



# PROGRAMM FRÜHJAHR 2017



## Grußwort der Präsidentin des Thüringer Volkshochschulverbandes e.V.

Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Lernbegeisterte,

Ich freue mich, Ihnen die neuen Veranstaltungen Ihrer Volkshochschule präsentieren zu können. Sie werden sehen, dass neben den altbewährten auch wieder interessante neue Angebote geplant sind. Dabei entwickeln die Volkshochschulen nicht nur ständig ihr Kursprogramm, sondern auch immer sich selbst weiter, sodass die Angebote zeitgemäß, modern und zugänglich bleiben.

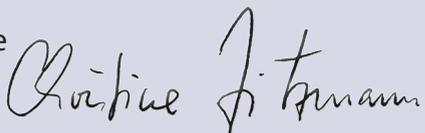
So sollen zum Beispiel die Potenziale, die digitale Medien mit sich bringen, noch weiter ausgeschöpft werden, um Menschen Bildung zu ermöglichen, die z.B. aufgrund von Schichtarbeit nur schwer an Kursen teilnehmen können. Volkshochschulen erproben z.B. derzeit deutschlandweit mit dem Xpert Business Lernnetz orts- und zeitunabhängige Kurssysteme. Für Menschen, die sich von der Technik manchmal überfordert fühlen, werden aber auch entsprechende Fortbildungen angeboten. Und nicht zuletzt klären Volkshochschulen auch immer über Gefahren von Internet und Co auf und ermöglichen digitale Teilhabe.

Auch das Thema „Nachhaltigkeit“ rückt weiter in den Fokus, denn die Ressourcen unserer Erde sind nicht unendlich. Jeder Mensch kann seinen eigenen kleinen Beitrag zum Umweltschutz und damit auch zum Schutz unserer Gesundheit beitragen. Die Volkshochschulen wollen hier mit gutem Beispiel vorangehen. Im Projekt „vhs goes green“ des TVV e.V. wurden Ideen und Konzepte entwickelt, um auch an Volkshochschulen für klimaschonendes Handeln zu sensibilisieren. Vielleicht fällt Ihnen ja auf, wo Strom oder Wasser an Ihrer Volkshochschule gespart werden können? Oder nehmen Sie doch den ÖPNV statt des Autos, um zum Kurs zu kommen.

Die nächsten Monate bringen viel Neues – dabei bleibt natürlich das Erprobte und Bewährte nicht zurück. Denn der Kern der Volkshochschulen bleibt das große und vielfältige Bildungsangebot vor Ort. Und ich bin sicher, auch in diesem Semester ist wieder etwas für Sie dabei.

Darum wünsche ich Ihnen bereits jetzt viel Freude und viel Erfolg beim Weiterlernen!

Ihre



Christine Zitzmann

Präsidentin des Thüringer Volkshochschulverbandes e.V.



## Vorwort der Oberbürgermeisterin

Liebe Eisenacherinnen,  
liebe Eisenacher,  
sehr geehrte Leserinnen und Leser,

es luthert ganz gewaltig in Eisenach, denn 2017 steht ganz im Zeichen der Feierlichkeiten rund um das Jubiläum „500 Jahre Reformation“! In Martin Luthers „Lieber Stadt“, der Reformationshauptstadt Thüringens, kommt daran niemand vorbei. Und die Eisenacher Volkshochschule ist selbstverständlich der richtige Ort, um dieses historische Ereignis mit interessanten Vorträgen zu beleuchten und in unsere Zeit zu übersetzen.

Dem trägt auch das neue Programm der VHS Rechnung. Aber in unserem städtischen Hort des Wissens, der Gesundheit, der Kultur und des Lernens gibt es natürlich auch in diesem Semester wieder viele andere spannende Dinge zu entdecken und zu erleben.

Das neue Semesterprogramm bietet wie immer viel, viel mehr. Sie werden altbewährte Kurse wieder finden und neue Kursangebote entdecken können, sei es in den Bereichen Gesellschaft und Politik, Kunst und Kultur, Gesundheit und Sport, Sprachen, Beruf und EDV oder die vielen Kursangebote im Integrationsbereich.

Meine speziellen Favoriten in diesem Frühjahrssemester sind vor allem Kurse, die es in dieser Form so noch nicht an der Volkshochschule in Eisenach gegeben hat: Da bietet etwa eine Veranstaltung der Reihe „Erlebnis Eisenacher Stadtgeschichte“ einen spannenden Blick hinter die Kulissen des Landestheaters. Ein neuer Kurs beschäftigt sich mit dem „intuitiven Theaterspielen“ und im Sportbereich wird es beim Kurs „Callanetics“ schweißtreibend. Aber keine Scheu, dieses Gymnastikprogramm ist für jede Altersgruppe und jeden Fitnesszustand geeignet. Zudem veranstaltet der Verein „Kammermusik der Wartburgstadt“ zwei Konzerte in der Aula der Volkshochschule, die sich damit als ein hervorragender, kleiner Konzertsaal etablieren kann.

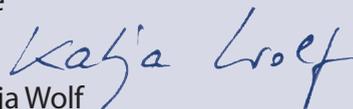
Besonders freut es mich für die Volkshochschule und die vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmer der zahlreichen EDV-Kurse, dass wir es geschafft haben, die VHS mit 14 neuen Rechnern mit Großbildschirmen auszustatten. Und demnächst wird noch ein interaktives Whiteboard installiert.

Sie merken es schon, das Angebot der Volkshochschule ist breit gefächert.

Ich lade Sie herzlich ein, dieses neue Volkshochschulprogramm zu studieren. Ich bin mir sicher, dass für jeden Eisenacher was dabei ist. Lernen, Sport treiben, Wissen vermehren, Kultur entdecken – all dies macht gemeinsam viel mehr Spaß. Daran hätte auch Luther seine Freude gehabt.

Die Eisenacher VHS macht es möglich.

Ihre



Katja Wolf

Oberbürgermeisterin



## Allgemeine Hinweise für Kursteilnehmer

### Allgemeines

Die Volkshochschule Eisenach ist eine öffentliche Einrichtung der Erwachsenenbildung der Stadt Eisenach, die durch das Thüringer Kultusministerium als förderberechtigt anerkannt ist.

Das Bildungsangebot dient der allgemeinen, politischen, kulturellen, künstlerischen und beruflichen Bildung und soll das selbstständige und verantwortliche Urteil der Teilnehmer fördern und zur geistigen Auseinandersetzung anregen. Das Bildungsangebot richtet sich in der Regel an Erwachsene. Kontrollorgan ist der Beirat zur Förderung und Beratung der Volkshochschularbeit.

### Anmeldung

Wir freuen uns, wenn Sie in unserem Kursprogramm Angebote finden, an denen Sie teilnehmen möchten.

**Im Interesse einer größtmöglichen Planungssicherheit für Sie und auch für uns, melden Sie sich bitte rechtzeitig. Nur so kann sichergestellt werden, dass Sie einen Platz im Kurs erhalten und der Kurs überhaupt stattfindet.**

Zur Anmeldung nutzen Sie bitte das Anmeldeformular, dieses finden Sie hier im Heft, in der Geschäftsstelle der VHS oder im Internet unter [www.eisenach.de/vhs](http://www.eisenach.de/vhs).

Mit der Anmeldung sind die Satzungen der Volkshochschule, die Allgemeinen Hinweise und die Hausordnungen Bestandteil des Vertragsverhältnisses. Eine Kursanmeldung ist nur

möglich mit erteilter Lastschriftermächtigung.

**Bitte beachten Sie, dass keine gesonderten Einladungen versandt werden. Sollte ein Kurs, für den Sie angemeldet sind, nicht wie geplant stattfinden, werden Sie benachrichtigt.**

### Gebühren

Gebühren werden nach der jeweils geltenden Gebührensatzung der Volkshochschule erhoben.

Die Gebührensatzung kann von jedem Kursteilnehmer eingesehen werden. Mit der Anmeldung entsteht die Gebührenschuld. Die Abbuchung erfolgt erst **nach** Kursbeginn.

Die angegebenen Gebühren beziehen sich auf die Durchführung des Kurses mit mindestens acht Teilnehmern. Wird diese Teilnehmerzahl unterschritten, ist grundsätzlich die Durchführung auch möglich, die Gebühr pro Teilnehmer erhöht sich dann allerdings.

### Abmeldung

**Bitte beachten Sie, dass eine kostenfreie Stornierung nur bis max. 3 Werktage vor dem Kursbeginn möglich ist!**

Bei Abmeldung oder durch tatsächliches Fernbleiben des Kursteilnehmers bleibt die Gebührenschuld bestehen. In der Regel erfolgt keine Gebührenrückerstattung.

In begründeten Ausnahmefällen kann der Leiter der Volkshochschule auf schriftlichen Antrag des Kursteilnehmers eine

teilweise oder volle Gebührenrückerstattung festlegen, wenn mit dem Antrag glaubhaft gemacht wird, dass durch Erkrankung oder andere vom Teilnehmer/in nicht zu vertretende Gründe eine Teilnahme an der Veranstaltung nicht möglich ist bzw. war. Der Antrag auf Gebührenrückerstattung ist unverzüglich mit entsprechendem Nachweis nach Eintritt des Verhinderungsgrundes zu stellen.

### Ferienregelung

An den gesetzlichen Feiertagen und in den Schulferien des Freistaates Thüringen findet in der Regel kein Unterricht statt.

### Ferientermine

Winterferien	06.02. – 11.02.
Osterferien	10.04. – 21.04.
Sommerferien	26.06. – 09.08.

### Haftung

Die Teilnehmer der Veranstaltungen der Volkshochschule sind bei Unfällen nur im Umfang der Haftpflichtversicherung der Stadt versichert. Eine weitergehende Haftung, insbesondere gegen Diebstahl und Sachschäden, ist ausgeschlossen. Wird von Teilnehmern gesprochen sind damit auch Teilnehmerinnen eingeschlossen.

# Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Informationen .....	3
Leitbild der VHS Eisenach .....	5
Anmeldeformular .....	4
 Politik, Gesellschaft, Umwelt .....	5
 Kultur und Kreativität .....	7
 Gesundheitsbildung .....	11
 Sprachenschule .....	14
 Berufliche Bildung, Kommunikation, EDV .....	19
 Alphabetisierung und Grundbildung .....	23

## Allgemeine Informationen

**Volkshochschule Eisenach**  
**99817 Eisenach**  
**Schmelzerstraße 19**  
 Tel.: 03691/2932-0; Fax: 03691/2932-30  
 E-Mail: vhs@eisenach.de



Volkshochschule  
Eisenach



### Das Team der Volkshochschule Eisenach

Dipl.-Päd. Petra Franke  
 Leiterin  
 E-Mail: petra.franke@eisenach.de  
 Telefon: 03691/2932-21

Beatrix Kühl  
 Verwaltungsmitarbeiterin  
 E-Mail: beatrix.kuehl@eisenach.de  
 Telefon: 03691/2932-20

Julia Janke  
 Verwaltungsmitarbeiterin  
 E-Mail: julia.janke@eisenach.de  
 Telefon: 03691/2932-24

Martin Scholz, M.A.  
 Fachbereichsleiter  
 E-Mail: martin.scholz@eisenach.de  
 Telefon: 03691/2932-23

Christiane Leischner, M.A.  
 Fachbereichsleiterin  
 E-Mail: christiane.leischner@eisenach.de  
 Telefon: 03691/2932-22

### Öffnungszeiten

Montag - Freitag	09.00 - 12.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag und nach Vereinbarung	14.00 - 18.00 Uhr

### Unterrichtsorte

- Volkshochschule, Schmelzerstraße 19
- Gymnastikhalle, Waldhausstraße 10
- Gymnastikraum der Psychiatrischen Tagesklinik, Goethestraße 47/49
- SWG Nachbarschaftszentrum Goetheviertel, Goethestraße 10
- Ernst-Abbe-Gymnasium, Theaterplatz 6, Sporthalle, Eingang Helenenstraße



Sie finden uns im Internet unter  
**[www.eisenach.de/vhs](http://www.eisenach.de/vhs)**  
 oder einfach QR-Code  
 mit dem Smartphone scannen.

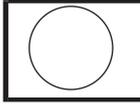
## Anmeldeformular der VHS Eisenach

Diese Anmeldung bitte ausgefüllt an die Geschäftsstelle der VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, 99817 Eisenach oder per Fax 03691 293230 senden. Bitte beachten Sie, dass eine Kursanmeldung nur mit erteilter Lastschriftgenehmigung möglich ist. **Bitte notieren Sie sich das Beginndatum, da Sie keine gesonderte Einladung von uns erhalten. Wir informieren Sie nur bei Veränderungen.**

Kursnummer \_\_\_\_\_  
 Kurstitel \_\_\_\_\_  
 Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_  
 Straße \_\_\_\_\_ Hausnr. \_\_\_\_\_  
 Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
 PLZ \_\_\_\_\_ Wohnort \_\_\_\_\_  
 Tel. privat \_\_\_\_\_ Tel.dienstl. \_\_\_\_\_  
 Handy-Nr. \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Die Satzung und die Gebührensatzung der Volkshochschule Eisenach habe ich zur Kenntnis genommen.

Unterschrift: \_\_\_\_\_



Ich beantrage eine Gebührenermäßigung lt. § 7 der Gebührensatzung für die Volkshochschule der Stadt Eisenach in der derzeit gültigen Fassung (die entsprechenden Nachweise werden von mir bei Anmeldung vorgelegt).

**Bitte beachten Sie, dass eine kostenfreie Stornierung nur bis max. 3 Werktage vor dem Kursbeginn möglich ist!**

### SEPA - Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige ich die Stadt Eisenach die Teilnahmegebühr für o.g. Kurs bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos einzuziehen.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE7503300000076704

Gebühr \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ €

Geldinstitut \_\_\_\_\_

BIC

IBAN

Kontoinhaber/in \_\_\_\_\_  
 (bei abweichendem Kontoinhaber bitte Adresse angeben)

Unterschrift \_\_\_\_\_

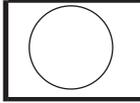
## Anmeldeformular der VHS Eisenach

Diese Anmeldung bitte ausgefüllt an die Geschäftsstelle der VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, 99817 Eisenach oder per Fax 03691 293230 senden. Bitte beachten Sie, dass eine Kursanmeldung nur mit erteilter Lastschriftgenehmigung möglich ist. **Bitte notieren Sie sich das Beginndatum, da Sie keine gesonderte Einladung von uns erhalten. Wir informieren Sie nur bei Veränderungen.**

Kursnummer \_\_\_\_\_  
 Kurstitel \_\_\_\_\_  
 Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_  
 Straße \_\_\_\_\_ Hausnr. \_\_\_\_\_  
 Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
 PLZ \_\_\_\_\_ Wohnort \_\_\_\_\_  
 Tel. privat \_\_\_\_\_ Tel.dienstl. \_\_\_\_\_  
 Handy-Nr. \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Die Satzung und die Gebührensatzung der Volkshochschule Eisenach habe ich zur Kenntnis genommen.

Unterschrift: \_\_\_\_\_



Ich beantrage eine Gebührenermäßigung lt. § 7 der Gebührensatzung für die Volkshochschule der Stadt Eisenach in der derzeit gültigen Fassung (die entsprechenden Nachweise werden von mir bei Anmeldung vorgelegt).

**Bitte beachten Sie, dass eine kostenfreie Stornierung nur bis max. 3 Werktage vor dem Kursbeginn möglich ist!**

### SEPA - Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige ich die Stadt Eisenach die Teilnahmegebühr für o.g. Kurs bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos einzuziehen.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE7503300000076704

Gebühr \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ €

Geldinstitut \_\_\_\_\_

BIC

IBAN

Kontoinhaber/in \_\_\_\_\_  
 (bei abweichendem Kontoinhaber bitte Adresse angeben)

Unterschrift \_\_\_\_\_

## Leitbild der Volkshochschule Eisenach

### Identität und Auftrag

Die Volkshochschule Eisenach, gegründet 1919, ist eine traditionsbewusste und zukunftsorientierte Einrichtung. Sie ist das kommunale Weiterbildungszentrum der Stadt Eisenach im Thüringer Volkshochschulverband e.V. Auf der Grundlage des Thüringer Erwachsenenbildungsgesetzes garantiert sie ein breitgefächertes Bildungsangebot in den Bereichen Sprachen, Gesundheitsbildung, Berufliche Bildung, Gesellschaft, Politik, Umwelt, Kultur, Schulabschlüsse, Alphabetisierung und Grundbildung

### Allgemeine Ziele

Als moderne Bildungseinrichtung ermöglichen wir effektives und freudvolles Lernen. Wir erfüllen und wecken Bildungsbedürfnisse und stellen die Angebote bereit. Wir entwickeln und stärken Kompetenzen im beruflichen, gesellschaftlichen und privaten Bereich. Wir bereichern die kulturelle Vielfalt. Unsere Arbeit spiegelt die Prozesse des öffentlichen Lebens wider, ist generationsübergreifend und trägt zur Chancengleichheit bei.

### Werte

Wir, die hauptamtlichen Mitarbeiter der Volkshochschule Eisenach und die Kursleiterinnen und Kursleiter, fühlen uns in unserer Arbeit besonders Werten verpflichtet wie Pluralität, Qualitätsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Toleranz und Gleichstellung der Geschlechter. Uns zeichnen ein kollegiales Miteinander und die Aufgeschlossenheit Neuem gegenüber aus. Wir verstehen uns selbst als lernende Organisation.

### Kunden

Die Volkshochschule Eisenach steht allen Teilnehmenden - unabhängig von sozialer Herkunft, Nationalität, Geschlecht und politischem oder religiösem

Bekenntnis - offen. Zu unseren Kunden zählen wir Einzelpersonen, Gruppen und Firmen. Wir führen Aufträge für Verwaltung, Vereine und Selbsthilfegruppen sowie Kooperationspartner durch. Eine große Zahl von Stammkunden wie auch ein stetig wachsender Kreis von Neukunden zeigt die Zufriedenheit mit unseren Leistungen.

### Fähigkeiten

Um unseren Kursteilnehmern den bestmöglichen Lernerfolg bieten zu können, nutzen wir unsere Kompetenzen in den Bereichen Organisation, Planung und Beratung. Wir nutzen unsere Fachkompetenz, unsere methodischen, sozialen und kommunikativen Fähigkeiten und unsere Reflexionsbereitschaft, um eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit unseren Kunden und untereinander zu erreichen. Wir nutzen die uns eröffneten Möglichkeiten, diese Kompetenzen zu erweitern.

### Leistungen

Wir beobachten den Markt und reagieren kreativ und flexibel auf die Veränderungen der Bildungslandschaft.

Bildungsberatung in vertrauensvoller Atmosphäre ist für uns ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit.

Wir bieten ein an Bedarf und Bedürfnissen orientiertes, zweimal jährlich erstelltes und veröffentlichtes und für jeden zugängliches Bildungsprogramm. Zu einem außerordentlich breit gefächerten Themenspektrum bieten wir schnelle und effiziente Planung, Organisation, Durchführung und Evaluation von Kursangeboten.

Umfassende und kompetente Bildungsberatung in vertrauensvoller Atmosphäre ist für uns ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit.

Das gute Preis-Leistungs-Verhältnis ermöglicht die Teilnahme für Menschen

aus allen sozialen Gruppierungen. Maßgeschneiderte Angebote werden für Interessenten konzipiert und durchgeführt. Wir ermöglichen den Erwerb von Abschlüssen und Zertifikaten, auch europaweit anerkannt.

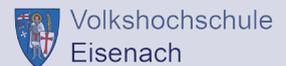
Die VHS verfügt über ein zentral gelegenes Gebäude mit erwachsenengerecht ausgestatteten Unterrichtsräumen. Darüber hinaus stehen in anderen Einrichtungen der Stadt eine genügende Anzahl weiterer Räume zur Verfügung.

Wir sichern durch Auswahl qualifizierter Kursleiter eine hohe Qualität in der Kursdurchführung. Regelmäßige Weiterbildung sichert auch in Zukunft ihre hohe fachliche, pädagogische und soziale Kompetenz.

Die Volkshochschule finanziert sich aus Teilnehmergebühren, kommunalen Finanzmitteln der Stadt Eisenach und Landeszuschüssen des Freistaates Thüringen.

### Definition gelungenen Lernens

In der VHS Eisenach erwerben und vervollständigen Sie Ihr Wissen im Rahmen vereinbarter Lernziele. Diese Kenntnisse können Sie selbstständig im beruflichen und privaten Bereich anwenden. Wir tragen zur Entwicklung Ihrer Persönlichkeit bei. Dies stärkt das Selbstbewusstsein, die Handlungsfähigkeit und bereichert das Sozialleben.



## Politik, Gesellschaft, Umwelt



### VHS: Demokratische Orte des Lernens

*Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.*

#### 17F00010 Einbürgerungstest

In Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge sowie dem Thüringer Volkshochschulverband e.V. führt die VHS Eisenach als Prüfstelle mehrmals pro Semester den Einbürgerungstest durch. Anmeldungen erfolgen zu den angegebenen Terminen über die Volkshochschule oder den Thüringer Volkshochschulverband e.V. Sie können sich bezüglich der Prüfungsmodalitäten jederzeit gern persönliche beraten lassen. VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06

Freitag, 03.03.2017, 14 - 15 Uhr  
Die Anmeldung ist bis zum 03.02.2017 beim Thüringer Volkshochschulverband e.V. in Jena erforderlich.

Freitag, 12.05.2017, 14 - 15 Uhr  
Die Anmeldung ist bis zum 14.04.2017 beim Thüringer Volkshochschulverband e.V. in Jena erforderlich.

