Fachbereichen, so beträgt die Ermäßigung für jedes weitere Familienmitglied 20% der Kursgebühr (Familienermäßigung).

Es wird jeweils nur eine Ermäßigung, Familien- oder Mehrfachbelegungsermäßigung, gewährt.

Die für die Ermäßigung gültigen Fachbereiche:

- Hauswirtschaft und Nähen
- Ökologie
- Elternbildung
- Politische Bildung
- Wirtschaft und Verwaltung (ohne EDV)

Bei Eltern-Kind-Seminaren und Kursen für Kinder zahlt das 1. Kind aus einer Familie das volle Jugendlichenentgelt, jedes weitere Kind 50 % des Jugendlichenentgeltes. Dies gilt nicht für Angebote der Jungen VHS.

Mindestteilnehmerzahl:

Für die Durchführung einer geplanten Veranstaltung ist, wenn im Programm nicht anders angegeben, eine Mindestteilnehmerzahl von 10 Teilnehmenden Voraussetzung. Haben sich zu einem Kurs weniger Teilnehmende angemeldet, kann die VHS den Kurs ausfallen lassen, mit einem anderen Kurs zusammenlegen oder im Einvernehmen



mit allen Teilnehmenden ein entsprechend höheres Teilnehmerentgelt verlangen bzw. die geplanten Unterrichtsstunden entsprechend reduzieren.

Studienfahrten und Exkursionen:

Die Studienreisen werden in Zusammenarbeit mit einem zugelassenen Reiseunternehmen durchgeführt. Für Studienfahrten und Exkursionen der VHS gelten besondere Reisebestimmungen. Die VHS behält sich das Recht vor, die Studienreise oder Exkursion abzusagen, wenn bis zum Anmeldeabschluss die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

Datenschutz:

Ihre Angaben auf dem Anmeldeformular werden bei uns elektronisch gespeichert und ausschließlich für interne Verwaltungszwecke verwendet.

Die vollständige Satzung, Entgelt- und Honorarordnung sind im VHS- und Kulturbüro einsehbar.



DATENSCHUTZERKLÄRUNG

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Stadt Völklingen ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts. Die Kontaktdaten der externen Datenschutzbeauftragten der Stadt Völklingen lauten:

**Datenschutzbeauftragte,
c/o Zweckverband eGo-Saar,
Heuduckstraße 1
66117 Saarbrücken
E-Mail: datenschutz@ego-saar.de**

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr, E-Mail) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Kurse der Jungen VHS, kann die Angabe des Geburtsdatums erforderlich sein.

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

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen

Zusatzangaben dienen der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Mit diesen Vertragspartnern schließt die Stadt Völklingen datenschutzkonforme Verträge nach Artikel 28 DSGVO ab.

Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Auswertung von Kursdaten

Angaben der Teilnehmer/innen über das Geburtsjahr nach Altersgruppen und das Geschlecht verwenden wir gemäß den gesetzlichen Bestimmungen für statistische Zwecke. Anhand der Daten können keine Rückschlüsse auf bestimmte Personen gezogen werden. Diese bleiben anonym.

4. Direktwerbung per Post

Wir verarbeiten Ihre Angaben über Vor- und Nachname sowie Postanschrift zum Zweck der Direktwerbung per Post. Die Datenverarbeitung erfolgt auf der Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO und in dem Interesse, Sie über neue Services und Angebote zu informieren. Sie haben das Recht, der Verarbeitung der genannten Daten zum Zweck der Direktwerbung jederzeit zu widersprechen. Die genannten Daten werden danach nicht mehr für diesen Zweck verwendet.



5. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, Schulabschlüsse) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir gem. § 8 der Integrationsverordnung Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Vermittlung nach Art. 6 Abs. 1 lit. c DSGVO i.V.m. § 67 ff SGB X, SGB III, SGB II an Behörden erforderlich sein.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung weiterzuleiten.

6. Kontaktaufnahme

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

7. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzli-

che Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden auf Wunsch gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

8. Ihre Rechte

Werden personenbezogene Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht, jederzeit kostenfrei Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO). Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO). Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen (Art. 17, 18, DSGVO) oder der Verarbeitung der personenbezogenen Daten widersprechen (Art. 21 DSGVO). Ihnen steht das Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO).

Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Zuständige Aufsichtsbehörde ist:

Unabhängiges Datenschutzzentrum Saarland

Fritz-Dobisch-Straße 12, 66111 Saarbrücken
E-Mail: poststelle@datenschutz.saarland.de

Bei uns werden Wassersportfreunde zu Kapitänen
... und das nicht nur in der Badewanne



Sportbootführerschein
Sportküstenschifferschein (SKS)
Funkschein (UBI / SRC)

Wir führen unverbindliche und kostenfreie Informationsveranstaltungen vor Beginn unserer Lehrgänge durch.

Die Termine hierzu werden rechtzeitig auf unserer Homepage veröffentlicht.



Infos:

VHS : 06898 - 13 25 97

www.bootsfahrschule-poseidon.de

Mail: info@bootsfahrschule-poseidon.de