#### 17F100101 Erlebnis Eisenacher Stadtgeschichte: Schmales Haus

Am Johannisplatz im Stadtzentrum von Eisenach befindet sich das wahrscheinlich schmalste bewohnte Fachwerkhaus Deutschlands. Es hat eine Breite von nur 2,05 Meter. Die Grundfläche dieses kuriosen Gebäudes beträgt 20 m<sup>2</sup>. Immerhin ist es 8,50 Meter hoch und hat zwei Stockwerke. Das genaue Baudatum ist nicht bekannt, geschätzt wird ein Alter von weit über 250 Jahren. 1974 erwarb der jetzige Eigentümer und Bewohner, Klaus Tripp-

stein, das Gebäude in einem absolut desolaten Zustand. Mit tatkräftiger Unterstützung von Freunden und Bekannten hat er es vor dem Verfall und einem erneut geplanten Abriss gerettet. Gäste Eisenachs bestaunen und bewundern immer wieder die im Jahr 2000 liebevoll restaurierte Fachwerkfassade. Seit 1991 befindet sich im Haus eine kleine Ausstellung von Bildern, Kleinplastiken, Keramik und historischen Einrichtungsgegenständen.

Da das „Schmale Haus“ bewohnt wird, ist es nur höchst selten auf Anfrage zu besichtigen. Doch anlässlich dieser Veranstaltung der Volkshochschule Eisenach führt Sie Klaus Trippstein gerne durch das Innere und berichtet über die Geschichte des Hauses, über seine Bewohner und über die gegenwärtige Nutzung.

Klaus Trippstein  
Schmales Haus, Johannisplatz 9  
Samstag, 10.06.2017,  
10:30 - 12 Uhr  
6,60 €, 2 UE



#### 17F100102 Dem fairen Kaffee auf der Spur - eine Reise zu den Kaffeebauern in Westkamerun

Das Dorf Fondjomekwet in der Region Bafoussam im Westen Kameruns ist die Heimat von Morin Kamga Fobissie, heute einer der beiden Geschäftsführer der Kaffeerösterei Utamtsi in Bremen. Utamtsi kauft den Rohkaffee direkt und zu fairen Bedingungen bei den Kaffeebauern der Kooperative GIC SONDASON ein. In einer Behinderteneinrichtung werden die Bohnen sortiert und für den Transport nach Bremen vorbereitet.

Die Referentin Doris Buchenau war im Februar 2016 mit Utamtsi zu Besuch in Kamerun und berichtet mit vielen Fotos von ihren Eindrücken. Neben diesem Vortrag erwarten sie auch Kaffee und weitere faire Köstlichkeiten aus dem Weltladen.

Doris Buchenau  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07  
Donnerstag, 06.04.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
gebührenfrei, 2 UE

#### 17F100103 Eisenach in alten Bildern

Auch in Eisenach hat sich über die Jahre einiges verändert. Einige ausgewählte Veränderungen werden in diesem Vortrag anhand alter Fotos und Zeichnungen vorgestellt. Kommen Sie mit auf eine interessante Zeitreise in das „alte Eisenach“!

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09

Donnerstag, 02.03.2017,  
19 - 20:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

#### 17F100104 Erlebnis Eisenacher Stadtgeschichte: Landestheater Eisenach

Erleben Sie das Landestheater Eisenach wie bisher nur wenige Menschen! Seit 1879 ist das Eisenacher Theater ein sehr gewichtiger Baustein des kulturellen Lebens der Wartburgstadt. Doch hinter die Kulissen des Theaters durften bisher nur wenige Gäste schauen. Dank des exklusiven Angebotes für die Volkshochschule Eisenach bekommen Sie eine gewiss sehr eindrückliche Führung durch die Theater-Werkstätten in der Goethestraße nebst Probebühne und das Theatergebäude am Theaterplatz mit Zuschauerraum, Garderoben, Bühnen u.v.a.m.

Jürgen Gaube  
Landestheater Eisenach,  
Theaterplatz  
Dienstag, 23.05.2017,  
14 - 15:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

#### 17F101105 Erlebnis Eisenacher Stadtgeschichte: Eisenacher Stadtkirchengeschichte im Spiegel einer Stadtführung

Nach einem Einführungsvortrag zur Eisenacher Stadtkirchengeschichte schließt sich eine Führung durch die Georgenkirche am Markt und die Nikolaikirche am Karlsplatz an. Diese beiden Eisenacher Kirchen bilden die Schwerpunkte dieses Vortrages, der als



## Politik, Gesellschaft, Umwelt



Beitrag zum Lutherjubiläum 2017 konzipiert wurde.

Zusätzlich zur Kursgebühr ist eine Eintrittsgebühr in der Georgenkirche für die Turmgruft zu entrichten.

Dr. Wolfgang Schenk  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06  
Samstag, 20.05.2017,  
10 - 12:15 Uhr  
9,90 €, 3 UE

Zeiten: Urkunden, (Liebes-) Briefe der Großeltern, Ortschroniken, Behördenbriefe, Kriegstagebücher oder Kochrezepte. Doch dieser Schatz wird bald nicht mehr zugänglich sein, wenn die (alt-)deutsche Handschrift nicht mehr gelesen werden kann.

Sie erlernen in einem Einführungskurs die Sütterlinschrift schreiben und lesen.

Teilnehmende, die diese Schrift neu erlernen möchten oder bereits kennen und Erlerntes auffrischen wollen, sind in diesem Kurs herzlich willkommen.

Bitte bringen Sie zum Kurs ein Schreibgerät, möglichst einen (Kalligrafie)- Füllfederhalter, mit. Kursunterlagen können Sie in der ersten Unterrichtsstunde für insgesamt 4,00 Euro direkt bei der Kursleiterin erwerben.

Birgit Tröbe  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 07  
Freitag, 19.05.2017, 17 - 20:30 Uhr  
Samstag, 20.05.2017,  
09 - 15:30 Uhr  
30,00 €, 12 UE



**17F101106**  
„Drei Sonnen stehen...“  
- Der Eisenacher Sommergewinn: Ein neuer Blick auf ein altes Fest

Ein literarischer Versuch von und mit Rainer Lucas.

Rainer Lucas  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06  
Mittwoch, 08.03.2017,  
18:30 - 20 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F101101**  
In Geheim-Mission: Adam von Trott zu Solz (1909-1944) - Diplomat und Widerständler

Ein biografisch-musikalischer Versuch von und mit Rainer Lucas und Ulrike Zott am Kontrabaß.

Rainer Lucas/Ulrike Zott  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 13  
Mittwoch, 31.05.2017,  
18:30 - 20 Uhr  
8,00 €, 2 UE



**17F101103**  
Alte deutsche Handschriften - Kurs für Fortgeschrittene

Aufbauend auf den Einführungskurs „Die altdeutsche Handschrift (Sütterlinschrift) erlernen“ können die Teilnehmer Handschriften aus den letzten beiden Jahrhunderten, etwa von 1820 bis 1941, lesen lernen. Es werden die altdeutschen Handschriften „Sütterlin“ gefestigt und eine „Kurrentschrift“ (um 1900) neu schreiben gelernt. Dabei wandeln Sie auf den Spuren der Vorfahren und denken sich in deren ganz unterschiedliche Schreibstile hinein. Neben Schulaufsätzen, Briefen, Kochrezepten stehen Ihnen behördliche geschichtliche Dokumente zum Üben zur Verfügung. Natürlich dürfen auch die Briefe, Familienchroniken und Tagebücher der eigenen Vorfahren mitgebracht werden. Bitte bringen Sie zum Kurs ein Schreibgerät, möglichst einen (Kalligrafie)- Füllfederhalter, mit. Kursunterlagen können Sie in der ersten Unterrichtsstunde für insgesamt 4,00 Euro direkt bei der Kursleiterin erwerben.

Birgit Tröbe  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 07  
Freitag, 09.06.2017, 17 - 20:30 Uhr  
Samstag, 10.06.2017,  
09 - 15:30 Uhr  
30,00 €, 12 UE

**17F101102**  
Die altdeutsche Handschrift (Sütterlinschrift) erlernen

Die heutige allgemeine Schreibschrift (die lateinische Schrift) gilt seit 1941. Bis dahin wurde in der alten deutschen Handschrift geschrieben. Die Sütterlinschrift wurde 1911 von dem Berliner Graphiker Ludwig Sütterlin entwickelt. Sie ist eine spezielle Form der älteren deutschen Kurrentschrift. Bis 1941 wurde Sütterlin in den deutschen Schulen gelehrt, bevor es vom lateinischen Alphabet abgelöst wurde.

In vielen Familien schlummern noch Zeugnisse aus vergangenen

**17F101104**  
Bis zu 1000 Jahre alte Handschriften lesen können: Paläographie für Fortgeschrittene

Wer zur Vergangenheit wirklich neue Entdeckungen machen will, ohne bloß bereits Bekanntes wiederzukäuen, muss alte Handschriften entziffern und verstehen können. Auch Schrift und Sprache unterliegen einer Evolution, also Veränderung. Kenntnisse historischer Grund- (z. B. Paläographie, Chronologie u.a.) und Hilfswissenschaften (z. B. Numismatik, Heraldik, Sphragistik, Onomastik usw.) brauchen Geschichtslehrer, Historiker (auch in Verbindung mit Musik- und Kunstgeschichte), Heimatforscher, Genealogen und Pfarrer.

In diesem Kurs sind auch Seiteneinsteiger mit geringeren Vorkenntnissen willkommen.

Dr. Wolfgang Schenk  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 15  
mittwochs, 01.03.2017 bis  
29.03.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
5 Abende  
25,00 €, 10 UE

**17F109101**  
Martin Luthers stark prägender Einfluss auf Verhaltensmuster und Verhaltenswerte heute im christlichen Abendland

Dieser Vortrag wurde zum Lutherjubiläum 2017 konzipiert, als Beitrag zur Identität deutschen Selbstverständnisses für erfolgreiche Flüchtlingsintegration und -inklusion.

Dr. Wolfgang Schenk  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 02  
Mittwoch, 21.06.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F101107**  
Martin Luther und Kaiser Karl V. - eine Verbindung bis ans Grab

Thema dieses Vortrages ist die Beziehung zwischen Martin Luther und Kaiser Karl V. Schwerpunkte sind u.a. die Frage, warum Martin Luther nicht in Worms verbrannt wurde, wie rund 100 Jahre zuvor der Theologe Jan Hus, die Beziehung zwischen Kaiser Karl V. und den Kurfürsten, die Schlacht bei Mühlberg und der Augsburger Religionsfrieden.

Peter Arends  
Gasthof „Zum Storchenturm“,  
Georgenstr. 43 A  
Mittwoch, 05.04.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F101108**  
Die Schlacht von Luca und die Belagerung der Wartburg durch die Eisenacher

Schwerpunkte dieses Vortrages sind das Fürstenhaus Wettin in Thüringen, das erste Aufbegehren der Habsburger in Deutschland und Friedrich der Freidige (Gebissene) als Retter Thüringens.

Peter Arends  
Gasthof „Zum Storchenturm“,  
Georgenstr. 43 A  
Mittwoch, 10.05.2017,  
18 - 19:30 Uhr,  
6,60 €, 2 UE

**17F101109**  
Bad Langensalza 1866 - der Untergang des Königreiches Hannover

Schwerpunkte dieses Vortrages sind die Hannoveraner auf dem englischen Thron, die deutschen Einigungskriege, der „blinde“ Georg und die militärischen Auseinandersetzungen zwischen Preußen und ihren Gegnern im Jahr 1866.

Peter Arends  
Gasthof „Zum Storchenturm“,  
Georgenstr. 43 A  
Mittwoch, 14.06.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F105101**  
Vorsorge und Betreuung

Dieser Vortrag behandelt die Themen rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung, vor allem im Hinblick auf den neuen Beschluss des Bundesgerichtshofes vom 06.07.2016.

Jutta Büchs  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 09  
Dienstag, 07.03.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F105102**  
Mietrecht

Haben Sie Ärger mit Ihrem Mieter oder mit Ihrem Vermieter? Beschwer sich Ihr Mieter über Mängel, kürzt er die Miete? Wie begegne ich Mängelrügen, Mietminderungen und Einwänden gegen die Betriebskostenabrechnung oder wie kann ich dem vorbeugen? Wie gestalte ich einen Mietvertrag? Was sind wirksame und unwirksame Mietvertragsklauseln? Was sind die im Mietvertrag genannten Schönheitsreparaturen und wie oft müssen diese ausgeführt werden? Wie verhält es sich mit Feuchtigkeits- und Schimmelschäden und deren Folgen? Diese und andere Probleme zwischen Mietern und Vermietern werden in diesem Vortrag besprochen.

Jutta Büchs  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 09  
Dienstag, 04.04.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
6,60 €, 2 UE

**17F105103**  
Erben und vererben

Dieser Vortrag behandelt die Themen rund ums Erben und Vererben, um Testament und Co.

Jutta Büchs  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 09  
Dienstag, 06.06.2017,  
18 - 19:30 Uhr,  
6,60 €, 2 UE

**17F106103**  
Internationale Bildung an neuer Schule

Wie werden unsere Kinder auf die globalisierte Welt vorbereitet? Auf diese Frage vieler Eltern und Unternehmer antwortet die internationale Gemeinschaftsschule

## Ermäßigte Kursgebühr

Auf Antrag wird Auszubildenden, Schülern, Studenten, Bundesfreiwilligendienstleistenden, Freiwilligendienstleistenden (FSJ), Inhabern des Eisenacher Stadtpasses, Empfängern von Arbeitslosengeld II, Grundsicherung für über 65-jährige und voll Erwerbsgeminderten, Sozialhilfeempfängern und Elternteilen für den Zeitraum, in dem sie Erziehungsgeld beziehen, eine Gebührenermäßigung von 25% gewährt, wenn der zu belegende Kurs mindestens 20 UE dauert.

Der Antrag ist mit der Anmeldung zu einem Kurs, spätestens mit dessen Beginn oder beim Quereinstieg zu stellen. Ein entsprechender Nachweis (z.B. schriftliche Bescheinigung des Ausbildungsbetriebes oder der Schule, Bescheid der Arbeitsgemeinschaft (ARGE) Grundsicherung Eisenach oder Sozialhilfeträgern etc.) ist mit Antragstellung vorzulegen. Kinder, welche keinen Anspruch auf Unterstützung aus dem Bildungs- und Teilhabepaket haben, können einen Antrag auf Förderung im Rahmen des Eisenacher Bildungsfonds stellen.



## Politik, Gesellschaft, Umwelt



für die Wartburgregion. Die Unterrichtssprachen sind Englisch und Deutsch. Von ganz früh bis sehr spät können sich die Kinder an der Erlebnisschule entwickeln. Im Mittelpunkt des ganzheitlichen Angebots stehen sozialkundliche Fächer: Politik, Gesellschaft und Wirtschaft. Fünf mal 60 Minuten von 09:00 bis 15:00 Uhr entspricht einem gesunden Tagesrhythmus. So können Kinder entspannt und effizient lernen.

Dr. Johannes Hanel erläutert das Projekt der zukunftsweisenden Gemeinschaftsschule. Familien, Lehrer und bildungsinteressierte Menschen können sich ein Bild von den Methoden, Inhalten und Strukturen dieser neuen Schule machen. Weiterführende Informationen: [www.wi.school](http://www.wi.school)

Johannes Hanel  
VHS Eisenach, Schmelzerstraße  
19, Raum 3

Mittwoch, 08.03.2017,  
19:30 - 21 Uhr

alternativ: Mittwoch, 10.05.2017,  
17 - 18:30 Uhr oder Donnerstag,  
08.06.2017, 18:30 - 20 Uhr  
gebührenfrei, 2 UE

### 17F110101 Der Himmel über Eisenach! Plutino - Das mobile Planetarium

Was man vom Sternenhimmel wissen sollte - und vor allem auch, wie man es entdeckt - zeigt Ihnen das Mobilplanetarium „Plutino“. Muss man wirklich Sternbilder erkennen, und wenn ja, welche? Wo ist der Polarstern? Stimmt es, dass man unsere Nachbargalaxie mit bloßem Auge sehen kann, und wenn ja, wo? Das alles erfährt man auf unterhaltsame Weise im Sternenzelt-Planetarium.

Ulf Krauß  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 13  
Mittwoch, 07.06.2017,  
18 - 19:30 Uhr  
16,00 €, 2 UE



### 17F114101 Naturnahe Obstbaum- schnitt: Theorie (Grundlagen)

Neben einer Einführung zum Thema werden wir uns mit dem Auf-

bau von kultivierten Obstbäumen vertraut machen und die Auswirkungen der Veredlung auf das Wachstum beleuchten. Weitere Themen sind Werkzeugkunde und Arbeitssicherheit am Baum, Schnittziele für unterschiedliche Lebensphasen eines Obstbaumes, Schnittzeitpunkte und ihre Auswirkungen, Schnittgesetze, Schnitttechniken sowie das Vorgehen beim Schnitt.

Karen Bopp  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 09  
Samstag, 04.03.2017,  
09 - 15:30 Uhr, 23,10 €, 7 UE



*Karen Bopp ist gelernte Gärtnerin und hat 2016 an der Thüringer Obstbaumschnittschule die Baumwartausbildung absolviert. Streuobstwiesen mit ihrer unbeschreiblichen Arten- und Sortenvielfalt liegen ihr besonders am Herzen. Sie möchte mit der Vermittlung von Wissen und handwerklichem Können zur Erhaltung dieser wunderbaren, aber bedrohten Elemente unserer Kulturlandschaft beitragen. Seit 2015 gibt sie deshalb Obstbaumschnittkurse an der VHS Eisenach. Als Baumwartin berät sie auch individuell Eigentümer und Pächter von Streuobstbeständen oder schneidet selbst vor Ort.*

### 17F114102 Naturnahe Obstbaum- schnitt: Praxis

In Kleingruppen von drei bis vier Teilnehmern werden wir den Baumschnitt üben. Ziel ist es, die theoretischen Vorgaben am Baum anzuwenden und durch die Diskussion zu verinnerlichen. Es handelt sich um etwa 60 bis 70 Jahre alte, vorwiegend halbstämmige Apfelbäume, die mindestens 20 Jahre nicht geschnitten wurden. Wir werden vor allem auf Erhaltung und - wo möglich - auch auf Verjüngung schneiden. Im Wesentlichen werden uns hierbei Fragen zur Verbesserung der Statik und der Ertragszonen beschäftigen. Voraussetzung für die Kursteilnahme ist der Besuch des Kurses „Naturnahe Obstbaumschnitt: Theorie (Grundlagen)“.

Werkzeug, Arbeitsschuhe und Arbeitshandschuhe bitte selbst mitbringen. Leitern werden in geringem Umfang gestellt.

Treffpunkt: Streuobstwiese Hofferbertaue (Ecke Stieglitzgasse - Schwalbenweg). Parkmöglichkeiten sind gegeben.  
Karen Bopp  
Hofferbertaue  
Samstag, 11.03.2017, 09 - 14 Uhr  
23,10 €, 7 UE

### 17F110102 Faszination Südafrika

Südafrika ist ein spannendes Reiseziel. Mit diesem Vortrag bekommen sie einen ersten Einblick über Land und Leute. Südafrika ist eine Reise wert! Ein Land mit vielen landschaftlichen und kulturellen Höhepunkten wird Ihnen an diesem Abend vorgestellt.

Entdecken Sie das Land am Kap, halten Sie im Krügerpark Ausschau nach Löwen, Elefanten, Giraffen & Co. Kapstadts Lage zwischen Tafelberg und Meer ist einfach atemberaubend, werden Sie im Anschluss des Vortrages feststellen. Für viele Menschen ist eine Reise an das Kap der guten Hoffnung ein großer Lebens Traum. Jeder der diesen Ort besucht hat, kann dies bestätigen. Christiane Leischner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 07  
Donnerstag, 02.03.2017,  
18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



## Kultur und Kreativität



### Kultur macht stark

*In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.*

*Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.*

### 17F200101 Interkulturelle Kommunikation: Umgehen mit fremden Kulturen und Menschen - China exklusiv

Das Seminar zielt darauf ab, die Denk- und Verhaltensweisen von Menschen verschiedener kultureller Herkunft zu verstehen und der kulturellen Vielfalt kompetent zu begegnen. Es enthält eine allgemeine Einführung zur interkulturellen Kommunikation und versetzt die Teilnehmenden in die Lage, interkulturelle Situationen

erfolgreich zu beobachten und einzuschätzen.

Am Beispiel China werden Themen wie Kulturschock, Kulturunterschiede zwischen Deutschen und Chinesen, Sitten und Tabus behandelt. Darüber hinaus gibt die Kursleiterin Jian Chen aus China zahlreiche Reisetipps nach China.

Jian Chen  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 09  
Freitag, 09.06.2017, 19:30 - 21 Uhr  
6,60 €, 2 UE

### 17F200102 Tee aus dem Ursprungsland - Chinesische Teezeremonie und Teekultur

Teebrett, Teekännchen, Teeservice... „It's tea time!“ Nehmen Sie sich Zeit und genießen den Moment der Entspannung, fühlen Sie die Harmonie von Duft und Aroma.

China ist das Ursprungsland des Tees. Die Teekultur ist ein sehr wichtiges Element im Alltagsleben und auch bei sozialen Aktivitäten in China. In dieser Veranstaltung werden Sie die Geschichte des Tees bzw. die chinesische Teekultur erfahren. Wir laden Sie zu einer traditionellen chinesischen Teeverkostung und Teezubereitung ein. Während der Teezeremonie werden Sie insgesamt bis zu fünf Teesorten probieren. Hierzu werden chinesische und deutsche Köstlichkeiten (chadiao) gereicht. Schließlich dürfen Sie die Teezubereitung auch selbst probieren.

Es fallen pro Kursteilnehmer 5 € Materialkosten an, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Jian Chen  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 04  
Freitag, 03.03.2017, 16 - 19 Uhr  
13,20 €, 4 UE

### 17F200103 Vegane Küche aus China

Die chinesische Küche ist bekannt nicht nur aufgrund ihres genüsslichen Geschmacks, sondern auch wegen der gesunden Zutaten. Aus der buddhistischen Tradition heraus besitzt China eine lange Geschichte der veganen Küche. In diesem Kochkurs werden Sie verschiedene Zutaten und Zubereitungsmethoden kennenlernen. Insgesamt werden drei bis fünf vegane Gerichte zubereitet. Es wird chinesischer Grüner Tee serviert, ebenso gibt es Obst zum Nachtisch.

Zusätzlich zur Kursgebühr fallen 15 € pro Person für Lebensmittel und sonstige Materialien an, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Jian Chen  
SWG, Nachbarschaftszentrum  
Goetheviertel  
Freitag, 05.05.2017,  
17:30 - 21:15 Uhr,  
16,50 €, 5 UE

### 17F200104 Kochen wie die Chinesen - die original chinesische Küche

Die Chinesin Jian Chen wird Sie in diesem Kurs mit der chinesischen Kochkultur vertraut machen.

Sie wird Ihnen zeigen, wie man schnelles und gesundes Essen in nur 30 Minuten zubereiten kann, beispielsweise die beliebten chinesischen Klassiker wie gebratene Nudeln oder Reis und Frühlingssrollen. Zum Essen wird chinesischer Grüner Tee serviert, ebenso gibt es Obst zum Nachtisch.

Zusätzlich zur Kursgebühr fallen 15 € pro Person für Lebensmittel und sonstige Materialien an, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Jian Chen  
SWG, Nachbarschaftszentrum  
Goetheviertel  
Freitag, 07.04.2017,  
17:30 - 21:15 Uhr, 16,50 €, 5 UE

### 17F200105 Aus Liebe zum Kaffee: Grund- lagen- und Barista-Seminar

In diesem Seminar lernen Sie die theoretischen Grundlagen zum Thema Kaffee kennen und bekommen einen Einblick in das Berufsfeld eines professionellen Barista. Am ersten Abend geht es dabei vor allem um Kaffeesorten und Kaffeeanbau, um Verarbeitung und Röstung, um Zubereitungsarten von Kaffee, um Espresso, Wasser, Milch, um Kaffee und Kakao (Gemeinsamkeiten, Getränke aus Kaffee und Kakao) und um Latte



## Kultur und Kreativität



Art (Kunst, bei der durch Eingießen von aufgeschäumter Milch in den Espresso ein Cappuccino mit schönem Muster entsteht). Am zweiten Abend steht die praktische Kaffeezubereitung mit Espresso und Latte Art im Vordergrund. Sie lernen in der Praxis den Umgang mit einer Siebträgermaschine und produzieren Ihren eigenen Espresso mit Latte Art.  
Rainer Breitbart  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04  
montags, 24.04.2017 bis  
25.04.2017, 18:30 - 20 Uhr,  
2 Abende,  
40,00 €, 4 UE

Rainer Breitbart  
betreibt seit 2006  
eine eigene Rösterei  
und ein Ladengeschäft  
in Erfurt.



Ausgebildet wurde er im Cafeshop especial Wismar und von der Deutschen Röstergilde. Seit 2011 ist er Barista im Schulungszentrum der KAMAT-Group (Kaffee-Spezialist für Gastronomie) in Geschwenda. Sein Motto für diesen VHS-Kurs: „Mehr – Kaffeekultur, auch im privaten Bereich in Deutschland!“

### 17F202101 Intuitives Theater-Spielen

Jeder Raum ist Bühne des Alltags, auf der wir alle unsere „Rolle“ übernehmen. Der eigenen Lebensgeschichte auf den Spuren wird beim Theaterspielen das Reservoir unserer emotionalen Muster und Prägungen bewegt und neu erfahren. Es geht nicht darum, die eigene Biografie auszustellen, sondern tiefe, persönliche Erfahrungen und Erinnerungen zur Darstellung allgemeiner, ge-

sellschaftlich relevanter Themen, lebendig werden zu lassen. Theaterarbeit unterstützt und fördert selbst bestimmtes Denken und Handeln und eröffnet jene inneren Räume, in denen sich persönliche, tief verankerte Erfahrungen zeigen können. Selbsterleben ist ein unverzichtbarer Baustein für die eigene persönliche Entwicklung, für ein gesundes und verankertes Selbstbewusstsein. Zu diesem Theaterspiel ist jeder eingeladen. Durch das gemeinsame kreative Schaffen entsteht viel Freude.

Beate Göbel

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
mittwochs, 22.03.2017 bis  
07.06.2017, 16 - 17:30 Uhr,  
10 Nachmittage,  
70,00 €, 20 UE

Beate Göbel hat Schauspiel und Regie am Landestheater Innsbruck, am Bauhaus Dessau und in New York studiert. Neben Bühnen- und Regietätigkeit, DVD- und Hörbuchproduktionen, arbeitete sie regelmäßig mit Kindern, Jugendlichen und in Justizanstalten. Ihre Lehrtätigkeit führte sie u.a. an die Kinderuni Linz, die Bühnenwerkstatt Graz, die Vienna Musical School, an das Theaterpädagogische Institut für Angewandtes Theater in Wien u.a.m. Beate Göbel erhielt u.a. im Jahr 2001 den Nestroypreis (Ensemblepreis) für die Beste Off Theater Produktion Österreich. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit steht der Moment, den sie bevorzugt mit Methoden aus der Biografischen Theaterarbeit und dem Theater der Achtsamkeit erforscht.



### 17F205101 Bildnerischer Ausdruck

In diesem Kurs geht es um das sinnliche Erfassen und Wiedergeben des Gesehenen. Lernen Sie, zu beobachten und die unbegrenzte Möglichkeit der Linie zu entdecken. Unter Verwendung unterschiedlichster Mal- und Zeichnungsmittel, wie zum Beispiel Graphit, Kohle, Aquarell, Rötel, Kugelschreiber und Filzstift, erlernen Sie das Malen und Zeichnen.

Dieser Mal- und Zeichenkurs für erwachsene Teilnehmerinnen und Teilnehmer bietet die Möglichkeit, sich unter fachkundiger Anleitung kreativ zu entfalten. Als Kursleiterin möchte ich die Kurs Teilnehmer in ihren individuellen Anlagen bestärken und gleichzeitig technische Grundlagen vermitteln. Die Freude am Zeichnen und Malen, durch das künstlerische Ausprobieren stehen dabei im Vordergrund. Das schafft Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Jeder kennt die „Angst vor dem weißen Blatt“. Diese Angst zu nehmen, ist erklärtes Ziel meiner Arbeit. Ich möchte die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ermutigen, zu einer natürlichen Naivität in der Betrachtung zurückzufinden und dabei den Blick für das Schöne zu schärfen.

Julia Kneise  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 14  
montags, 06.03.2017 bis  
19.06.2017, 17:30 - 19:45 Uhr,  
10 Abende,  
75,00 €, 30 UE

Julia Kneise (Jg. 1985) besuchte von 1993 bis 2002 die Eisenacher Zeichenschule.



Nach dem Fachabitur für Gestaltung an der Walter-Gropius-Schule Erfurt studierte sie bis 2011 an der Kunsthochschule Kassel (Abschluss mit Auszeichnung). Sie schuf Illustrationen für Kinderbücher und für Kindergärten des DRK in Hannover-Münden und Umgebung und arbeitete für das Staatstheater Kassel im Bereich Bühnenbild. 2012 erhielt sie den Birgit-Bolsmann-Preis für Malerei. Julia Kneise ist seit 2012 freischaffende Künstlerin in Erfurt und hat seit 2013 einen Lehrauftrag an der Fachhochschule Erfurt mit Zeichenunterricht im Bereich Restaurierung und Konservierung.

### 17F205112 Experimentelle Acrylmalerei auf Leinwand

Schwerpunkt des Kurses ist experimentelles Arbeiten mit Acrylmalerei auf Leinwand. Wir schichten, schaffen Strukturen und entdecken die Möglichkeit des Materials.

Bitte mitbringen: Zwei bis drei Leinwände (Größe nach Bedarf), Kittel oder alte Kleidung. Zusätzlich fallen 10 € Materialkosten an, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Barbara Schweigert-Koßin  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
26.04.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
8 Abende  
40,00 €, 16 UE

### 17F205102 Zeichnen und Grafik- techniken für Anfänger und Fortgeschrittene

Das unmittelbare Sehen und Erleben stehen im Mittelpunkt dieses Kunstkurses. Denn nur, was den Zeichner innerlich beeindruckt, kann er auf seine einzigartige Weise auf dem Papier zum Ausdruck bringen. Die Kursleiterin Lydia Schindler zeigt Ihnen einige Tricks, wie Sie authentisch und überzeugend zeichnen. Diese Zeichnungen können Sie als Entwürfe für Linolschnitte nutzen oder diese als Linoldrucke anfertigen, z. B. in Form einer Grußkarte als kleines Andenken für einen liebevollen Menschen.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 14  
dienstags, 21.02.2017 bis  
30.05.2017, 16 - 17:30 Uhr,  
13 Nachmittage  
65,00 €, 26 UE

### 17F205103 Acrylmalerei: Basiswissen für Anfänger. Intensivkurs in den Osterferien

Dieser Intensivkurs in den Osterferien ist für Anfänger gedacht,

welche die Techniken der Acrylmalerei intensiv erlernen möchten. Es ist ratsam und hilfreich, einige Grundlagen zu kennen und zu verstehen, bevor man zu malen beginnt. Das Ziel dieses Kurses ist das Basiswissen zu vermitteln: Materialkunde, Hilfsmittel, Farblehre sowie einige Grundtechniken. Die ersten Farb-Treff-Übungen, die Sie ausprobieren dienen dazu, Acrylfarben besser anwenden zu können und beim Umgang mit Pinseln eine gewisse Leichtigkeit zu erreichen.

Die Motive, die im Kurs gemalt werden sind Landschaften, Blumen und abstrakte Kompositionen. Die Kursleiterin begleitet Sie dabei Schritt für Schritt.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 14  
montags - donnerstags,  
10.04.2017 - 13.04.2017,  
17 - 20 Uhr, 4 Veranstaltungen  
40,00 €, 16 UE

### 17F205104 Grundlagen und Techniken der Pastellmalerei - stimmungsvolle Landschaften, Blumen u.v.a.m. für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Pastellmalerei ist eine faszinierende Maltechnik. Die Farben haben eine große Leuchtkraft, sind leicht anzuwenden und haben eine samtige Oberfläche. Durch die Arbeit direkt mit den Fingern erlebt man eine Verbindung zwischen Malerei und Motiv. Der Künstler wird dadurch sehr einfühlsam und das führt zu sehr erfreulichen Resultaten. Dieser Kurs hat sich das Ziel gesetzt, Ihnen eine Anleitung zu geben und Sie im Umgang mit Pastellkreiden vertraut zu machen. Da keine Vorbereitungsarbeiten oder Trockenzeiten zu beachten sind, kann man direkt mit dem Malen beginnen. Sie werden überrascht sein, wie das einfach geht!

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 14  
dienstags, 28.02.2017 bis  
30.05.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
12 Nachmittage,  
60,00 €, 24 UE

### 17F205105 Faszinierende Aquarellmalerei: Malerische Landschaften für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist in erster Linie dem „Handwerk“ gewidmet. Sie können Ihr Wissen über Grundtechniken und die Arbeit mit Aquarellfarben festigen. Meine Vorführungen helfen Ihnen, diese Techniken richtig einzusetzen. Im Kurs werden Landschaften dargestellt - malerische Herbstwälder, romantische Winterlandschaften u.v.a.m. Durch die Farbperspektive lernen Sie z. B. auch, wie Sie ihren Bildern Räumlichkeit und Tiefe verleihen.

vhs

Sie können etwas,  
was andere lernen wollen?

Werden Sie Kursleiter  
an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht  
engagierte Kursleiterinnen und  
Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter  
vhs-th.de/kursleiter-werden  
oder bei Ihrer VHS!



Anzeige des Thüringer  
Volkshochschulverbands e.V.



## Kultur und Kreativität



Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
dienstags, 21.02.2017 bis  
30.05.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
13 Abende,  
65,00 €, 26 UE

### 17F205106 Ölmalerei

Auch wenn es heutzutage nur noch wenige starre Regeln gibt, wie die Farbe aufgetragen werden sollte, sind doch einige Richtlinien zu beachten, wenn man verhindern will, dass die Farbe rissig wird oder vergilbt. Wesentliche Prinzipien wie „fett über mager“, Kriterien für die Auswahl des am besten geeigneten Malgrundes, Komposition, Perspektive und vor allem die Farblehre werden im Kurs erläutert. Sie werden im Kurs Ölbilder mit verschiedenen Motiven malen, was Ihnen viel Spaß bereiten wird.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
mittwochs, 01.03.2017 bis  
10.05.2017, 15 - 18 Uhr,  
9 Nachmittage,  
90,00 €, 36 UE



### 17F205107 Blumenbilder und blühende Landschaften in Aquarell für Fortgeschrittene

Das Erlebnis, ein wunderschönes Stück Natur malerisch zu erfassen ist mindestens so beglückend wie der Blick und der Stolz auf das gelungene Werk. Vor allem aber: Wer selbst malt, beginnt die Welt mit anderen Augen zu sehen, auch die Welt der Blumen. Ihr Reichtum an Formen und Farben, ihre Anmut und Ausdruckskraft machen richtig Lust, sie malerisch festzuhalten. Freuen Sie sich über die Entdeckung dieser Farben und Formen! Thema des Kurses ist das bildnerische Gestalten von Blumen, Blüten und Knospen, als einzelne Motive und als Teil einer blühenden Landschaft. Auch blühende Bäume und Sträucher finden im Kurs ihre Beachtung. Die Kursteilnehmer lernen in erster Linie das Charakteristische zu sehen und zu begreifen, es zu verinnerlichen und dann malerisch umzusetzen. Im Kurs werden dafür benötigten Aquarelltechniken und die Arbeit mit dem Pinsel vermittelt. Auch wenn Sie sich mit den Aquarellfarben bereits

auskennen, so sollten Sie sich eine Einführung in die Grundlagen dieser Technik nicht entgehen lassen.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
31.05.2017, 19:30 - 21 Uhr,  
13 Abende,  
65,00 €, 26 UE

### 17F205108 Moderne Acrylmalerei: Balance Painting für Fortgeschrittene Teil 2

Ruhe und Stille sind in der modernen Gesellschaft ein kostbares Gut. In unserer hektischen Welt benötigen wir Zeit für Muse und Entspannung. Die eigenen vier Wände sind ein wichtiger Ort, wo wir abschalten können, um weitere Kräfte zu sammeln. So schaffen wir eine Balance in unserem Leben. Mit Bildern können wir unseren Wohnbereich dekorieren und ihm so das Flair der Ruhe geben. Trauen Sie sich Ihre Bilder zum Wohlbefinden selbst zu gestalten. Sie müssen nicht unbedingt „schön“ malen können. Es genügt die Sehnsucht nach Harmonie und Balance im Leben.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
18.05.2017, 17 - 19:15 Uhr,  
11 Nachmittage,  
82,50 €, 33 UE



### 17F205109 Meisterschule Aquarell- malerei für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für alle experimentierfreudigen Menschen konzipiert, die das Malen mit Aquarellfarben lieben und die Grundtechniken des Aquarellierens vertiefen möchten. Neu im Kurs ist die Arbeit mit Aquarellhilfsmitteln und Effekten. Sie erfahren weitere Arbeitsmöglichkeiten, die Sie zum Staunen bringen, z. B. die Kombination aus Aquarellfarben und Pastellkreide oder Aquarellfarben und Tusche. Die Realisierung effektvoller Bilder ist gar nicht so schwer, wie Sie vielleicht meinen. Viele Tipps und Tricks werden im Kurs vermittelt, die einiges leichter machen. Beim Aquarellieren von Blumen und Landschaften, Wasser und Wolken lernen auch Sie wirkungsvolle

Effekte zu setzen, die Ihre Werke verzaubern.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
18.05.2017, 19:30 - 21 Uhr,  
11 Abende  
55,00 €, 22 UE

Zu den Kursen von  
Frau Schindler finden Sie auf  
der Homepage  
[www.kunstkurse-eisenach.de](http://www.kunstkurse-eisenach.de)  
eine Liste der im Kurs  
benötigten  
Materialien.

### 17F205110 Kreativ am Vormittag: Ein Kunstkurs für Anfänger und Fortgeschrittene Teil 2

Sie können keine Abendkurse besuchen, möchten aber trotzdem künstlerisch tätig sein? Sie können sich nicht für eine bestimmte Technik entscheiden, möchten stattdessen vieles ausprobieren? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! An fünf Vormittagen haben Sie die Gelegenheit, mehrere Techniken und Gestaltungsmöglichkeiten zu erlernen und unterschiedliche Materialien anzuwenden, z. B. Pastellkreide, Aquarellfarben oder Acryl. Im Kurs malen Sie Landschaften und Blumen, Stillleben und Tiere.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
06.04.2017, 11 - 13:15 Uhr,  
5 Vormittage,  
37,50 €, 15 UE

### 17F205111 Grundlagen und Techniken der Aquarellmalerei - ein Workshop für Anfänger

Dieser Workshop ist für alle kreativen Menschen konzipiert, die von der Aquarellmalerei fasziniert sind und das Aquarellieren grundlegend erlernen möchten. Er gibt Einblicke in die Aquarell-Grundtechniken und die Arbeit mit dem Pinsel. Er bereitet die Teilnehmer für die regulären Aquarell-Kurskurse der VHS vor. Weitere Schwerpunkte sind Materialkunde, Farblehre und Farbmischungen. Sie malen Landschaften und Blumen, lernen verschiedene Materialien und den Umgang mit transparenten Farben kennen.

Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
Samstag, 04.03.2017, 11 - 16 Uhr  
30,00 €, 12 UE

### 17F205113 Porträtmalen mit Ölmalerei

Das Faszinierende an Gesichtern ist ihr sprechender Ausdruck. Ein Porträt zu zeichnen oder zu malen ist ein komplizierter und psychologisch spannender Vorgang, der oft lange Zeit in Anspruch nimmt. Das Zeichnen und Malen von Porträts stellt eine besondere Herausforderung dar. Nicht nur deshalb, weil beim Porträt eine genaue Beobachtungsgabe erforderlich ist, sondern weil es darüber hinaus im Porträt um viel mehr geht, als nur um eine naturgetreue Abbildung. Beim Porträtieren geht es darum, Stimmungen und Gefühle einzufangen und wiederzugeben. Dieser Kurs hat zum Ziel, den Teilnehmern ein umfangreiches Wissen über Porträtzeichnen und -malen zu vermitteln. Wie geht man am besten vor, wenn man das treffen will, was Ähnlichkeit, Wesen und Charakteristik einer Person ausmacht? Diese und viele weitere Fragen werden im Kurs beantwortet. Weitere Schwerpunkte sind die Darstellung der Proportionen, der Pose, der Plastizität eines Gesichts und nicht zuletzt die Arbeit mit Ölmalerei.

Achtung: Honorare für Modelle werden gesondert berechnet!  
Lydia Schindler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
montags, 06.03.2017 bis  
29.05.2017, 20 - 21:30 Uhr,  
10 Abende,  
50,00 €, 20 UE

### 17F205701 Malzwerge (bis 7 Jahre)

„Als Kind ist jeder ein Künstler, die Schwierigkeit liegt nur darin, als Erwachsener einer zu bleiben.“ (Pablo Picasso)

Dieser Mal- und Zeichenkurs für Kinder von vier bis sieben Jahren soll begeisterten jungen Künstlern die Möglichkeit geben, sich kreativ zu entfalten. Die Freude am Malen und Zeichnen steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollen Kinder in ihrer Fantasie bestärkt und zugleich ermutigt werden, ihre eigenen Fähigkeiten und Ausdrucksformen spielerisch zu entdecken und auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedenster Materialien und Arbeitsmittel sollen die Kursteilnehmer die Vielseitigkeit von Zeichnung und Malerei kennen lernen. Als Kursleiterin ist es mir dabei wichtig, die Kinder in ihrem kindlichen Mut, ihrer Fantasie und ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge nicht zu bremsen, sondern zu eigenen Positionen zu ermutigen.

Julia Kneise  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
montags, 06.03.2017 bis  
19.06.2017, 14 - 15 Uhr,  
10 Nachmittage  
32,50 €, 13 UE

### 17F205702 Comic-Kurs für junge Künstler (7 bis 12 Jahre)

Dieser Zeichenkurs soll begeisterten jungen Künstlern und Comic-Freunden die Möglichkeit geben, sich kreativ zu entfalten. Die Freude am Zeichnen, Malen und dem bildhaften Erzählen steht dabei im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung sollen Kinder und jugendliche Zeichner in ihrer Phantasie bestärkt werden und zugleich ermutigt, ihre eigenen Ausdrucksformen zu entdecken und auszuprobieren. Unter Verwendung verschiedenster Arbeitsmittel, wie Bleistift, Tusche, Aquarellfarben, Bunt- und Faserstift, sollen die Kursteilnehmer die Vielseitigkeit der Comic-Darstellung kennen lernen. Mit Spaß und Freude am Erzählen des Erlebten, durch Erfinden von Figuren und Geschichten oder Illustrieren von Bekanntem werden in diesem Kurs ganz individuelle Formsprachen gefunden. Am Ende des Kurses soll ein eigenes Comic-Heft eines jeden Kursteilnehmers entstehen, dessen erfundene oder erlebte Geschichte eigenhändig kreativ umgesetzt und gestaltet werden kann.

Mir als Kursleiterin ist es dabei wichtig, die Teilnehmer in Ihrem kreativen Mut, ihrer Phantasie und ihrer unverstellten Sicht auf die Dinge nicht zu bremsen, sondern zu eigenen Positionen zu ermutigen.

Dieser Kurs ist für Kinder und Jugendliche von 7 bis 12 Jahren konzipiert.

Julia Kneise  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 14  
montags, 06.03.2017 bis  
19.06.2017, 15:30 - 17 Uhr,  
10 Nachmittage,  
50,00 €, 20 UE

### 17F207101 Samba - Trommeln - Afro- brasilianische Percussion

Dieser Kurs richtet sich an Rhythmusbegeisterte ohne oder mit geringen bis mittleren Vorkenntnissen.

Samba ist Brasilien, ist der Herzschlag einer ganzen Nation, der unterschwellige Puls von Megastädten wie Rio de Janeiro, São Paulo, Salvador de Bahia, im Karneval wochenlang von allen zelebriert.

Wir werden uns in diese mitreißende Rhythmuslandschaft begeben und alle gängigen, originalen Sambatrommeln kennenlernen. Von den ersten Übungen zu Technik und Grundstimmen an den Instrumenten, werden wir ein einfaches Arrangement eines Sambagrooves und die typische Spielweise der Sambagruppen erlernen. Alle Instrumente sind mehrfach vorhanden.



## Kultur und Kreativität



Sven Lauterbach  
Sporthalle des Ernst-Abbe-Gymnasiums, Theaterplatz, Eingang Helenenstraße  
donnerstags, 02.03.2017 bis  
15.06.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
10 Abende,  
50,00 €, 20 UE



*Mein Name ist Sven Lauterbach und ich beschäftige mich seit vielen Jahren intensiv mit Afro Brasilianischen Rhythmen, spiele leidenschaftlich Handtrommeln wie Djembe, Conga, Timba und bin einer der Anleiter von Sin Nombé (Sambaband). In mir trage ich die lebhafteste Begeisterung für den handgemachten Groove. Studienreisen nach Afrika und Brasilien haben in mir den Wunsch erzeugt diese Begeisterung weiterzugeben. Anfang 2016 habe ich die „Raizes do Brasil“ (die Wurzeln Brasiliens) Ausbildung bei Dudu Tucci erfolgreich abgeschlossen. In diesen Jahren werde ich zum ersten mal einen öffentlichen Kurs Samba – Trommel anbieten.*



### 17F209102 Stepp-Tanz

Sie lieben alte Filme mit Ginger Rogers und Fred Astaire oder Songs wie „Puttin' on the Ritz“ von Taco und haben Lust, die dort gezeigten Stepp-Schritte zu erlernen? Oder Sie lieben die rasanten Choreographien von Lord of the Dance? Dann bietet Ihnen unser Stepp- und Tap Dance-Kurs die Möglichkeit dazu. Alles was Sie brauchen, sind ein Paar Stepp-Schuhe und schon kann es losgehen.

Sigrid Schreiber  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10  
dienstags, 21.02.2017 bis  
09.05.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
10 Abende,  
56,00 €, 20 UE

fertigkeiten zu erweitern, diese im freien Tanzen auszuprobieren und einfach Spaß am Swing und Lindy Hop zu haben.  
Empfohlen werden: flache Absätze, Handtuch und Getränke.  
Steffen Fiedler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
samstags, 25.02.2017 bis  
17.06.2017, 17 - 22 Uhr,  
6 Abende  
96,00 €, 24 UE



### 17F209105 Lindy Hop - Swing Dance für Fortgeschrittene

Let's dance to swing music! Let's dance Lindy Hop! Die Urgroßmutter von Jive, Rock'n'Roll und Boogie Woogie ist vielseitig einsetzbar, enthält dynamische Bewegungsideen und ist für Alt und Jung geeignet. Dieser Kurs ist für Anfänger mit Grundkenntnissen und Fortgeschrittene geeignet, die Ihre Tanzfertigkeiten erweitern möchten.

Empfohlen werden: flache Absätze, Handtuch und Getränke.  
Steffen Fiedler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
mittwochs, 08.03.2017 bis  
24.05.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
10 Abende,  
80,00 €, 20 UE

### 17F209106 Tango Argentino „desde el principio“ - Crash-Kurs: Einführung (TA 1)

In diesem Crash-Kurs können Sie die ersten Schritte des Tango Argentino „desde el principio“ (= von Beginn an) erlernen. Sehr willkommen sind Paare. Auch interessierte Einzelpersonen können teilnehmen. Diesen kann jedoch, trotz Bemühung darum, kein Tanzpartner garantiert werden. Ihr Dozent Erik Kuhlmann, Jahrgang 1960, tanzt seit seiner Jugend Standard und Latein. Seit nunmehr 18 Jahren widmet er sich dem Tango Argentino.  
Erik Kuhlmann  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13

Samstag, 13.05.2017,  
14 - 17:30 Uhr,  
22,40 €, 8 UE



### 17F209107 Tango Argentino „desde el principio“ - Crash-Kurs: Einfache Tango-Technik (TA 2)

In diesem Crash-Kurs (TA 2) vertiefen Sie die im Einführungskurs (TA 1) erlernten ersten Schritte des Tango Argentino und erlernen einfache Tanztechniken „desde el principio“ (= von Beginn an). Sehr willkommen sind Paare. Auch interessierte Einzelpersonen können teilnehmen. Diesen kann jedoch, trotz Bemühung darum, kein Tanzpartner garantiert werden.

Ihr Dozent Erik Kuhlmann, Jahrgang 1960, tanzt seit seiner Jugend Standard und Latein. Seit nunmehr 18 Jahren widmet er sich dem Tango Argentino.  
Erik Kuhlmann  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
Samstag, 10.06.2017,  
14 - 17:30 Uhr,  
22,40 €, 8 UE

### 17F212101 Binseneier-Werkstatt

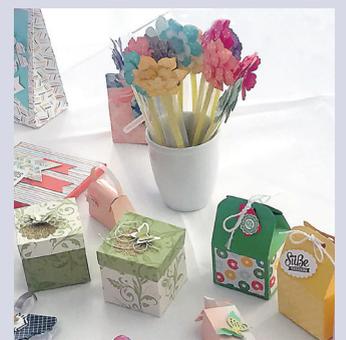
In dieser vorösterlichen Werkstatt können Sie eine ganz spezielle „Isenächer“ Kunsthandwerkstradition erlernen: Das Verzieren der Binseneier. Seit 1823 spricht man konkret von Eiern, die mit „Binsen und Lappchen von verschiedener Farbe belegt“ sind. Sie gehören zum Frühjahrsbeginn in unsere Stadt wie der Sonntag Lätare und der sich nach diesem Datum richtende Eisenacher Sommergewinn. Die Frühlingssymbole werden mit Stoffteilchen beklebt und mit dem Mark von Binsen verziert. Traditionelle Muster wie Spiralen, Rosetten und Wellen haben ihre spezielle und glücksverheißende Bedeutung, machen sich wunderschön im Osterstrauch und sind liebevolle Geschenke für Ostergäste.

Mitzubringen sind ausgeblasene Eier, Schere und Kleber (Kaltleim).  
Edda Zachen  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05  
dienstags, 07.03.2017 bis  
21.03.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
3 Abende,  
15,00 €, 6 UE

### 17F212102 Stempeln, Stanzen und Gestalten: Karten, Geschenkverpackungen, Dekoration

Papier, dieses Alltagsmaterial, bietet sich wie kaum ein anderer Gegenstand zum kreativen Gestalten an. Kein anderes Material ist so vielseitig, spricht unsere Kreativität und Fantasie so an, wie Papier. Man kann das Papier beschreiben, reißen, falten, schneiden, stanzen, prägen, bestempeln und dadurch sehr persönliche, wunderbare und einzigartige Karten, Geschenkverpackungen, Geschenkanhänger oder Heimdekorationen gestalten, zur eigenen Freude oder noch besser, zum Verschenken. Gemeinsam mit anderen „Papiergestaltern“ macht es gewiss noch einmal soviel Spaß. Mitzubringen sind Papierschere, Lineal (30 cm), Bleistift und Lochwerkzeug (Prickelnadel). Zusätzlich zur Kursgebühr wird eine Kostenpauschale in Höhe von 24 € für das erforderliche Material erhoben, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Jana Steinhäuser  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04  
montags, 08.05.2017 bis  
29.05.2017, 17 - 19:15 Uhr,  
4 Nachmittage,  
30,00 €, 12 UE



### 17F213101 Stricken, Häkeln und Strickfilzen für Anfänger, Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene - Ein generationsübergreifender Maschen-Treff für Jung und Alt, für Frau und Mann

Handgemacht liegt wieder voll im Trend, denn jedes Projekt entsteht von Hand und mit Herz. Es ist ein ganz besonderes Gefühl, mit seinen eigenen Händen Dinge entstehen zu lassen und sich oder einen geliebten Menschen mit Unikaten glücklich zu machen. Außerdem macht Handar-

### 17F208401 Musikalische Reise am Mittag mit der Kammermusik der Wartburgstadt

Monica Ripamonti-Taylor und Yuliya Roberts spielen Werke für Klavier zu vier Händen.

Karten sind bei der Eisenacher Tourist-Information im Stadtschloss oder an der Abendkasse erhältlich.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
Donnerstag, 16.02.2017,  
12 - 14:30 Uhr



### 17F208402 Musikalische Reise am Mittag mit der Kammermusik der Wartburgstadt

Seth Taylor (Violine) und Alexey Pudinov (Klavier, Frankfurt a. M. und London) spielen Sonaten von Edvard Grieg und Richard Strauss. Karten sind bei der Eisenacher Tourist-Information im Stadtschloss oder an der Abendkasse erhältlich.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
Donnerstag, 02.03.2017,  
12 - 14:30 Uhr





## Kultur und Kreativität



beit Spaß und ist Entspannung pur vom stressigen Alltagsleben. Sie möchten das Stricken, Häkeln oder Strickfilzen erlernen oder Sie möchten Ihre Fähigkeiten auffrischen? Willkommen sind auch alle Handarbeitsinteressierten, die sich in geselliger Runde austauschen möchten. In diesem Kurs erlernen Anfänger die Grundtechniken im Stricken und Häkeln und erhalten eine Einführung in die Strick- und Häkelschrift, so dass Sie Anleitungen lesen und selbst umsetzen können. Dieser Kurs richtet sich aber auch an Fortgeschrittene, die ihre Kenntnisse und Fertigkeiten erweitern wollen. Die Teilnehmer bekommen Anregungen, können Fragen stellen und sich mit anderen netten Woll-Fans austauschen. Im Kurs werden alle einzelnen Arbeitsschritte besprochen und das entsprechende Stück gefertigt. Die persönlichen Projekte werden in einem Ideenaustausch beim

ersten Treffen abgesprochen. Bei Bedarf werden Wolle und Nadeln für das Wunschunikat (Filzschuhe, Schals, Tücher, Mützen, Handytaschen, Deko o.a.) zum Vorzugspreis gestellt. Bianca Mubarak VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05 dienstags, 21.02.2017 bis 13.06.2017, 19:30 - 21 Uhr, 5 Abende, 75,00 €, 30 UE



### 17F214101 Nähkurs für Modebewusste: Grundtechniken

Selbst nähen liegt wieder genauso im Trend wie in den 1960er Jahren: Mit den Händen selbst ein Garderobenstück schaffen, in dem man sich rundum wohl fühlt und das die eigene Persönlichkeit ausdrückt - das hat was! Vor der Umsetzung steht das Erlernen der Grundtechniken, die Ihnen in diesem Kurs nahe gebracht werden. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen 15 € pro Person für Nähzubehör und sonstige Materialien an, die zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten sind. Für diesen Kurs ist es unbedingt erforderlich, dass Sie jeweils Ihre eigene Nähmaschine mitbringen!  
Irene Semelka  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10

mittwochs,  
08.03.2017 bis 24.05.2017,  
09 - 11:15 Uhr,  
10 Vormittage,  
75,00 €, 30 UE

### 17F214102 Vom Entwurf zum Unikat: Kleiderwerkstatt

Mit etwas Näherfahrung kann sich jeder sein individuelles Kleidungsstück anfertigen. Wir entwerfen unser Modell form- und maßgerecht für den eigenen Körper. Verschiedene textile Stoffe werden ausgewählt und nach Zuschnitt und Verarbeitung körpergerecht angepasst. Wir lernen Schnittformen kennen und modellieren an der Schneiderpuppe. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen 15 € pro Person für Nähzubehör und sonstige Materialien an, die zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten sind. Für diesen Kurs ist es unbedingt erforderlich, dass

Sie jeweils Ihre eigene Nähmaschine mitbringen!  
Irene Semelka  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10  
montags, 06.03.2017 bis 29.05.2017, 18 - 20:15 Uhr,  
10 Abende, 75,00 €, 30 UE

*Irene Semelka (Jg. 1962) ist gelernte Textiltechnikerin und studierte Diplom-Textildesignerin. Seit 1991 ist sie Mitglied des Bundesverbandes Bildender Künstler. Sie arbeitet als freischaffende Designerin und Textilkünstlerin zu nächst im Bekleidungs-, später auch im Innenraumbereich (Gestaltung von öffentlichen Räumen, z.B. in Krankenhäusern, Soffherstellung für Bilder und Leuchten). Mehrere Arbeitsaufenthalte führten sie nach Indonesien / Zentraljava (Batikwerkstatt Nora Gunawan). Seit 2014 betreibt Irene Semelka ein Atelier in der Eisenacher Lutherstraße.*




## Gesundheitsbildung



### „VHS macht gesünder!“

*Dies belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Der Hirnforscher Gerald Hüther ist überzeugt, dass „Begeisterung Dünger für das Gehirn“ ist und weist in seinen Schriften immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnis. Hier werden Sachinformation und Lernen mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.*

### 17F300101 Reiki - Helfende Hände

Reiki kommt aus dem Japanischen und bedeutet „universelle Lebensenergie“. Dieser Kurs führt in die Grundlagen des Reiki ein und vermittelt den Umgang und die Möglichkeiten dieser Lebensenergie mittels Übertragung durch Handauflegen und Konzentration. Reiki, vom japanischen Mönch Mikao Usui wiederentdeckt, ist ein Prozess, der die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert und beim Stressabbau hilft. Decke, warme Strümpfe, evtl. Sitzkissen und Wasser bitte mitbringen.  
Gabriele Sauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13

Samstag, 22.04.2017, 09 - 16 Uhr  
22,40 €, 8 UE

### 17F300103 Körperübungen mit Feldenkrais

Die Feldenkrais-Methode ist nach ihrem Begründer Moshé Feldenkrais benannt. Durch sanfte Körperübungen schulen Sie Ihr körperliches Bewusstsein und Ihre Wahrnehmungsfähigkeit und lernen dabei gelenkschonende Bewegungsabläufe zu finden. Einsatz findet die Feldenkrais-Methode vor allem in der Prävention, Gesundheitsförderung und Rehabilitation. Da eingefahrene Bewegungsmuster, die im Alltag unbewusst entwickelt wurden, zur Überlastung einzelner Mus-

keln und Gelenke führen können, hilft die Methode u.a. bei Bewegungseinschränkungen, Muskelverspannungen und auch chronischen Schmerzen. Ziel ist es, die Beweglichkeit zu verbessern, Stress abzubauen und ein besseres Körpergefühl und Wohlbefinden zu erlangen.  
Karsten Voigtländer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
Samstag, 04.03.2017, 10 - 15 Uhr  
19,80 €, 6 UE

### 17F300104 Wechseljahre - Chancenjahre

**Wechseljahre - Auftakt zu einer neuen Lebensphase**  
Wussten Sie, dass Wechseljahre ca. 14 Jahre dauern und mit Anfang / Mitte 40 beginnen? Es ist ein Wandel den jede Frau erlebt, ähnlich wie die Pubertät. Allerdings reagiert hier jede Frau ganz individuell. Hier verändert sich nicht nur körperlich eine Menge - auch im Kopf passiert ganz viel. Man sieht vieles mit anderen Augen, empfindet anders, reagiert anders. Oft hört man dann: „Bist du heute wieder gereizt!“ oder „Sei doch nicht so empfindlich!“ usw. Leider sind die Wechseljahre noch immer ein gesellschaftliches Tabu in unserer Zeit. Zwei von drei Frauen haben dann mit dieser Umstellung im Körper ziemlich schwer zu kämpfen. Dieser Vortrag richtet sich an alle Frauen 40+.  
- Woran erkennt man Wechseljahre?  
- Auf welche Wechseljahre-Symptome sollte „Frau“ vorbereitet sein?  
- Was tun? - Praxistipps

Birgit Neubert  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09  
Samstag, 18.03.2017,  
14 - 16:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE



### 17F300401 Kopfschmerz - ein unangenehmer Begleiter!

Kopfschmerzen sind für viele Menschen eine unangenehme, oft auch lebenslange Begleitung. Doch nicht jeder Kopfschmerz ist gleich, ob Spannungskopfschmerz oder Migräne, Kopfschmerzen haben eine sehr individuelle Verarbeitung. Der Vortrag zeigt zunächst die häufigsten Ursachen von Kopfschmerzen auf, klärt über Behandlungsideen und Therapiekonzepte auf und soll dann zeigen, dass Kopfschmerzen auch langfristig beherrschbar sein können.  
Alexander Strickler ist Leitender Oberarzt der Klinik für Neurologie am St. Georg Klinikum Eisenach.  
Alexander Strickler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09  
Montag, 08.05.2017,  
18:30 - 20 Uhr,  
gebührenfrei, 2 UE



### 17F300901 Gehirnjogging: Gedächtnis- und Konzentrationstraining

Wer rastet, der rostet - auch im Kopf. Um gegenzusteuern, braucht es vielfältige Anregungen. Unsere „grauen Zellen“ wollen gefördert und angeregt werden.  
Im Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Gedächtnis gezielt in Schwung bringen, Ihre Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit steigern können. Wenn Sie schon immer mal wissen wollten, welche Tricks die Gedächtnismeister so drauf haben, im Kurs dürfen Sie diese selbst ausprobieren.  
Für diesen Kurs ist niemand zu jung oder zu alt, denn nicht das perfekte Ergebnis zählt, sondern die Freude am Ausprobieren.  
Dr. Petra Frank  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02  
montags, 06.03.2017 bis 29.05.2017, 10:15 - 11:45 Uhr,  
10 Vormittage,  
56,00 €, 20 UE



## Gesundheitsbildung

**17F301101  
Hatha-Yoga mit  
Vorkenntnissen**

Grundsätzlich kann jeder Mensch Yoga praktizieren! Yoga ist eine altindische Heil- und Lebensphilosophie zur Verbesserung der Lebensqualität. Yogaübungen vermitteln ein gutes Körpergefühl, regen den Kreislauf an, kräftigen die Muskulatur und machen den Körper flexibel. Verschiedene Übungen verstärken die Durchblutung der Organe, andere verbessern den Gleichgewichtssinn. Die Atemübungen versorgen Körper und Gehirn reichlich mit Sauerstoff. Die Meditationsübungen beruhigen den Geist, helfen Stress abzubauen und somit eine tiefere innere Balance und Ausgeglichenheit zu entwickeln.

Birgit Ritter  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
15.06.2017, 19:30 - 21 Uhr,  
12 Abende;  
67,20 €, 24 UE

**17F301102  
Sheng Zhen Qi Gong:  
„Qi Gong des Herzens“**

Sheng Zhen bedeutet bedingungslose Liebe. Qi ist als Lebensenergie zu verstehen. Gong bedeutet Praxis und Austausch der Energie zwischen Mensch und Natur. Bedingungslose Liebe ist die reinste Energie des Herzens. Deshalb ist Sheng Zhen Qi Gong das „Qi Gong des Herzens“. Sheng Zhen Qi Gong besteht aus insgesamt 13 bewegten oder auch unbewegten Formen, die stehend, sitzend auf einem Kissen, auf dem Stuhl oder Hocker und auch liegend ausgeführt werden. Sheng Zhen Qi Gong hat drei Hauptfunktionen. Erstens ist es für die physische Gesundheit gut. Die Übungen helfen, die Muskeln aufzubauen und die Sehnen zu stärken. Die Wirbelsäule und Gelenke werden gelockert. Die Organe werden massiert. Der Körper wird geschmeidig und kraftvoll. Zweitens wirkt Sheng Zhen Qi

Gong auf die Gefühle ein. Ein regelmäßiges Üben ist der wahre Weg zur Ruhe und Gelassenheit, weckt neue Lebensgefühle und Freude. Es hilft Stress, Nervosität, Wut, Sorge und Unzufriedenheit abzubauen, bringt Körper und Geist in Einklang. Drittens öffnet und reinigt Sheng Zhen Qi Gong das Herz. Während des Übens verbindet sich die Achtsamkeit mit der Bewegung, sanft und anmutig, ein Genuss der Leichtigkeit entsteht und ermöglicht geistige Ausgewogenheit.

Das tiefere Ziel des Sheng Zhen Qi Gong ist die Rückkehr zur Ganzheit und Natürlichkeit und damit verbunden die Erfahrung von innerem Frieden und Liebe. Sheng Zhen Qi Gong ist ein Weg der nach einer tiefen inneren Stille und Gelassenheit strebt.  
Beate Göbel  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
mittwochs, 22.03.2017 bis  
07.06.2017, 14:30 - 15:30 Uhr,  
10 Nachmittage;  
39,20 €, 14 UE

**17F301103  
Autogenes Training**

Autogenes Training können Sie im Sitzen und im Liegen durchführen. Der Begriff „autogen“ leitet sich aus den griechischen Wörtern „autos“ = „selbst“ und „genos“ = „erzeugen“ ab. Das bedeutet: Beim Autogenen Training erzeugt man selbst etwas. Man bringt sich selbst zur Ruhe. Als Hilfsmittel dienen einfache Leitsätze wie: „Mein rechter Arm ist angenehm schwer. Ruhe kommt ganz wie von selbst.“ Inzwischen ist das Autogene Training eines der am häufigsten angewandten Entspannungsverfahren und eines der besterforschten. Zahlreiche Studien zeigen eindrucksvoll: Autogenes Training versetzt den Körper schnell in einen Ruhezustand.

Bitte bringen Sie zum Kurs eine eigene, weiche und bequeme Matte und eventuell eine Decke mit, die zum Entspannen einlädt.  
Dr. Petra Frank  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
01.06.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
10 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F301104  
Techniken der Meditation**

Durch regelmäßige Meditation kann man Krankheiten vorbeugen und bei akuter Erkrankung können damit Beschwerden gelindert und andere Behandlungsmethoden unterstützt werden. Meditation bringt Entspannung, Kraft, Ruhe und innere Gelassenheit. Sie regt die Selbstheilungskräfte an und erhöht das allgemeine Wohlbefinden. Diese Methode ist einfach, alltagstauglich und wir-

kungsvoll. An zehn Abenden können Sie Erfahrungen mit der Kraft Ihrer Gedanken sammeln.

Gabriele Sauer  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr.  
47/49, Gymnastikraum  
dienstags, 21.02.2017 bis  
09.05.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
10 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F301105  
Tai Chi Qi Gong in 28  
Schritten am Vormittag**

„Qi“ steht für Lebensenergie, „Gong“ bedeutet so viel wie „stetiges Üben“. Die Übungen des Qi Gong sollen dabei helfen, das Qi frei durch den Körper fließen zu lassen und Blockaden im Körper zu lösen. Sie können im Stehen, Sitzen und Liegen ausgeführt werden. Es gibt auch Übungen, bei denen keine äußere Bewegung sichtbar ist. Tai Chi und Qi Gong können die Selbstheilungskräfte und die Immunabwehr unterstützen. Die Konzentration auf die Atmung, Bewegung und die innere Aufmerksamkeit wirkt entspannend und stressabbauend.

Evelin Cramer-Stein  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
01.06.2017, 11 - 12:30 Uhr,  
10 Vormittage;  
56,00 €, 20 UE

**17F301106  
Tai Chi**

Tai Chi ist eine chinesische Kampf- und Bewegungskunst, die gesundheitliche Aspekte, Meditation und Kampfkunst vereint. Die Übungen haben zum Ziel, Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Die Abfolge einzelner Tai Chi Übungen wird als Form bezeichnet. Es werden die Prinzipien, die einer jeden Form zugrunde liegen, wiederholt geübt und verinnerlicht.

Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.  
Evelin Cramer-Stein  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
01.06.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
10 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F302101  
Gesünder, schlanker und  
glücklicher durch Callanetics**

Callanetics ist ein Gymnastikprogramm, das ursprünglich als Hilfe bei orthopädischen Beschwerden entwickelt wurde. Sanfte wiederholende Bewegungen trainieren gelenkschonend alle Muskelgruppen und straffen den gesamten Körper ohne Muskelpakete aufzubauen und übersäuern zu wirken. Neben der Stärkung der Tiefenmuskulatur wird die Dehnungsfähigkeit erhöht. Es

ist eine sehr effektive Methode, die mit geringem Aufwand und ohne schweißtreibend zu sein für maximalen Erfolg sorgt: Wiedergewinnung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination, besseres Körpergefühl, Entlastung der Wirbelsäule, Stärkung der Beckenbodenmuskulatur, bessere Körperhaltung, strafferes Bindegewebe, mit positivem Effekt auf die Psyche und das Selbstbewusstsein. Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die einen geeigneten Einstieg suchen, ihren Körper in einen besseren Trainings- und Gesundheitszustand zu bringen und nebenbei ihre Figur formen möchten. Er ist auf jeden Menschen und seinen Fitnessstand zugeschnitten und daher für jede Altersgruppe geeignet.

Bitte bringen Sie sich bequeme Kleidung, warme Socken, eine Matte und eventuell eine Decke oder ein Handtuch zum Unterlegen mit.  
Friederike Wünscher  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
dienstags, 16.05.2017 bis  
20.06.2017, 17 - 18:30 Uhr,  
6 Abende;  
33,60 €, 12 UE

**17F302102  
Aroha®**

Wer sich ausgepowert fühlt, sollte einen Ausgleich zum Stress schaffen. Mit Aroha® gelingt das schnell und nachhaltig. Weichen Bewegungen folgen starke, kraftbetonte Abläufe. Der ständige Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung hält Körper und Geist auf Trab. Die Bewegungen sind leicht und intensiv, was sich positiv auf Herz und Kreislauf auswirkt und nebenbei noch die Fettverbrennung ankurbelt. Der Einstieg ist für Teilnehmer aller Altersgruppen möglich. Ein sinnliches Work out, bei dem der Körper gespürt und durch das Ausagieren von Aggressionen der eigenen Lebensenergie neuen Raum gegeben wird.

Birgit Volkmar  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
mittwochs, 01.03.2017 bis  
31.05.2017, 20 - 21 Uhr,  
12 Abende;  
44,80 €, 16 UE

**17F304101  
Faszination Naturheilkunde**

Dieser Kurs soll einen allgemeinen Überblick und spannende Informationen zu naturheilkundlichen Themen liefern. Es werden einschlägige Methoden der Naturheilkunde vorgestellt, u.a. Akupunktur, Fußreflexzonentherapie, Phytotherapie, Kinesiologie und Homöopathie. Deren Wirkungsweise sowie die physiologischen Hintergründe werden erläutert und anhand praktischer Übungen veranschaulicht. Raum für

Fragen wird in jedem Kursteil gegeben sein.

Die Kursleiterin ist Diplom-Biologin (Anthropologin), Ernährungsberaterin sowie ausgebildete und praktizierende Heilpraktikerin.  
Friederike Wünscher  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 7  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
01.06.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
12 Abende;  
67,20 €, 24 UE

Friederike  
Wünscher



Mit dem Kurs möchte ich Interessierten Naturheilkunde näher bringen, informieren über die Anwendung und Wirkungsweise naturheilkundlicher Therapie und Diagnosemethoden und ihr Potential als wertvolle Komplementärmedizin herausstellen.

**17F304102  
Trockenes Auge - Ein Thema  
zum Weinen! - Vortrag**

Dieser Vortrag richtet sich an Menschen, die mit trockenen oder tränenden Augen immer wieder Probleme haben oder sich für die Gesunderhaltung ihrer Augen interessieren.

Die Kursleiterin ist Augenoptikmeisterin und Ganzheitliche Sehtrainerin. Sie vermittelt Ihnen gerne theoretische Grundlagen, wie Anatomie und Funktionsweise der Augen, Sehhygiene (Was belastet unsere Augen?), das Erlernen verschiedener Seh- und Augenübungen, Ursachen des trockenen Auges und Handhabungen und Übungen, um den Tränenfluss anzuregen.

Susanne Hitschold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06  
Dienstag, 07.03.2017,  
19 - 20:30 Uhr;  
6,60 €, 2 UE

**17F304103  
Trockenes Auge - Ein Thema  
zum Weinen! - Praxis**

Dieser Kurs schließt sich optional an den Vortrag an. Hier Erlernen Sie vertiefend verschiedene Seh- und Augenübungen, Ursachen des trockenen Auges und Handhabungen und Übungen, um den

**DIABETES  
RATGEBER**

Ich beweg' mich

**Hinweis**

Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen zu allen Gesundheitskursen eine eigene Matte und ein eigenes Thera-Band mit.



## Gesundheitsbildung



Tränenfluss anzuregen. Ziel des Kurses und der Übungen ist Ihre Augengesundheit!  
Susanne Hitschold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09  
dienstags, 14.03.2017 bis  
28.03.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
3 Abende;  
16,80 €, 6 UE

**17F209101**  
**Tanz Dich fit!**

Bewegung hält jung und gesund! Wenn Sie zur Musik mit Tanz ausgeführt wird, hat es noch einen positiven Effekt zur Stabilisierung der persönlichen Rhythmik, Kondition und Koordination. Mit Isolationstraining, Stretching und Schrittkombinationen ist der Kurs ein idealer Ausgleich zum täglichen Arbeitsleben. In der Gemeinschaft und bei toller Musik mit ausgesuchten Übungen ist es ein Angebot an alle, die modernen Tanz mögen und etwas Gutes für die Figur und die Seele tun wollen. Am Ende einer jeden Veranstaltung sind alle Teilnehmer in der Lage, eine kleine Choreographie zu beherrschen.

Elvira Weinhold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
freitags, 17.02.2017 bis  
16.06.2017, 17:15 - 18:15 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F300102**  
**Step and Body**

Ein ganzheitliches Fitnessprogramm, das die komplette Kondition verbessert, ist eine ideale Kombination aus Step-Aerobic und „Bauch-Beine-Po“. Mit dem Step-Brett bringen wir unseren Kreislauf auf Trab und „jagen“ Kalorien. Wir trainieren bei flotter Musik den ganzen Körper durch witzige Schritte auf und um das Step-Brett herum. Der zweite Teil besteht aus Kräftigungsübungen für den ganzen Körper unter Zuhilfenahme von Kleingeräten.

Heike Nositschka  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 16:30 - 18 Uhr,  
15 Nachmittage;  
84,00 €, 30 UE

**17F305101**  
**Pilates am Montag**

Die einfachen Übungen kräftigen den ganzen Körper, bringen den Kreislauf in Schwung und stärken die Kondition. Nebenbei sorgen sanfte Entspannungstechniken für mehr Balance und ein neues Gefühl im Alter. Dieser Kurs verbessert ihre Körperwahrnehmung und ist konzipiert für alle, die nach längerer Pause wieder mit Gesundheitssport beginnen möchten oder sich unabhängig von der jeweiligen Figur im Schulsportunterricht anhören mussten, dass sie

ungelenkig seien oder kein Rhythmusgefühl hätten.  
Kristin Grap  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 18 - 19 Uhr,  
14 Abende;  
53,20 €, 19 UE

**17F305102**  
**Pilates am Montag**

Kristin Grap  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 19:15 - 20:15 Uhr,  
14 Abende;  
53,20 €, 19 UE

**17F305103**  
**Step Aerobic**

Step Aerobic ist ein Konditionstraining, das durch die Erhöhung der Plattform intensiviert werden kann. Das Training spricht alle größeren Muskelgruppen an und kann die Kondition verbessern.

Kristin Grap  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
15 Abende  
84,00 €, 30 UE

**17F305104**  
**Pilates am Donnerstag**

Dieses Pilatetraining ist genau das Richtige für alle, die es effizient lieben und sich einen straffen, geschmeidigen Körper, einfach ein tolles Bodyfeeling wünschen.  
Antje Cott  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 19:15 - 20:15 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305105**  
**Lady Fit**

Der Kurs bietet ein ganzheitliches Workout zur Förderung von Beweglichkeit und Kraft. Dabei kommen Bälle, Bänder und Handgewichte zum Einsatz, um gezielt die Problemzonen an Bauch, Beinen und Po zu trainieren.

Antje Cott  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
dienstags, 21.02.2017 bis  
13.06.2017, 20:15 - 21:45 Uhr,  
15 Abende;  
84,00 €, 30 UE

**17F305106**  
**Funktionelle**  
**Gymnastik & Pilates**

Dieser Kurs bietet Übungsprogramme, die das Zusammenspiel von muskulärer Koordination, Kraft und Ausdauer mit der Stabilität der Körpermitte verbinden.  
Antje Cott  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
freitags, 24.02.2017 bis  
23.06.2017, 18:50 - 19:50 Uhr,

15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305107**  
**Body Forming**

Dieser Kurs umfasst verschiedene Fitnessworkouts mit Kraftausdauerübungen, welche für eine wohlgeformte Figur sorgen.

Antje Cott  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
freitags, 24.02.2017 bis  
23.06.2017, 20 - 21 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305108**  
**Aktiv für mehr Beweglichkeit**

Der Rücken ist ein Meisterwerk der Natur. Die Wirbelsäule trägt die größten Teile des Körpergewichts auf engstem Raum und beherbergt mit dem Rückenmark auch den Hauptnervenstrang unseres Körpers. Aber dieses Gerüst, das Flexibilität mit Belastbarkeit vereint, funktioniert nur in Verbindung mit kräftigen Muskeln und Bändern. Besonders die kleinen, tiefer gelegenen Muskeln links und rechts der Wirbelsäule übernehmen hier wichtige Funktionen. In diesen Kursen lernen Sie, diese Muskelpartien gezielt zu kräftigen und in einem Zustand zu erhalten, der den Stütz- und Bewegungsapparat dauerhaft stärkt und entlastet.

Marie-Luise Schmiel  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
dienstags, 21.02.2017 bis  
30.05.2017, 18 - 19 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305109**  
**Aktiv für mehr Beweglichkeit**

Marie-Luise Schmiel  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
dienstags, 21.02.2017 bis  
30.05.2017, 19:05 - 20:05 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305110**  
**Ganzheitliche Schule**  
**für Rücken und Atem**

Ganzheitliche Schule für Rücken und Atem - die Haltung macht es In dieser speziellen Rückenschule erlernen Sie Übungen zum Erhalt eines gesunden Rückens und zu mehr Gelassenheit. Darüber hinaus gelangen Sie durch sanfte, konzentrierte Bewegungen zu mehr Körperbewusstsein. Der Schwerpunkt in diesen Kursen liegt in dem Erlernen von Entspannungstechniken. Die Teilnehmer erlernen wieder die normalen Bewegungsabläufe und erreichen eine Verhaltensänderung.  
Vera Jäckel  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum  
mittwochs, 22.02.2017 bis

14.06.2017, 18:20 - 19:20 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305111**  
**Ganzheitliche Schule**  
**für Rücken und Atem**

Vera Jäckel  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 19:30 - 20:30 Uhr,  
15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

**17F305112**  
**Fitness - Mix**

Dieser Kurs beinhaltet verschiedene Fitnessworkouts zu motivierender Musik. Dabei kommen Steppbretter, Bälle, Hanteln zum Einsatz, um alle Muskelgruppen effektiv zu trainieren.  
Bettina Kunz  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 17 - 18 Uhr,

### Änderungen und Informationen zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch die Krankenkassen

#### Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

aufgrund geänderter Rahmenbedingungen der Gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) hat sich die Bezuschussung von Gesundheitskursen geändert.

Die bundesweiten Richtlinien der Krankenkassen beinhalten eine Vielzahl von Kriterien, so dass nur ein Teil der vhs-Kurse bezuschussungsfähig ist. Generell gilt: Pro Versichertem und Kalenderjahr werden maximal 2 Kurse bezuschusst, wenn Sie als Teilnehmer/in mind. zu 80 % anwesend waren.

Weitere Kriterien für die Bezuschussung (vgl. Leitfaden Prävention des GKV) sind:

- Gruppengröße maximal 15 Personen
- nur Einsteiger- bzw. Wiederholerkurse, nicht Fortgeschrittenen-Kurse bzw. Dauerangebote
- Kursdauer mindestens 8 bis maximal 12 Termine, maximal 1.080 Minuten
- Kursleiterqualifikation ist genau definiert. Hier gelten unterschiedliche Maßstäbe: Die Qualifikation *Übungsleiter/in Prävention* wird nur über Sportvereine mit dem Siegel *Sport pro Gesundheit* anerkannt.
- Kursinhalte sind genau definiert über Methoden und Übungen (Handlungsfelder und Präventionsprinzipien)

Durch die neuen Rahmenbedingungen fallen alle Kurse aus der Bezuschussung, die mind. eines der oben- genannten Kriterien nicht erfüllen. Dabei sind auch Kurse und Kursleitungen betroffen, die bereits langjährig bezuschusste Kurse angeboten haben, nun aber nicht mehr den Prüfkriterien des Leitfadens Prävention der Krankenkassen entsprechen und durch das Online-Prüfverfahren der Zentralen Prüfstelle Prävention abgelehnt wurden, das keinerlei Ausnahmen zulässt.

Wir sind an der Kursbezuschussung der Teilnehmer/innen sehr interessiert. Aufgrund des neuen zentralen Anerkennungsverfahrens und der veränderten Rahmenbedingungen ist die Anzahl der bezuschussungsfähigen Kurse zurückgegangen. **Bei Fragen zur Bezuschussungspraxis wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Krankenkasse.** Wir als Volkshochschule haben darauf leider keinen Einfluss.

**Bitte beachten Sie bei Ihrer Kurswahl: Alle Kurse an der Volkshochschule sind qualitäts gesichert. Wichtiger als ein Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.**

Ihre Volkshochschule



## Gesundheitsbildung



Bitte bringen Sie zu Ihrem Entspannungskurs eine Matte, eine Decke und dicke Socken mit.

15 Abende;  
56,00 €, 20 UE

### 17F305113 Fitness - Mix

Bettina Kunz  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 18:05 - 19:05 Uhr,  
15 Abende,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305114 Wirbelsäulengymnastik 50+

Mit den Jahren wachsen auch die körperlichen Plagen. Umso mehr ein Grund etwas für sich zu tun. Schwerpunkte dieses Kurses sind Wirbelsäulengymnastik, Wahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannungsübungen mit Gleichaltrigen. Sie können lernen, auf sanfte und ausgegli-

chene Weise Rückenschmerzen vorzubeugen. Die Übungen sind so kombiniert, dass Sie auch von denjenigen gut ausgeführt werden können, die nicht mehr so beweglich sind wie früher. Sieglinde Cronester  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 17:15 - 18:15 Uhr,  
15 Nachmittage,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305115 Wirbelsäulengymnastik 40+

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Bewegungsmangel verspüren oder einer überwiegend sitzenden Tätigkeit nachgehen. Der Kurs bietet Übungen, um die Wirbelsäule und den gesamten Skelett-Apparat zu dehnen und zu kräftigen. Auf sanfte Weise wird der gesamte Bewegungsapparat gekräftigt, die Rückenmuskulatur entspannt und so rückenschonendes Alltagsverhalten vermittelt.

Sieglinde Cronester  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 18:30 - 19:30 Uhr,  
15 Abende,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305116 Wirbelsäulengymnastik 30+

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in ihrem beruflichen Umfeld rückenbelastenden Situationen wie ausschließlich sitzenden Tätigkeiten, schwerem Heben und Tragen oder der Arbeit am Band ausgesetzt sind. Durch Kräftigung und Entspannung des gesamten Muskel- und Skelettsystems werden Verspannungen gemildert und rückengerechtes Verhalten im Arbeitsalltag geübt.

Sieglinde Cronester  
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
22.06.2017, 19:45 - 20:45 Uhr,  
15 Abende,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305117 Gymnastik für Rücken und Wirbelsäule

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule: Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenke schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken und löst Verspannungen. Atem- und Entspannungsübungen sorgen für ein positives Körpergefühl und Erholung.  
Helgard Jacobs

Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 15:15 - 16:15 Uhr,  
15 Nachmittage,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305118 Gymnastik für Rücken und Wirbelsäule

Helgard Jacobs  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 16:30 - 17:30 Uhr,  
15 Nachmittage,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305119 Gymnastik für Rücken und Wirbelsäule

Helgard Jacobs  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 17:45 - 18:45 Uhr,  
15 Abende,  
56,00 €, 20 UE

### 17F305901 Wenn die Knochen knirschen: Übungsprogramm für Knochengesundheit

Übungen für die Knochengesundheit  
In der zweiten Lebenshälfte steigt für Frauen das Risiko, an degenerativen Knochenerkrankungen

wie Osteoporose, Osteochondrose oder Arthrose zu erkranken. Die Beschwerden werden durch Bewegungsmangel verschlimmert. Mit gezielten Übungen zur Kräftigung und Mobilisierung der Muskulatur können Sie einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung von Knochen- und Muskelfunktionen leisten. Neben diesen Übungen beinhaltet der Kurs zusätzlich Entspannungsübungen.  
Sigrid Schreiber  
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 14 - 15 Uhr,  
15 Nachmittage,  
56,00 €, 20 UE

Die Entspannungskurse können auch direkt bei Ihnen im Unternehmen angeboten bzw. durchgeführt werden. Bitte sprechen Sie uns an, wir gestalten die Kurse entsprechend Ihres Bedarfs.



## Sprachschule



### 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 „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie 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, Ausbildung, 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.

Seit dem Herbstsemester 2012 ist die VHS Eisenach offizieller Integrationskursträger, zugelassen vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, und somit berechtigt geförderte Integrationskurse Deutsch als Fremdsprache bzw. Deutsch als Zweitsprache anzubieten. Des Weiteren ist die VHS Eisenach zugelassene Prüfstelle der Integrationskursverordnung. Informationen unter 03691/29320 oder vhs@eisenach.de.

### Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen

Die Sprachkurse der VHS Eisenach orientieren sich am gemeinsamen europäischen Referenzrahmen.

Der Referenzrahmen wurde entwickelt, um Sprachkompetenz in einer europaweit gültigen Skala vergleichbar zu machen.

Der Referenzrahmen definiert die Kompetenzniveaus A 1 – C 2 so, dass man Lernfortschritte lebenslang und auf jeder Stufe des Lernprozesses messen kann.

Bitte nutzen Sie den GER um Ihre Fähigkeiten in der Sprache einzuschätzen. Eine weitere Möglichkeit zur Einstufung finden Sie unter: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de) Gerne beraten wir Sie auch individuell zur Kursauswahl.



## Sprachschule



<b>Kompetente Sprachverwendung</b>	<b>C2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen.</li> <li>• Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben.</li> <li>• Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.</li> </ul>
	<b>C1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen.</li> <li>• Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen.</li> <li>• Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen.</li> <li>• Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.</li> </ul>
<b>Selbstständige Sprachverwendung</b>	<b>B2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.</li> <li>• Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist.</li> <li>• Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.</li> </ul>
	<b>B1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht.</li> <li>• Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet.</li> <li>• Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern.</li> <li>• Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.</li> </ul>
<b>Elementare Sprachverwendung</b>	<b>A2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z.B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung).</li> <li>• Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.</li> <li>• Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.</li> </ul>
	<b>A1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen.</li> <li>• Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z.B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben.</li> <li>• Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.</li> </ul>

**16H406404**  
**English Holiday Activities**
**„Spielerisch, Künstlerisch, Praktisch“ - In den Ferien stressfrei Englisch lernen!**

Wie das geht? Ganz einfach: sich auf dem Sprachstrom treiben lassen, etwas nachmachen, gern mitmachen, manchmal vormachen. Auf natürliche und freudige Art können so Kinder ab 5 bis 12 und Jugendliche von 12 bis 19 Jahren die Weltsprache Englisch in sich aufnehmen. Die erfahrenen und engagierten Lehrer bieten einen abwechslungsreicher Unterricht von 09:15 bis 13:00 Uhr an, mit Sprachspielen, Teamaktivitäten, Songs, Theaterszenen und anderen mehr.

Der Lehrer Dr. Johannes Hanel studierte in den USA, in Frankreich und Deutschland und promovierte in den Niederlanden. Mehr als 10 Jahre bekleidete er Schulleitungsfunktionen. Seit über 20 Jahren unterrichtet er Englisch, u.a. auch in Großbritannien, China, Schweiz und Indien. Weiterführende Informationen: [www.ischool-germany.org](http://www.ischool-germany.org)

Dr. Johannes Hanel,  
Christine Silvio  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 10  
Kurs in den Osterferien, 1. Woche:  
Montag - Donnerstag,  
10.04.2017-13.04.2017,  
09:15 - 13 Uhr, 4 Tage  
46 €, 20 UE  
Kurse in den Sommerferien  
montags - freitags, 31.07.2017 –  
04.08.2017, 09:15 - 13 Uhr, 5 Tage  
57,50 €, 25 UE  
montags - freitags, 07.08.2017 –  
09.08.2017, 09:15 - 13 Uhr, 3 Tage  
34,5 €, 15 UE

**17F400101**  
**Multilingualer Sprachkurs:**  
**Spanisch-Französisch-**  
**Niederländisch**
**Drei Sprachen auf einmal? Ja natürlich!**

Das multilinguale Lernen vereinfacht und beschleunigt den Lernprozess. Spanisch, Französisch und Niederländisch sind Sprachen, die im deutschen Alltag präsent sind. Vieles kommt Ihnen bekannt vor. Durch Lesen und das Erlernen der korrekten Aussprache anhand nützlicher

Wendungen, die auf einen Blick in allen drei Sprachen sichtbar sind, können Sie in kurzer Zeit die drei Sprachen mündlich und schriftlich voneinander trennen. Im ersten Semester lernen Sie mit der multilingualen Methode die drei Sprachen zu lesen, zu sprechen und voneinander zu trennen. In nachfolgenden Semestern erweitern Sie Ihren Wortschatz, erfahren viel zum Thema Landeskunde und werden sicherer beim Sprechen. Schüler ab 12 Jahre sind ebenfalls herzlich willkommen. Lehrmaterial: Erwerb über die Kursleiterin Birgit Lange VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16 donnerstags, 02.03.2017 bis 08.06.2017, 17:30 - 19 Uhr, 12 Abende, 96,00 €, 24 UE

**17F401102**  
**Arabisch für Anfänger**  
**- Sprache und Kultur**

In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die arabische Sprache und Kultur, vermittelt von einem Muttersprachler aus Syrien.

Hikmat Meshal Alazma  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 10  
dienstags, 28.02.2017 bis  
20.06.2017, 17 - 18:30 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

**17F401101**  
**Arabisch - Grundkurs für**  
**Anfänger mit Vorkenntnissen**

In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die arabische Sprache, vermittelt von einem Muttersprachler aus Syrien. Omar Sheik Ahmed VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10 donnerstags, 23.02.2017 bis 22.06.2017, 18 - 19:30 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE

**17F404100**  
**Integrationskurs**

Ziel des Integrationskurses (BAMF) ist das Erlangen des Sprachniveaus B1 des Gemeinsamen Referenzrahmens (GER). Die Teilnehmer erhalten zudem einen Einblick in die Rechtsordnung,

die Kultur und die Geschichte Deutschlands. Der allgemeine Integrationskurs besteht aus einem Sprach- und einem Orientierungskurs. Nach insgesamt 700 Stunden endet er mit einem skalierten Sprachtest sowie dem Test „Leben in Deutschland“.

N.N.  
montags - freitags ab 24.04.2017,  
09:00 - 13:30 Uhr,  
kostenlos, 700 UE

**17F404101**  
**Deutsch als Fremdsprache A1**

Dieser Kurs richtet sich an Neugierige, die noch keine oder recht wenige Vorkenntnisse in der deutschen Sprache haben. Es werden die ersten Kenntnisse der deutschen Grammatik vermittelt und auch aktiv Sprechsituationen und mündliche Kommunikation trainiert, um in alltäglichen Situationen wie beim Einkaufen oder beim Arztbesuch zurechtzukommen.

Anna-Sophia Keßler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 17:45 - 19:15 Uhr,



## Sprachschule



15 Wochen,  
69,00 €, 30 UE

### 17F404102

#### Deutsch als Fremdsprache A2

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits Grundkenntnisse der deutschen Sprache besitzen und ihren mündlichen Ausdruck sowie die bereits erlernte Grammatik vertiefen wollen. Darüber hinaus werden neue grammatikalische Bausteine und deren sichere Anwendung vermittelt und auch das Spektrum der sprachlichen Mittel für die tägliche Kommunikation soll erweitert werden.

Anna-Sophia Keßler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06

montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

### 17F404103

#### Deutsch als Fremdsprache B1

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits gute Kenntnisse der deutschen Sprache besitzen und ihren mündlichen Ausdruck sowie die bereits erlernte Grammatik vertiefen wollen. Darüber hinaus werden neue grammatikalische Bausteine und deren sichere Anwendung vermittelt und auch das Spektrum der sprachlichen Mittel für die tägliche Kommunikation soll er-

weitert werden.  
Anne Stosch  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 10  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
15 Wochen,  
90,00 €, 30 UE

### 17F404104

#### Deutsch als Fremdsprache B2

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits gute Kenntnisse der deutschen Sprache besitzen und ihren mündlichen Ausdruck sowie die bereits erlernte Grammatik vertiefen wollen. Darüber hinaus werden neue grammatikalische Bausteine und deren sichere Anwendung vermittelt und auch das Spektrum der sprachlichen Mittel für die tägliche Kommunikation soll erweitert werden.

Anna-Sophia Keßler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06

mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
15 Abende,  
78,00 €, 30 UE

### 17F406106

#### Ihr Schlüssel zur englischen Sprache - The KEY to your English A1

Mit dem Konzept des Lehrwerkes "KEY" gelingt es fortgeschrittenen ebenso wie neu einsteigenden Kursteilnehmern eine Reihe von

Alltagsituationen in der englischen Sprache zu meistern. Abwechslungsreiche authentische Übungen werden vielen Lern-typen gerecht und garantieren neben thematischem Wortschatz zügiges Voranschreiten im Gebrauch der englischen Umgangssprache. Individuell geplante Paar- und Gruppengespräche geben allen Teilnehmern Sicherheit und bieten ihnen vielfältige Gelegenheiten zum Meinungs- und Erfahrungsaustausch. Originaltexte aus dem Key Journal sowie Songtexte, Rätsel und Redewendungen unterstützen Spaß und Freude beim gemeinsamen und individuellen Umgang mit der englischen Sprache.

Lehrwerk: KEY Coursebook with Homestudy (Cornelsen)  
N.N.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 04  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406101

#### Englisch A1

Dieser Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Anfänger mit wenigen Grundkenntnissen, die vor längerer Zeit erworben wurden und wieder aufgefrischt werden sollen. Wortschatz und Grammatik werden in diesem Kurs systematisch aufgebaut. Die Kommunikation im Alltagsleben steht im Vordergrund.

Elvira Weinhold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 06  
donnerstags, 16.02.2017 bis  
15.06.2017, 18:30 - 20 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406901

#### Englisch für Anfänger A1.4

Dieser Kurs ist konzipiert für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen. Ziel ist das Erlernen von praktischem Englisch und das Üben der Sprache in Alltagssituationen, um über Ereignisse in der Gegenwart und Vergangenheit berichten zu können.

Lehrwerk: First Choice A1  
Monika Körner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 16  
mittwochs, 15.02.2017 bis  
07.06.2017, 09:30 - 11 Uhr,  
15 Vormittage,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406902

#### Englisch für Anfänger A1.5

Dieser Kurs ist konzipiert für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen. Ziel ist das Erlernen von praktischem Englisch und das Üben der Sprache in Alltagssituationen, um über Ereignisse in der Gegenwart

und Vergangenheit berichten zu können.

Lehrwerk: First Choice A1  
Monika Körner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 16  
mittwochs, 15.02.2017 bis  
07.06.2017, 11:15 - 12:45 Uhr,  
15 Vormittage,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406102

#### Englisch für Anfänger A 2

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten der englischen Sprache, die bereits solide Grundkenntnisse besitzen. Der Kurs wird mit dem Buch Network A2 arbeiten. Es wird auf den bereits erlernten Basiskenntnissen nahtlos aufgebaut. Neben den vertiefenden Elementen des Kurses sollen neue Kenntnisse sowohl im mündlichen als auch schriftlichen Bereich vermittelt und gefestigt werden.

Anna-Sophia Keßler  
donnerstags, 23.02.2017 bis  
15.06.2017, 18:30 - 20 Uhr,  
15 Wochen,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406104

#### Englisch für Wiedereinsteiger A2

Dieser Kurs richtet sich an interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre einst erworbenen Englischkenntnisse wieder anwenden wollen. Lexikalische Kenntnisse zu Themen des täglichen Lebens werden aufgefrischt und erweitert. Grammatik ist notwendig, steht aber nicht im Vordergrund. In einer lockeren Atmosphäre wird besonderer Wert auf das Sprechen gelegt. So werden Sie auf Ihrer nächsten Reise englischsprachigen Gesprächspartnern mit weniger Hemmungen begegnen können.

Unterrichtsmaterial: Great! Englisch für Erwachsene A2.  
Margit Gebhardt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 16  
dienstags, 21.02.2017 bis  
23.05.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
12 Abende,  
55,20 €, 24 UE

### 17F406105

#### English Advanced A2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre sprachlichen Fähigkeiten verbessern und ausbauen wollen. Unser Arbeitsmittel ist vorwiegend die Zeitschrift „Spotlight“. Neben landeskundlichen und aktuellen Themen aus der englischsprachigen Welt lesen wir literarische Texte und diskutieren darüber. Der Schwerpunkt liegt auf Konversation und Übungen im freien Sprechen.  
Walburga Möbius  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 02  
mittwochs, 01.03.2017 bis

31.05.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
12 Abende,  
55,20 €, 24 UE

### 17F406109 Englisch A2 Auffrischkurs

Dieser Fortsetzungskurs ist für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen oder für Wiedereinsteiger geeignet. Sie lernen, sich über alltägliche Dinge umgangssprachlich zu unterhalten, beispielsweise am Telefon, nach dem Weg fragen, Termine vereinbaren u.v.a.m.

Lehrwerk „Great“ vom Klett Verlag, ab Unit 4.

Renate Müller  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 16

montags, 27.02.2017 bis  
12.06.2017, 17:45 - 19:15 Uhr,  
12 Abende,  
55,20 €, 24 UE

### 17F406107

#### Englisch am Vormittag A2/B1

In diesem Kurs lernen Sie praktisches Englisch, mit dem Sie an Gesprächen über Themen, die Ihnen vertraut sind oder sich auf aktuelle Ereignisse beziehen, teilnehmen können. Sie lernen, Ihre Meinung auszudrücken und persönliche Erfahrungen zu beschreiben.

Giesela Linke-Gomado  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 16

donnerstags, 16.02.2017 bis  
15.06.2017, 10:45 - 12:15 Uhr,  
15 Vormittage,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406202

#### Englisch A2

Dieser Kurs erweitert Grundkenntnisse und festigt diese mit unterschiedlichen Methoden. Neuer Wortschatz wird mit bereits eingeführten Strukturen verbunden und hat einen hohen Stellenwert. Bei grammatikalischen Strukturen werden Funktion und Bedeutung erklärt und formalsprachliche Elemente trainiert. Verstehen authentischer Texte und Materialien sowie Schulung des Hörverstehens sind ebenfalls Inhalte des Unterrichts, hierzu wird zusätzliches Material verwendet. Auf diese Weise sollen entscheidende Voraussetzungen für das freie Sprechen gelegt werden.

Elvira Weinhold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 15

montags, 13.02.2017 bis  
19.06.2017, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

### 17F406903

#### Senior Citizens Communication A2/B1

In diesem Kurs lernen Sie praktisches Englisch zu Themen wie Reisen und Transport, Abenteuer,

## Einstieg Deutsch

Die Sprachlern-App

The German language-learning app



KOSTEN-FREI  
FREE OF CHARGE

grundbildung.de/einstiegdeutsch  
facebook.com/iwddl





## Sprachenschule



Die angegebenen Gebühren beziehen sich auf die Durchführung des Kurses mit mindestens 8 Teilnehmern. Wird diese Teilnehmerzahl unterschritten, ist grundsätzlich die Durchführung auch möglich, die Gebühr pro Teilnehmer erhöht sich dann allerdings.

unsere Umwelt u.v.a.m. Videos und Bildmaterial regen dazu an, sich auszutauschen und grammatikalische Strukturen anzuwenden. Schwerpunkt im Kurs ist Kommunikation.

Giesela Linke-Gomado  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16  
donnerstags, 16.02.2017 bis  
15.06.2017, 09 - 10:30 Uhr,  
15 Vormittage,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F406201 Englisch B1

Dieser Kurs richtet sich an all jene, die ihre Kenntnisse weiter ausbauen möchten. Die verschiedensten Situationen sollen sprachlich auf gutem Niveau bewältigt werden. Zusatzmaterialien aus unterschiedlichsten Themenbereichen machen den Unterricht informativ und abwechslungsreich. Grammatik wird an entsprechenden, situativ gebundenen Texten erklärt und geübt. Training des Hörverstehens bereichert den Unterricht ebenfalls.

Elvira Weinhold  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15  
montags, 13.02.2017 bis  
19.06.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F406103 Englisch am Vormittag B1

Dieser Kurs richtet sich vorrangig, aber nicht ausschließlich, an Seniorinnen und Senioren mit vor längerer Zeit erworbenen Englischkenntnissen. Wir streben keine offiziellen Abschlüsse an. Lexikalisches und grammatisches Wissen werden gefestigt. Auch landeskundliches Wissen über englischsprachliche Länder wird erweitert. In einer lockeren, entspannten Atmosphäre, in der der Spaß auch nicht zu kurz kommt, sollen gewisse Hemmungen, die eigenen Englischkenntnisse anzuwenden, überwunden werden. Unterrichtsmaterial: Refresh Now B1 Activate and pep up your English

Margit Gebhardt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16  
dienstags, 21.02.2017 bis  
23.05.2017, 10:15 - 11:45 Uhr,  
12 Vormittage, 55,20 €, 24 UE

#### 17F408101 Französisch für Anfänger am Vormittag

Vive la France! Lernen Sie in diesem Kurs in ungezwungener und entspannter Atmosphäre das Französisch, das Ihnen Frankreich näherbringt!

Sie lernen das Basisvokabular und die grammatischen Grundlagen. Das Erlernen einfacher Redewendungen gibt Ihnen Sicherheit in alltäglichen Gesprächssituationen. Später führen Sie auch etwas anspruchsvollere Gespräche - ob im Hotel, im Café oder auch am Telefon.

Gabriele Stein  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02  
dienstags, 21.02.2017 bis  
13.06.2017, 10 - 11:30 Uhr,  
15 Vormittage, 69,00 €, 30 UE

#### 17F408102 Französisch für Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Anfänger mit keinen oder wenigen Vor- oder Schulkenntnissen, die vor längerer Zeit erworben wurden und wieder aufgefrischt werden sollen. Wortschatz und Grammatik werden in diesem Kurs systematisch aufgebaut. Die Kommunikation im Alltagsleben steht im Vordergrund.

Evelin Cramer-Stein  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02  
donnerstags, 09.03.2017 bis  
01.06.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
10 Abende,  
46,00 €, 20 UE

#### 17F408103 Französisch für Anfänger

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die geringe Vorkenntnisse der französischen Sprache haben und daran interessiert sind, sich in dieser Sprache verständigen zu können. Deshalb werden die wichtigsten grammatikalischen und phonetisch/lexikalischen Grundlagen vermittelt, verbunden mit Themenbereichen, die vor allem bei Besuchen in Frankreich bzw. francophonen Ländern den Lebensalltag berühren, wie z.B.: Restaurantbesuche, Einkäufe, Mode, Besichtigungen u.ä., wobei auch landeskundliche, kulturelle und soziale Aspekte behandelt werden.

Lehrbuch: Französisch für Erwachsene Voyages 1 ab Unité 3  
Klett: ISBN 978 - 3 - 12 - 529276 - 5  
Klaus Böhler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06  
dienstags, 21.02.2017 bis  
13.06.2017, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F408104 Französisch A2

Dieser Kurs ist für Personen geeignet, die bereits Vorkenntnisse der französischen Sprache im lexikalisch-phonetischen sowie grammatikalischen Bereich haben und ihre Sprach- bzw. landeskundlichen Kenntnisse erweitern wollen, so dass sie bei Reisen zu ihren französisch sprechenden Freunden und Bekannten Gespräche in den Themenbereichen Gesundheit und Wohlbefinden, medizinische Betreuung, Traditionen und Feste, Gastronomie, Arbeit und Soziales, Lebens- und Wohnbedingungen u. ä. führen können. Lehrbuch: Französisch für Erwachsene Voyages 2 ab Unité 6  
Klett: ISBN 978-3-12-529278-9  
Klaus Böhler  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06

dienstags, 21.02.2017 bis  
13.06.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
15 Nachmittage,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F408105 Französisch A2

Dieser Kurs richtet sich an Perso-

nen, die bereits Vorkenntnisse besitzen und ihre Sprach- und landeskundlichen Kenntnisse erweitern möchten. Alltagsthemen wie Restaurantbesuch, Einkauf, Reise, Wegbeschreibung und Regionen Frankreichs werden wiederholt und vertieft.

Sylvia Raffel  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15  
dienstags, 21.02.2017 bis  
23.05.2017, 17:30 - 19 Uhr,  
12 Abende,  
55,20 €, 24 UE

#### 17F409101 Italienisch für Anfänger A1.2

Dieser Kurs ist für Anfänger mit Vorkenntnissen konzipiert. Sie lernen alltägliche Ausdrücke zu verstehen und zu verwenden, aber auch viel Wissenswertes über Italien und über die italienische Kultur. Wichtig in diesem Kurs ist, mit der Sprache zu experimentieren und einfach - ohne Scheu - zu versuchen, miteinander zu kommunizieren. Nur so kann man das im Unterricht Gelernte wirklich lebendig umsetzen, bevor es wieder in Vergessenheit gerät. Sprachen sind eben da, um gesprochen zu werden! Also: Aktiv

mitmachen, mit Spaß, Freude und Fleiß lernen!

Monica Ripamonti-Taylor  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07  
mittwochs, 22.02.2017 bis  
14.06.2017, 18:30 - 20 Uhr,  
15 Nachmittage,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F409102 Italienisch für Fortgeschrittene A2

Dieser Italienisch-Kurs ist für Teilnehmerinnen und Teilnehmer konzipiert, die bereits einen Anfängerkurs auf Niveau A1 abgeschlossen haben und Ihre Kenntnisse festigen bzw. auffrischen möchten.

Monica Ripamonti-Taylor  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05  
dienstags, 21.02.2017 bis  
13.06.2017, 18:15 - 19:45 Uhr,  
15 Abende,  
69,00 €, 30 UE

#### 17F411101 Latein für Fortgeschrittene

Lateinisch sind bis heute viele Worte in Medizin, Pharmazie,

## Sprachen öffnen Türen, Sprachen bieten Chancen, Sprachen schlagen Brücken.



Wer eine Sprache lernt tut dies aus den verschiedensten Gründen, für den Beruf, für den Urlaub, für das Kommunizieren mit Freunden, aus Interesse für ein Land und dessen Kultur.

Um diesen Erfolg messbar zu machen und zu veranschaulichen, gibt es die Möglichkeit, das telc-Zertifikat als Nachweis dafür zu erwerben. telc steht für The European Language Certificates – die Europäischen Sprachenzertifikate. Die telc GmbH ist ein Tochterunternehmen des Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.. telc-Prüfungen sind an einer international anerkannten Skala orientiert, dem Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER). An der VHS Eisenach können hierzu Vorbereitungskurse für 60 verschiedenen Prüfungen belegt werden

Nähere Informationen erhalten Sie an Ihrer Volkshochschule oder unter der Internetadresse [www.telc.net](http://www.telc.net).



## Sprachschule



Biologie und anderen Naturwissenschaften, aber auch im Rechtswesen. Man versteht die Fachsprache seines Arztes leichter, wenn man Latein kann. Wer neue Geschichtskennntnisse aus der Zeit vor 1850 gewinnen will, sollte Latein verstehen. Schließlich ist die lateinische Sprache die Mutter der romanischen Sprachen (Französisch, Spanisch, Italienisch, Portugiesisch, Rumänisch) und zur Hälfte auch des Englischen. Wer Latein kann, hat bei diesen anderen Sprachen einen Vorteil. Auch trägt Latein mit berühmten Zitaten zur Allgemeinbildung des Einzelnen bei.

Dieser Lateinkurs ist als Fortsetzung des letzten Herbstsemesters 2016/17 konzipiert. Aber auch Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Lateinvorkenntnisse haben und diese auffrischen wollen, sind herzlich willkommen. Gearbeitet wird nach dem Lehrbuch „Endlich Zeit für Latein“ von Friedrich Maier. ISBN: 978-3-19-009592-6.

Dr. Wolfgang Schenk  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,

Raum 15  
mittwochs, 03.05.2017 bis  
31.05.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
5 Abende,  
23,00 €, 10 UE

**ישראל**

**17F413101**  
**Modernes Hebräisch (Ivrit) für**  
**Israel-Reisende, Studierende**  
**und interessierte Volontäre**

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer mit gewissen Vorkenntnissen, welche die hebräische Sprache in Israel bzw. als Reisende oder Volontäre in Israel schreiben, verstehen und sprechen wollen (Grundlagen). Auch für Studierende in den Bereichen Theologie, Lehramt, Politik und Touristik eignet sich dieser Kurs. Kenntnisse in der hebräischen Quadratschrift (Druckschrift) und der Kursive (Schreibschrift) werden vorausgesetzt. Es werden Alltagsthemen wie Begrüßung,

Einkäufe, Restaurant- und Museumsbesuche, Familie, Feiern und Freunde behandelt. Auflockernd können bei Interesse hebräische Lieder gehört, erlernt und miteinander gesungen werden. Es werden elementare Kenntnisse in Aussprache, Grammatik und Rechtschreibung sowie landeskundliche Aspekte vermittelt. Lehrwerk: „Ivrit Schritt für Schritt“ von Miriam Rosengarten und Vera Lons und eigene Materialien des Dozenten.

Siegbert Braun  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 05  
montags, 27.03.2017 bis  
15.05.2017, 19 - 20:30 Uhr,  
5 Abende,  
46,00 €, 10 UE

**17F414101**  
**Niederländisch für Anfänger**  
**A1**

Tulpen, Klompen, Kaas - Lernen Sie Niederländisch in Eisenach! Ein Sprachkurs für Alltagssituationen, Familie, Beruf und Studium. Die Kursleiterin hat viele Jahre

in den Niederlanden gelebt und gearbeitet und kann Ihnen viele praktische Hinweise geben.

Lehrwerk: Wat leuk! A1, Hueber-Verlag  
Kursbuch inkl. CD  
ISBN-Nr. 978-3-19-005460-2  
Arbeitsbuch inkl. CD  
ISBN 978-3-19-025460-6  
Birgit Lange  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 15  
donnerstags, 02.03.2017 bis  
08.06.2017, 19:15 - 20:45 Uhr,  
12 Abende,  
55,20 €, 24 UE

**17F421101**  
**Kroatisch für Urlauber**

Sie haben schon viel von Kroatien gehört und planen Ihren Urlaub dort? Wie soll man sich dort denn verständigen? Spricht man dort Deutsch oder Englisch? Aber warum nicht gleich in Kroatisch alles besprechen? Oder Sie waren schon in Kroatien und haben Lust bekommen, diese Sprache zu lernen? Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne jegliche Vor-

kenntnisse werden in diesem Kurs die einfachen praktischen Vokabeln und Sätze lernen, die sie in verschiedenen Situationen verstehen und verwenden können, ergänzt und belebt durch interessante Informationen aus Kultur und Geschichte Kroatiens.

Senka Sajc-Hoffmann  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,  
Raum 02  
montags, 20.03.2017 bis  
19.06.2017, 18 - 19:30 Uhr,  
10 Abende,  
46,00 €, 20 UE

**17F422101**  
**Spanisch für Anfänger A1**

Sie haben schon immer mal mehr als einen „Kaffee“ in Spanien bestellen wollen. Sie spielen mit dem Gedanken, etwas zu lernen oder zu studieren, wozu Sie die spanische Sprache brauchen und Spanisch wird oder wurde in Ihrer Schule nicht unterrichtet? Dann kommen Sie einfach in diesen Kurs! Dieser Kurs orientiert sich am europäischen Referenzrahmen für Sprachen und bereitet

## Haben Sie Zeit?

## Wir brauchen Sie!

Die Volkshochschule sucht Sie auf Honorarbasis als engagierte Kursleiterin und engagierten Kursleiter mit dem gewissen Etwas – Ihrer Lebenserfahrung!

Geben Sie Ihr umfangreiches Wissen an interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer weiter!

Wir unterstützen Sie, Ihre Ideen in einem Kurs umzusetzen.

Melden Sie sich einfach bei Ihrer Volkshochschule!

Telefon: Telefonnummer

E-Mail: Mailadresse

## Sie können...



... mit PCs und  
Tablets umgehen

...Pilates

...Nähen

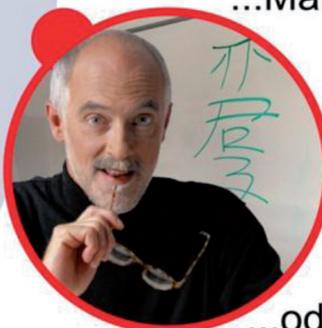
...Englisch

...Malen

...Yoga

...Chinesisch

...oder etwas ganz anderes?





## Sprachschule



auf die entsprechenden Zertifizierungen vor. Der Lernende steht im Mittelpunkt und das Lerntempo wird der Gruppe entsprechend angepasst. ABER: Keine Angst vor langweiligem Vokabeltraining oder trockener Grammatik, denn das findet in diesem Kurs garantiert nicht statt.

Ein Lehrwerk wird im Kurs zur Auswahl gestellt.

Anett Seidel

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04

donnerstags, 23.02.2017 bis 22.06.2017, 17:30 - 19 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE

### 17F422102 Haben Sie Lust Spanisch zu lernen? Grundkurs A1

Dieser Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse konzipiert. Sie werden einen Grundwortschatz lernen und einfache Sätze verstehen, sprechen und schreiben. Und nicht nur das: Sie werden auch Spaß haben, denn wir lernen mit kleinen Spielen in lockerer Atmosphäre.

Maria Eulalia Jiménez del Rio  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02

dienstags, 21.02.2017 bis 13.06.2017, 17 - 18:30 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE

### 17F422103 Spanisch A1.4

Haben Sie Lust Spanisch zu lernen? Dies ist die Fortsetzung des Grundkurses A1.3 aus dem letzten Herbstsemester. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Grundkenntnissen sind selbstverständlich auch herzlich willkommen.

Maria Eulalia Jiménez del Rio  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07

dienstags, 21.02.2017 bis 13.06.2017, 18:30 - 20 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE

### 17F422104 Spanische Konversation

Können Sie bereits Spanisch sprechen, aber möchten noch etwas dazulernen? Wir suchen uns Themen aus, die Sie interessieren und unterhalten uns auf Spanisch. Als Muttersprachlerin kann ich Sie korrigieren und Ihnen kleine Tipps geben, um noch besser zu reden oder zu schreiben.

Maria Eulalia Jiménez del Rio  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02

donnerstags, 23.02.2017 bis 11.05.2017, 17:30 - 18:30 Uhr, 10 Abende, 32,20 €, 14 UE

### 17F422106 Spanisch Tertulia A2+

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bereits über gute Kenntnisse der spanischen Sprache verfügen. Der Kurs orientiert sich nicht an einem Lehrwerk und muss daher nicht ein festgelegtes Lernpensum mit bestimmten Lernzielen erarbeiten. Die Teilnehmenden legen zusammen mit der Kursleiterin die inhaltlichen Schwerpunkte fest, die aus dem aktuellen Tagesgeschehen, Literatur oder Musik stammen können. Neben dem Hören und Sprechen festigen und erweitern Sie natürlich auch Ihre Kompetenzen in Wortschatz und Grammatik.

In diesem Kurs wird auch in geselliger Runde bei einer „copa“ spanisch oder lateinamerikanisch gekocht.

Anett Seidel  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04

donnerstags, 23.02.2017 bis 22.06.2017, 19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE

### 17F425101 Ungarisch A1

Ein Kurs für Sprachinteressierte. Neben grammatikalischem, pho-

netischem und lexikalischem Grundwissen wird die Fähigkeit vermittelt, sich in ungarischer Sprache in typischen Alltagssituationen (im Restaurant, im Hotel, auf der Post, in Verkehrsmitteln) zu verständigen. Darüber hinaus werden Informationen zu Landeskunde und Geschichte vermittelt. Maria Hartmann  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05  
donnerstags, 23.03.2017 bis 15.06.2017, 18 - 19:30 Uhr, 10 Abende, 46,00 €, 20 UE

### 17F412101 Neugriechisch für Anfänger A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne jegliche Vorkenntnisse. Ziel des Kurses ist es, das griechische Alphabet zu beherrschen, aber auch die Kultur und die Geschichte des Landes kennen zu lernen.

N.N.  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 6 Vormittage 69,00 €, 30 UE

### 17F417102 Polnisch für Urlauber

Urlaub oder Kuraufenthalt an der fabelhaften polnischen Ost-

seeküste ist ab sofort mit diesem Sprachkurs kein Problem mehr. Lernen Sie ohne oder mit geringeren Vorkenntnissen den passenden Reisewortschatz von Sonne, Strand und Meer über Hotel und Restaurant bis zur medizinischen Grundversorgung und typischen Alltagssituationen kennen.

N.N.

Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 5 Abende, 23,00 €, 10 UE

### 17F419101 Russisch für Anfänger A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die sich für Russland und für die russische Sprache interessieren. Aber auch Auffrischer, die Russisch in der Schule gelernt haben, können am Kurs teilnehmen. Neben einer Einführung in die Grundlagen der Sprache und in die Schrift werden Wörter, einfache Satzstrukturen und Floskeln erlernt, die in Alltagssituationen nützlich sind. Der Sprachunterricht wird durch landeskundliche Informationen über Russland ergänzt.

N.N.

Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE



## Berufliche Bildung, Kommunikation, EDV



### Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

*Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“ dar. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Veranstaltungen zu Querschnittsthemen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vortragsreihen zum Thema Kind und Karriere.*

### 17F504201 Computerschreiben in 4 Stunden - kompakt

Sie erlernen die Tastatur in nur 4 Stunden mit 10 Fingern zu bedienen, ohne auf die Tastatur schauen zu müssen. Im Gegensatz zum

herkömmlichen Erlernen handelt es sich bei diesem Lernkonzept um einen ganzheitlichen mentalen Ansatz. Dabei ist es egal, ob der Lernende 8 oder 80 Jahre alt ist, es funktioniert bei jedem. Der Kurs beinhaltet weitere Unterrichtsstunden, um zu trainieren und somit die Schreibgeschwin-

digkeit zu steigern.

Zur Teilnahme benötigen Sie ein Seminarheft, dies ist zum Preis von ca. 24 Euro zu erwerben. Der Bezug über Buchhandlungen oder Onlinehändlern ist leider nicht möglich. Informationen erhalten Sie von der Volkshochschule.

Sabine von der Sitt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11

Samstag, 11.03.2017, 09 - 15:30 Uhr, 22,40 €, 8 UE

### 17F505104 EDV-Finanzbuchführung mit Datev

Dieser Kurs vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung der Buchführungssoftware DATEV. Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen - von der Eingabe der Buchungslisten bis hin zum Kontieren und Buchen von Ein- und Ausgangsrechnungen sowie die Bearbeitung von Bankauszügen - werden am PC geübt.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung am PC,

- die Fertigkeit, mit einer Buchführungssoftware selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu verbuchen,
- die Fähigkeit, Auswertungen vorzunehmen und zu interpretieren und Abschlüsse durchzuführen.

Vorausgesetzt werden Buchführungskenntnisse sowie Grundkenntnisse der PC-Bedienung unter Windows.

N.N.  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11

donnerstags, 23.03.2017 bis 01.06.2017, 17 - 20:15 Uhr, 8 Veranstaltungen, 76,80 €, 32 UE

### 17F500501 3D-Objekte am Computer entwerfen

Wollten Sie schon immer mal Ihr eigenes oder Ihr zukünftiges Haus als 3D-Modell am Computer zeichnen?

Dann sind Sie hier richtig. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse im Entwerfen und Zeichnen von dreidimensionalen Objekten (Gebäude, Möbel, Fahrzeuge, ...). Diese können als Grundlage für Bilder und Animationen aber auch für dreidimensionalen Druck

(nicht Bestandteil dieses Kurses) verwendet werden.

Beginnend mit einfachen Formen und Figuren werden Sie, Schritt für Schritt, an immer komplexere Objekte herangeführt. Verwendet wird hierfür eine lizenzkostenfreie Software. Diese Software können Sie auch auf Ihrem privaten Computer installieren und so zu Hause weitere Übungen durchführen oder einfach nur Ihrem Spieltrieb frönen.

Der Kurs richtet sich an Einsteiger, Vorkenntnisse im Bereich 3D-Modeling sind nicht erforderlich.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 07.03.2017 bis 09.05.2017, 17:30 - 20:45 Uhr, 8 Abende, 89,60 €, 32 UE

### 17F501101 Computereinstieg leicht gemacht

Dieser Kurs erleichtert den Einstieg in die Arbeit mit dem PC, setzt keine Kenntnisse voraus und bildet die Grundlage für alle weiteren Kurse im Bereich der EDV. Egal ob Windows 10, Windows 8 oder Windows 7 (auch Vista und XP). Die Teilnehmer erlernen den Umgang mit der Benutzeroberflä-



# Renovieren ist einfach.



## Mit dem Sparkassen- Modernisierungskredit.

Schnell. Einfach. Unbürokratisch.  
Verschönern Sie sich Ihr Zuhause.

- ✓ Finanzierungen bis 50.000 Euro möglich
- ✓ fest kalkulierte Rate für die gesamte Laufzeit
- ✓ auch als Online-Kredit
- ✓ schnelle Verfügbarkeit des Geldes durch sofortige Auszahlung
- ✓ kein Eintrag ins Grundbuch nötig

[www.wartburg-sparkasse.de](http://www.wartburg-sparkasse.de)

Wenn's um Geld geht



**Wartburg  
Sparkasse**



## Berufliche Bildung, Kommunikation, EDV



che, Ordern und Dateien, können CDs/ DVDs brennen und mit USB-Geräten wie Speichersticks umgehen. Weitergehend werden die Themen E-Mail, Internet und der Umgang mit einem Textverarbeitungsprogramm behandelt. Die Kursteilnehmer erhalten kostenfrei ein Seminarheft mit allen Kursthemen.

Ludwig Glöckner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
mittwochs, 26.04.2017 bis 31.05.2017, 17 - 20:15 Uhr, 6 Abende, 67,20 €, 24 UE

### 17F501901 Windows 10 - Besonderheiten und eigene Anpassungen

Der Kurs ist konzipiert für alle, die sich ein Notebook zugelegt haben und nun feststellen, dass mit dem neuen Rechner auch viele Neuerungen verbunden sind. Allein die neue Oberflächen von Windows 8.1 und Windows 10 sind für viele eine große Umstellung. Der Kurs hilft Ihnen die vielen Änderungen im Vergleich zu älteren Windowsversionen zu verstehen und das neue Windows ohne Ängste zu nutzen.

Kursinhalt:  
- vom Starten bis zum Beenden  
- Arbeiten mit „Kacheln“  
- Windows einrichten und anpassen  
- Nutzung von Maus, Tastatur und Touchscreen zur Programmbedienung  
- Tipps und Tricks

Uwe Schmidt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 28.03.2017 bis 02.05.2017, 14 - 17:15 Uhr, 4 Vormittage, 44,80 €, 16 UE

### 17F501103 Windows 10

Der Kurs vermittelt das notwendige Wissen, um die wichtigsten Funktionen von Windows 10 zu beherrschen.

Der Inhalt reicht von der neuen Benutzeroberfläche über den Umgang mit Apps und der Nutzung der Spracheingabe (Cortana) bis hin zum neuen Internetbrowser Edge. Grundlegende Kenntnisse einer älteren Windowsversion sind von Vorteil.

Die Teilnehmer erhalten kostenfrei ein Seminarheft mit allen Kursthemen. Die Kursteilnahme ist nur mit eigenem Notebook möglich.  
Ludwig Glöckner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
montags, 15.05.2017 bis 12.06.2017, 17 - 20:15 Uhr, 4 Abende, 44,80 €, 16 UE

### 17F504104 MS Office - ein Überblick

Das Büropaket MS Office ist als allgemeine Bürosoftware weit verbreitet. Aber nur wenige Anwender nutzen die Möglichkeiten, die dieses Paket bietet, tatsächlich aus. Dabei kann eine konsequente Nutzung beachtliche Rationalisierungsgewinne bringen. Der Kurs stellt, arbeitsablauforientiert, die Module MS Word (Textverarbeitung), MS Excel (Tabellenkalkulation), MS Outlook (Kontakt- und Terminverwaltung) sowie MS Powerpoint (Präsentation) vor. Die Teilnehmer erhalten Einblick in die Konzepte sowie die Möglichkeit zu Übungen, die am Arbeitsablauf orientiert sind.

Der Kurs ist ebenfalls gut für Umsteiger von MS Office 2000 oder 2003 auf MS Office 2007/10/13, die sich mit der neuen Oberfläche vertraut machen wollen, geeignet.

Die Schwerpunkte des Kurses werden zusammen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ad hoc festgelegt.

Vorausgesetzt werden allgemeine Kenntnisse im Umgang mit dem Computer. Dieser Kurs ist nicht für Anfänger am Computer geeignet.  
Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 3 Abende, 33,60 €, 12 UE

### 17F504101 MS Word

Das Textverarbeitungsprogramm MS Word (2000, 2003, 2007, 2010, 2013) gilt in Firmen und anderen Institutionen nicht umsonst als einer der größten Zeitfresser. Aus diesem Grund lege ich in meinen Word-Kursen den Schwerpunkt neben Grundlagen auf einen möglichst effizienten Arbeitsablauf.

Kursinhalte:  
- Grundlagen der Programmbedienung, nützliche Einstellungen  
- Einfügen von Grafiken, Tabellen und anderen Elementen  
- Grundlagen der Gestaltung von Dokumenten mit MS Word  
- effizienter Arbeitsablauf, Optimierung  
- die Arbeit mit Formatvorlagen  
- automatische Erzeugung von Inhaltsverzeichnissen, Indizes  
- Erstellung und Verwendung von Vorlagen  
- Erstellung und Verwendung von Formularen  
- Arbeit mit Textbausteinen  
- Teamarbeit (mehrere Personen arbeiten an einem Dokument)  
- jede Menge sonstiger nützlicher Tipps und Hinweise

Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für langjährige Benutzer geeignet. (Langjährige Benutzer werden insbesondere von der Fülle der diversen Tipps und Hinweise profitieren.)

Der Kurs ist allerdings kein Grundkurs für Computer-Anfänger. Kenntnisse in der allgemeinen Benutzung von Computern sowie der Bedienung des Betriebssystems MS Windows werden vorausgesetzt.

Der konkrete Kursinhalt wird mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu Beginn abgesprochen. Nach Absprache kann eine Erweiterung der Unterrichtseinheiten erfolgen.  
Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11

Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 3 Abende, 33,60 €, 12 UE

### 17F504102 MS Excel Grundlagen

Excel ist eines der bedeutendsten Programme aus dem Hause Microsoft. Standardmäßig in der Bürosuite MS Office enthalten, werden seine Möglichkeiten allerdings häufig unterschätzt. Insbesondere im Firmenumfeld kann der richtige Einsatz von MS Excel einen deutlichen Produktivitätsgewinn mit sich bringen.

Kursinhalt:  
- Was ist Excel, wozu dient es, was kann man damit machen?  
- Einführung in die Programm-Oberfläche, notwendige Fachbegriffe, nützliche Einstellungen  
- Eingabe von Daten, Verarbeitung von Daten  
- Formatierung von Daten

- Grundlegendes zu Formeln und Funktionen  
- viele Übungen  
- grafische Darstellungen (Diagramme etc.)

Grundlegende Kenntnisse in der Bedienung von Computern und des Betriebssystems MS Windows müssen vorhanden sein.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 16.05.2017 bis 23.05.2017, 17:30 - 20:45 Uhr, 2 Abende, 22,40 €, 8 UE

### 17F504103 MS Excel Aufbau

Dieser Kurs ist eine Ergänzung zu meinem MS Excel-Kurs und richtet sich an anspruchsvolle Anwender. Insbesondere ist er gut für Firmen geeignet, die bereits MS Excel einsetzen und dessen Potential besser ausnutzen möchten.

Kursinhalt:  
- intensive Übungen im Umgang mit MS Excel  
- Erstellung komplexer Formeln und Funktionen  
- Datenimport und -auswertung  
- grafische Darstellungen  
- Kreuztabellen (Pivot-Tabellen)  
- Erstellung und Verwendung von Vorlagen  
- Erstellung und Verwendung von Formularen  
- Teamarbeit (mehrere Anwender bearbeiten ein Excel-Sheet)  
- jede Menge sonstiger nützlicher Tipps und Hinweise

Voraussetzungen:  
Der Kurs ist als Aufbaukurs zu meinem MS Excel-Grundkurs konzipiert. Der Besuch dieses Kurses ist allerdings keine zwingende Voraussetzung.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 30.05.2017 bis 20.06.2017, 17:30 - 20:45 Uhr, 4 Abende, 44,80 €, 16 UE

### 17F504105 Präsentation mit MS PowerPoint

MS PowerPoint hat sich über die Jahre hinweg zum de facto Standard für Präsentationen aller Art entwickelt. Wann immer ein Sachverhalt einem größeren Publikum, Kunden, Mitarbeitern usw. erläutert werden soll, kommt sehr häufig PowerPoint zum Einsatz.

Kursinhalt:  
- Schnelle, effektive Erstellung und Gestaltung der Vortragsfolien  
- Tipps & Tricks

Darüber hinaus bietet der Kurs viele Hinweise für eine gute Vortragstechnik insgesamt. Unter anderem: Was gehört auf eine Folie, was gehört nicht auf eine Folie, was unterscheidet einen guten Vortrag von einem Schlechten. Allgemeine Kenntnisse im Umgang mit dem Computer und dem Betriebssystem MS Windows müssen vorhanden sein.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 2 Abende, 22,40 €, 8 UE

### 17F501903 Daten sichern, aber richtig!

Spätestens dann, wenn eine Festplatte mit wichtigen Daten plötzlich defekt ist, ist der Ärger



Sie können etwas,  
was andere lernen wollen?

Werden Sie Kursleiter  
an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht engagierte Kursleiterinnen und Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter [vhs-th.de/kursleiter-werden](http://vhs-th.de/kursleiter-werden) oder bei Ihrer VHS!





## Berufliche Bildung, Kommunikation, EDV



groß. Wie Datensicherung richtig funktioniert und welche verschiedenen Möglichkeiten es dabei gibt, vermittelt dieser Kurs „Daten sichern, aber richtig!“. Auch die Einrichtung eines Sicherungsservers, das Anlegen eines Images und die Sicherung über Programme von Drittanbietern werden erörtert. PC-Grundkenntnisse sind erwünscht.

Uwe Schmidt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 09.05.2017 bis  
30.05.2017, 14 - 17:15 Uhr,  
4 Vormittage,  
44,80 €, 16 UE

### 17F501102 Fotos von Digitalkamera oder Handy auf den PC übertragen – erste Schritte

Nach dem Urlaub immer wieder dieselbe Frage: Wie bekomme ich meine Bilder von der Digitalkamera auf meinen Windows-PC? Einfach die Kamera mit dem mitgelieferten Kabel an den Windows-PC/Laptop anstöpseln und dann die Bilder importieren? So einfach ist es aber nicht immer. Je nachdem, was Sie für eine Windows-Version verwenden, ist die Herangehensweise unterschiedlich. In diesem Kurs wird darauf eingegangen, mit welchen Mitteln Sie in der Lage sind, Ihre Bilder geordnet auf Ihren Windows-PC/Laptop zu übertragen und soweit aufzubereiten, dass die Bilder in anderen Anwendungsprogrammen zur Verfügung stehen. Dieser Kurs bildet eine ideale Grundlage für den VHS-Kurs rund um Fotobücher oder -kalender. Bitte Digi-Cam und Gebrauchsanweisung Ihrer Kamera mitbringen. Kurs auch mit eigenem Laptop möglich.

Uwe Schmidt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 09.05.2017 bis  
30.05.2017, 09:30 - 12:45 Uhr,  
4 Nachmittage,  
33,60 €, 16 UE

### 17F211104 Bildbearbeitung für Einsteiger

Dieser Einsteiger-Kurs richtet sich an alle, die an elektronischer Bildbearbeitung interessiert sind. Die digitale Fotografie sowie die Weiterverarbeitung der Bilder sind ein spannendes und interessantes Hobby. Leben Sie Ihre Kreativität voll aus!

Der Kurs besteht aus zwei Teilen: Im ersten (kleineren) Teil geht es hauptsächlich um Bildverwaltung. Wenn Sie Interesse an digitaler Fotografie haben, dann fallen üblicherweise in vergleichsweise kurzer Zeit Mengen an Fotos an. Viele verlieren dann den Überblick. Hier werden Strategien und Werkzeuge (Computerprogramme) vorgestellt, die Ihnen bei der Verwaltung und Katalogisierung Ihrer Fotos helfen. Darüber hinaus erlauben diese Programme auch, Veränderungen der Fotos vorzunehmen: Größe ändern, Aufhellen/ Abdunkeln, Text einfügen usw. Des Weiteren zeige ich Ihnen, wie Sie auf einfachem Wege Diashows, Bildschirmschoner etc. erstellen können. Der Druck von Fotos auf verschiedene Medien ist ebenfalls Thema.

Im zweiten ausführlicheren Teil erlernen Sie die Grundlagen der Bildretusche, also das gezielte Manipulieren von Fotos. Nach Beendigung des Kurses fehlt Ihnen zwar noch etwas die Übung, aber Sie sind grundsätzlich in der Lage, störende Elemente aus Bil-

dern zu entfernen, neue Elemente in Bilder einzufügen usw. Ebenso wissen Sie dann, wie Sie vorgehen müssen, wenn Sie Elemente aus Bildern ausschneiden wollen, um diese zum Beispiel in einem Flyer, auf einem Plakat oder einfach in einem Brief zu verwenden. Selbstverständlich werden während des Kurses Ihre Fragen beantwortet und Sie erhalten darüber hinaus jede Menge nützliche Tipps und Hinweise. Sie können eigene Fotos mitbringen, wenn Sie zu diesen gezielte Fragen haben. Der Kurs richtet sich an Einsteiger in die Bildbearbeitung. Grundkenntnisse im Umgang mit Computern sowie dem Betriebssystem MS Windows müssen jedoch vorhanden sein. Zum Einsatz kommt ausschließlich Software (Programme), welche lizenzkostenfrei verfügbar ist.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 7 Abende,  
78,40 €, 28 UE

### 17F211106 Analoge Fotografie mit der selbstgebauten Kamera

Die Digitalfotografie boomt: Immer mehr Megapixel, immer mehr Automatikfunktionen. Fotos kosten nichts mehr und sind schnell gemacht. Dies führt oft zu einer Art Schrotschusstechnik, bei der die bewusste Auseinandersetzung mit dem Motiv fehlt. Einige Fotografierende kehren deshalb zur Analogfotografie (auf Film) zurück. Durch diese „Wiederentdeckung der Langsamkeit“ erreicht man deutlich bessere Bilderergebnisse, weil eine intensivere Auseinandersetzung mit dem Motiv erfolgt. Diese Erkenntnisse schlagen dann auch wiederum bei der Fotografie mit digitalen Kameras durch und führen zu „besseren“ Bildern.

Eine selbstgebaute Kamera (Bausatz) hilft darüber hinaus, optisch/physikalische Zusammenhänge (auch moderner Kameras) besser zu verstehen und sorgt für einen erhöhten Spaßfaktor. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, etwas Bastelgeschick schadet nicht. Es fallen zusätzlich zur Kursgebühr Materialkosten in Höhe von 30 € an, die vor Kursbeginn zu entrichten sind. Ihre selbstgebaute Kamera dürfen sie selbstverständlich behalten.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 4 Vormittag,  
56,00 €, 20 UE

### 17F211101 Grundlagen der digitalen Fotografie

In diesem Kurs dreht sich alles um Fotografie. Angefangen von den Grundlagen der Technik bis hin zum optimal am Computer bearbeiteten Foto vermittelt dieser Kurs nicht nur die notwendigen Kenntnisse technischer Zusammenhänge, sondern widmet sich ebenso der Ausarbeitung von Bildern am Computer zu Motivwahl und Bildgestaltung bis hin zur Bildpräsentation. Theorie und praktische Übungen (3 Exkursionen in Eisenach bzw. der näheren Umgebung) wechseln sich ab. Dadurch werden Sie in die Lage versetzt, das Gehörte unmittelbar praktisch zu erproben und zu festigen. Dass Ihre Kamera ungeahntes technisches Potential birgt, werden Sie feststellen, wenn wir uns mit der Bearbeitung von Raw-Dateien auseinandersetzen. Darüber hinaus erhalten Sie viele praktische Tipps und Hilfen. Für die Beantwortung Ihrer individuellen Fragen ist ausreichend Zeit vorhanden.

Welche Kamera Sie besitzen ist egal. Allgemeine Computerkenntnisse sollten vorhanden sein. Wenn Sie einen Laptop besitzen, so können Sie diesen selbstverständlich mitbringen.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 8 Abende,  
89,60 €, 32 UE

### 17F211102 Einfach bessere Fotos

Sie fotografieren gerne, haben sich eine Kamera gekauft und sind aber dennoch mit Ihren Fotos nicht ganz zufrieden? Dann ist dieser Kurs für Sie! Um ein

bisschen Theorie zu Blende, Zeit, DOF und ISO werden wir nicht herumkommen, aber der größte Teil des Kurses wird sich der praktischen Fotografie widmen. Wir werden Bilder machen und uns anschließend darüber austauschen, was man besser machen könnte und sollte. Sie bekommen Möglichkeiten und Methoden der Weiterverarbeitung sowie jede Menge praktische Tipps und Hilfen vermittelt. Durch den großen Praxisanteil werden Sie sehr rasch Erfahrungen gewinnen, die Sie nach dem Ende des Kurses bei Ihren eigenen Aktivitäten gewinnbringend einsetzen können. Selbstverständlich ist für Ihre Fragen ausreichend Zeit vorhanden. Welche Kamera Sie besitzen oder verwenden ist egal. Besitzer einer Spiegelreflex sind genauso willkommen wie Menschen, die mit dem Smartphone fotografieren. Bitte bringen Sie bei technischen Fragen immer das Handbuch zu Ihrer Kamera mit!

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
samstags, Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 6 Vormittage  
67,20 €, 24 UE

### 17F211105 HDR- Fotografie

Ein HDR-Foto (High Dynamic Range Image) ist ein Foto mit hohem Dynamikumfang oder Hochkontrastbild. Es ist ein digitales Bild, das große Helligkeitsunterschiede detailreich wiedergibt. Dieses dient dazu, Über- oder Unterbelichtungen zu vermeiden oder auch nur um des reinen grafischen Effektes wegen.

Im Workshop erlernen Sie die Grundlagen der HDR-Fotografie. Sofern Sie eine eigene, geeignete Kamera besitzen, werden Sie unter Anleitung eigene HDR-

## Impressum

**Herausgeber:** Wartburgstadt Eisenach, Stadtverwaltung

**Redaktion:** Volkshochschule Eisenach  
Schmelzerstr. 19, 99817 Eisenach  
Tel.: 03691 2932-0  
Fax: 03691 2932-30  
E-Mail: vhs@eisenach,  
Webseite: www.eisenach.de/vhs

**Gestaltung:** FUNKE PrePress GmbH  
Gottstedter Landstraße 6  
99092 Erfurt

**Fotos:** Fotolia, VHS Eisenach

**Druck:** Druckzentrum Erfurt GmbH  
Gottstedter Landstraße 6  
99092 Erfurt

Uwe Schmidt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 28.02.2017 bis  
14.03.2017, 14 - 17:15 Uhr,  
3 Nachmittage,  
33,60 €, 12 UE

### 17F501902 Computersprechstunden für Senioren

Sie beschäftigen sich schon längere Zeit mit einem PC. Hin und wieder stoßen Sie jedoch auf Probleme, die Sie nicht allein lösen können. Der Computertreff wird regelmäßig durchgeführt und soll helfen, diese Schwierigkeiten in Zusammenarbeit mit den anderen Teilnehmenden zu lösen.

Unser Vorschlag: Bringen Sie Ihre Fragen, Ihre technischen Probleme (und evtl. Ihre Geräte) mit zum Workshop. Unser Dozent Herr Schmidt findet schnell die Lösung.

Uwe Schmidt  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
dienstags, 28.02.2017 bis  
02.05.2017, 09:30 - 12:45 Uhr,  
8 Vormittage,  
89,60 €, 32 UE



## Berufliche Bildung, Kommunikation, EDV



Fotos erstellen. Wenn Sie keine geeignete Kamera besitzen, bekommen Sie Übungsbilder zur Verfügung gestellt. Sie werden umfassend in die Technik und in die vielfältigen Möglichkeiten der HDR-Fotografie eingewiesen. Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer und dem Betriebssystem MS Windows.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
samstags, Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 3 Vormittage  
33,60 €, 12 UE

### 17F500101 Mein neues Tablet

Der Kurs ist für Tablets mit dem Betriebssystem Android konzipiert. Tablets sind eine interessante Ergänzung zu einem PC oder Notebook. Sie sind leicht, benötigen keine Tastatur, haben eine lange Akkulaufzeit und sind quasi immer und überall schnell zur Hand. Die Teilnehmer beschäftigen sich mit der grundlegenden Bedienung, der Nutzungsmöglichkeiten vorhandener Anschlüsse. Der Kurs zeigt typische Anwendungen wie E-Mail, Internet, das Lesen von E-Books, skypen und auch das Schreiben von Texten. Darüber hinaus werden auch die Installation/ Deinstallation von Apps und die Synchronisation von Daten z. B. mit einem Smartphone behandelt. Die eigenen „aufgeladenen“ Tablets bitte mitbringen. Der Kurs ist

auch für Interessenten geeignet, die sich vor einer Anschaffung informieren möchten.

Ludwig Glöckner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
montags, 06.03.2017 bis  
20.03.2017, 17 - 20:15 Uhr,  
3 Abende,  
33,60 €, 12 UE

### 17F500106 Smartphone

Smartphones, die „schlauere Telefone“, verdrängen langsam aber sicher die klassischen Handys. Sie sind Handy und Computer in einem. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen im Kurs, was diese Geräte neben dem Telefonieren noch so alles können, welche Kosten möglicherweise entstehen werden und erhalten eine Übersicht über aktuelle Geräte und Tarife. Dieses Wissen kann gut zu einer Kaufentscheidung herangezogen werden, denn diese „Handys“ sind nicht nur Computer, sie kosten auch so viel. Ebenso werden die aktuellen „Tablets“, also die etwas größeren Geräte, behandelt.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
montags, 27.03.2017 bis  
03.04.2017, 17:30 - 20 Uhr,  
2 Abende,  
16,80 €, 6 UE

### 17F211103 Bessere Fotos mit dem Smartphone

Die beste Kamera ist immer noch die, die Sie dabei haben. Für viele Menschen ist das die Kamera ihres Smartphones. Der Kurs zeigt, dass sich auch mit dem Smartphone beeindruckend schöne Bilder machen lassen und vermittelt außerdem Kenntnisse zu den Möglichkeiten der Bildbearbeitung direkt auf dem Smartphone. Sie lernen, das Potential Ihres Smartphones voll auszunutzen. Es werden hierzu diverse Apps vorgestellt und deren Benutzung erläutert. Auch kommen Motivwahl sowie die Grundlagen der Bildgestaltung nicht zu kurz. Viele Tipps und Tricks runden den Kurs ab. Für Ihre Fragen ist ausreichend Zeit eingeplant.

Lars Gebauer  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
samstags, Bitte anmelden und Interesse bekunden, Beginn bei 8 Teilnehmern, 3 Vormittage  
33,60 €, 12 UE

### 17F500102 Navigation mit dem Smartphone für Radfahrer und Wanderer

Wer recht häufig in unbekanntem Gelände wandert oder mit dem Fahrrad fährt, kennt das Problem: Sie sind auf eine gute Ausschilderung angewiesen und müssen sehr aufmerksam auf die Wegweisung achten. Sie können sich

natürlich auch Wander- oder Radkarten kaufen und danach navigieren. Häufige Pausen sind dann vorprogrammiert. Das alles geht viel leichter! Wenn Sie ein Smartphone besitzen, dann nutzen Sie doch dieses ganz ähnlich wie Ihr Navigationsgerät im Auto. Wie das geht, erfahren Sie im Kurs mit den Themen:

Navigationslösungen und deren Kosten, z. B. Komoot als kostenpflichtige Lösung, Oruxmaps als kostenlose Lösung, GPSies als kostenlose Lösung, Installation und Einrichtung der App auf dem Smartphone, Installation und Einrichtung des Computerprogramms, Strecken am PC erstellen

und auf das Smartphone übertragen, gefahrene Strecken aufzeichnen und anderen zur Verfügung stellen, Strecken von anderen nutzen, Befestigung des Smartphones am Fahrrad. Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem PC werden vorausgesetzt. Bitte mitbringen: Android-Smartphone, Verbindungskabel Smartphone-PC, Laptop, wenn vorhanden.

Ludwig Glöckner  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11  
freitags, 05.05.2017 bis  
12.05.2017, 17 - 20:15 Uhr,  
2 Abende, 22,40 €, 8 UE

### Für Weiterbildung frei gestellt - Bildungsfreistellung



Seit 1. Januar 2016 haben Beschäftigte in Thüringen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr bezahlt freistellen zu lassen. Die Bildungsfreistellung kann genutzt werden für vom Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport anerkannten Bildungsveranstaltungen der

- gesellschaftspolitischen,
- arbeitsweltbezogenen oder
- ehrenamtsbezogenen Bildung.

Anträge müssen spätestens 8 Wochen vor der geplanten Maßnahme schriftlich beim Arbeitgeber eingereicht werden.

Weiterführende Informationen finden Sie auf der Webseite des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport:

<http://www.thueringen.de/th2/tmbjs/bildung/bildungsfreistellung/>  
Fragen Sie bei Ihrer Volkshochschule nach passenden Angeboten!



## Grundbildung



### 17F602101 Vorbereitung auf den Realschulabschluss

Vorbereitungslehrgang auf die externe Prüfung zum nachträglichen Erwerb des Realschulabschlusses gemäß § 69 der Thüringer Schulordnung.

Dieser Kurs richtet sich besonders an Interessenten, die ohne Abschluss die Schule verlassen haben. Sie werden auf der Grundlage staatlicher Lehrpläne binnen eines Jahres auf die Prüfung vorbereitet.

Voraussetzungen:

- Abschluss der Klasse 9
- Englischkenntnisse
- Mindestalter 16 Jahre
- Nichtschüler (kein gleichzeitiger Besuch eines Gymnasiums oder einer Berufsschule)

Unterrichtsfächer:

Deutsch, Englisch, Mathematik, Biologie, Physik, Geographie, Geschichte, Sozialkunde, Musik

Die Vorbereitungskurse für die Schulabschlüsse beginnen nach Bedarf.

N.N.  
montags bis freitags,  
17 - 20:15 Uhr  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10

### 17F607101 VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben

Alphabetisierung - Lesen und Schreiben von Grund auf Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben, erhalten im VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

Für Analphabeten sind Zeitungs- und Buchtexte so wenig verständlich, wie für die meisten

### Lesen und Schreiben für Erwachsene



Alfa-Telefon  
08 00 - 53 33 44 55



**Lernzentrum**  
Lesen und Schreiben

Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schriftsprache nicht kennt, benutzt sie nicht. Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration. Allein in Thüringen leben ca. zweihunderttausend deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nur sehr wenig lesen und schreiben können. Bedenklich ist auch die Tatsache, dass in Deutschland jährlich fast 90.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss verlassen und somit vom Erwerb berufsbezogener Grundkompetenzen so gut wie ausgeschlossen sind.

Die Eisenacher Volkshochschule bietet Kurse an, in denen Erwachsene lesen und schreiben lernen können. Hier können sie in kleinen und persönlichen Gruppen und mit fachgerechter Unterstützung genau das lernen, was sie für Alltag oder Beruf an Les- und Schreibkenntnissen brauchen.

In einem ersten Beratungsgespräch informieren wir ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte. Wir beraten diejenigen, die einen Kurs besuchen wollen, aber auch alle anderen, die sich mit dem Thema beschäftigen.

Bei der Beratung wird selbstverständlich die volle Anonymität gewahrt, sie ist vertraulich und kostenfrei!

Wenn Sie jemanden aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, der nicht ausreichend lesen und schreiben kann, dann ermuntern Sie ihn doch, sich an der Volkshochschule beraten zu lassen. (Tel. 03691/29320)

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.vhs-th.de/alpha-betisierung](http://www.vhs-th.de/alpha-betisierung).

Heidrun Lagodka  
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07  
montags, 20.02.2017 bis  
19.06.2017, 16:30 - 18 Uhr  
gebührenfrei

## Kursangebote des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin des St. Georg Klinikums:

### Babyschwimmen

**Kurs:** 10 Übungseinheiten je 30 Minuten,  
1x wöchentlich

**Kurstermine:** fortlaufend nach Anmeldung  
Mo. und Di.: 14.30 bis 15.00 Uhr  
und 15.30 bis 16.00 Uhr  
1 Nachholstunde möglich  
Mo. oder Di.: 15.00 bis 15.30 Uhr

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

### Fit im Rücken – Rückenschule

**Kurs:** 10 Übungsstunden je 60 Minuten,  
1 x wöchentlich

**Kurstermine:** fortlaufend nach Anmeldung und  
Absprache

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

### Sturzprävention im Alter

Ein Kurs für Interessenten, vorwiegend über 60 Jahre, die in ein gesundheitsorientiertes, sturzfreies Leben starten möchten.

**Kurs:** 10 Übungsstunden je 60 Minuten,  
1 x wöchentlich

**Kurstermine:** nach Absprache und Anmeldung im  
Zentrum für Physikalische und  
Rehabilitative Medizin

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

### Aquafitness

**Kurs:** 10 Übungsstunden je 60 Minuten,  
1 x wöchentlich

**Kurstermine:** fortlaufend nach Anmeldung  
Mo.: 13.00 bis 14.00 Uhr  
Mi.: 11.00 bis 12.00 Uhr und  
16.00 bis 17.00 Uhr  
Do.: 16.00 bis 17.00 Uhr  
Fr.: 11.00 bis 12.00 Uhr und  
14.00 bis 15.00 Uhr

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

### Beckenbodengymnastik

**Kurs:** 8 Übungseinheiten je 75 Minuten,  
1x wöchentlich

**Kurstermine:** fortlaufend nach Anmeldung und  
Absprache donnerstags 16.00 bis 17.15 Uhr

**Kursgebühr:** 75,00 Euro

### Wassergymnastik

**Kurs:** 10 Übungseinheiten je 30 Minuten,  
1 x wöchentlich Wassergymnastik im  
Therapiebecken des Zentrums für  
Physikalische und Rehabilitative Medizin

**Kurstermine:** fortlaufend nach Anmeldung  
Mo.: 08.30 bis 09.00 Uhr und  
Di. 08.00 bis 08.30 Uhr und 09.30 bis  
10.00 Uhr, Do. 08.30 bis 09.00 Uhr und  
10.00 bis 10.30 Uhr und 14.00 bis 14.30  
Uhr, Fr.: 08.00 bis 08.30 Uhr und  
10.00 bis 10.30 Uhr

**Kursgebühr:** 60,00 Euro

### Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

**Kurs:** 10 Übungseinheiten je 60 Minuten

**Kurstermine:** mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr  
nach vorheriger Anmeldung

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

### Knie- und Hüftschule

**Kurs:** 10 Übungseinheiten je 60 Minuten,  
1x wöchentlich

**Kurstermine:** nach Vereinbarung

**Kursgebühr:** 80,00 Euro

Um vorherige Anmeldung wird gebeten. Nähere Informationen erhalten unter der Telefonnummer 03691/ 698 33 10. Die Kursgebühr ist zu Beginn des Kurses zu entrichten. Die Kostenübernahme bzw. finanzielle Bezuschussung erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenversicherung.