



Die Volkshochschule Eisenach im 101. Jahr ihres Bestehens.

(Foto: Martin Scholz)

FRÜHLING-SOMMER-SEMESTER 2020



Gesellschaft



Kultur



Gesundheit



Sprache



Beruf



Schulabschluss



Grundbildung

Grußwort der Präsidentin des Thüringer Volkshochschulverbandes e.V.

Liebe Leserinnen und Leser,

die Volkshochschulen in Thüringen feierten 2019 ihr 100-jähriges Bestehen. Wir möchten uns bei Allen bedanken, die dabei geholfen haben, dass dieses Jahr mit Aktionen, Events, Chroniken, Broschüren, Festveranstaltungen u.a. gebührend begangen wurde. Wir freuen uns auf weitere 100 Jahre, in denen sich Volkshochschulen mit ihrem Kursprogramm in gesellschaftliche Diskurse einbringen und aktuelle Trends aufgreifen. An unserem Auftrag, den Zusammenhalt in der Gesellschaft zu fördern, halten wir auch in Zukunft fest. Aus diesem Grund freuen wir uns, dass die Volkshochschulen im kommenden Jahr das Thüringer Landesprogramm für Demokratie, Toleranz und Weltoffenheit mit einem eigenen Projekt gegen gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit unterstützen dürfen.



Außerdem ist es unser besonderes Anliegen, das Kursprogramm der Volkshochschulen und damit unseren Bildungsbegriff ständig weiter zu entwickeln. Themen wie Armut, Geschlechterungleichheit, Ressourcenknappheit, Zerstörung von Lebensräumen und humanitäre Krisen sollen in den VHS diskutiert werden, nicht nur die Teilnehmenden können daraus Folgen für ihr eigenes Handeln ableiten. Als Volkshochschulen werden wir uns allen Themen stellen.

Ein besonderer Dank gilt unseren Kursleiterinnen und Kursleitern, ohne die das Jubiläum und unsere Programme nur halb so abwechslungsreich und erfolgreich wären! Sie sind das Aushängeschild der vhs vor Ort. Ihrem Engagement sowie ihren sozialen und fachlichen Kompetenzen verdanken wir die hohe Anerkennung in der Bevölkerung.

Wenn auch Sie Freude daran haben, eigene Kenntnisse und Fähigkeiten weiterzugeben, werden Sie Teil unserer vhs-Familie und unterstützen Sie uns darin, Menschen zusammenzubringen, Vielfalt zu leben und das Programm zu bereichern. Werden auch Sie Kursleiterin/Kursleiter. <https://www.vhs-kursleiter-werden.de/>

Beim Entdecken der aktuellen Angebote der vhs wünsche ich Ihnen nun viel Spaß und Freude

Ihre

Christiane Schmidt-Rose
Präsidentin des Thüringer Volkshochschulverbandes e.V.

Vorwort der Oberbürgermeisterin

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

das neue Jahr hat vor wenigen Wochen begonnen. Sicherlich haben auch Sie einige Vorsätze für das Jahr 2020: Endlich alle Fotos sortieren und Alben erstellen, eine neue Sprache lernen, damit man im Urlaub mitreden kann, vielleicht aber auch das EDV-Programm Excel für den Beruf auffrischen oder etwas für die Gesundheit tun. Mit diesen Vorsätzen sind Sie genau richtig an der Eisenacher Volkshochschule, denn diese ist eine wichtige Adresse, wenn es um die berufliche oder private Fort- und Weiterbildung in der Wartburgregion geht.

Schnee und Eis lassen diesen Winter ja noch auf sich warten, aber die Volkshochschule Eisenach hat schon das neue Programm zum Frühling-Sommer-Semester 2020 zusammengestellt, das wie immer ein breitgefächertes Bildungsangebot in den verschiedensten Bereichen bietet.

Sehr gerne mache ich Sie auf zahlreiche neue Kurse und Vorträge der VHS Eisenach aufmerksam, die das Kultur- und Bildungsangebot unserer Stadt bereichern.

Am 26. März 2020 findet ab 16 Uhr in der Aula der VHS in Kooperation mit dem Stadtarchiv Eisenach ein so genanntes „Zeitzeugen-Café“ mit dem Titel „Besiegt – Besetzt – Befreit“ statt. Zeitzeugen berichten über ihre Erlebnisse und Erinnerungen zum Ende des Zweiten Weltkrieges mit dem Einmarsch der Amerikaner vor 75 Jahren am 6. April 1945 in Eisenach. Ergänzend zu den Erzählungen und Berichten werden Fotos und Dokumente des Eisenacher Stadtarchivs gezeigt. Ebenfalls im Fachbereich „Gesellschaft - Politik - Umwelt“ findet am 2. April 2020 ein Vortrag über den so genannten „Kapp-Lüttwitz-Putsch“ vom März 1920 statt, der die Abschaffung der noch jungen demokratischen Republik in Deutschland zum Ziel hatte. Ein weiterer Vortrag am 28. Mai 2020 behandelt die jüdische Geschichte Eisenachs am Beispiel der jüdischen Grabsteine auf dem Eisenacher Hauptfriedhof. Darüber hinaus wird ein Lehrgang über die Geschichte des Automobilbaus in Eisenach zur weiterführenden Qualifizierung von Gästen für das Museum „Automobile Welt Eisenach“ angeboten.

Im Fachbereich „Kultur und kreative Gestaltung“ findet erstmals ein Kurs zum kreativen Schreiben statt. Neu sind auch verschiedene Kreativ-Angebote, zum Teil in Vergessenheit geratener Handarbeitstechniken wie Nadelbinden (ähnelt dem Stricken) und Sprang (Flechttechnik).

Im Fachbereich „Gesundheitsbildung“ ist das Gesundheitswandern als Kursangebot neu im Programm, ebenso ein Vortrag am 25. Mai 2020 über Formen der Bewältigung von emotionalen Belastungen, verschiedene Entspannungskurse von Yoga bis Meditation und allerlei Kochangebote wie beispielsweise „Kochen wie im Mittelalter“ am 21. April 2020.

Ich freue mich über Ihr Interesse am Lernen und an den Weiterbildungsangeboten der Volkshochschule Eisenach. Haben Sie Freude beim Entdecken spannender Angebote und viel Spaß in den Kursen des neuen Semesters.

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, diese finden Sie hier im Heft, in der Geschäftsstelle der VHS oder im Internet unter www.eisenach.de/vhs.

Mit der Anmeldung sind die Satzungen der Volkshochschule, die Allgemeinen Hinweise und die Hausordnungen Bestand-

teil 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

Osterferien:	06.04. – 19.04.2020
Sommerferien:	20.07. – 30.08.2020

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
Anmeldeformular und Merkblatt zur DSGVO	4
Leitbild der VHS Eisenach	5
Gebührensatzung der VHS Eisenach	5
 Politik – Gesellschaft – Umwelt	6
 Kultur und kreative Gestaltung	8
 Gesundheitsbildung	11
 Sprachen und Integration	16
 Arbeit und Beruf – Informationstechnologie	21
 Schulabschlüsse	22
 Grundbildung und Alphabetisierung	22
Satzung der VHS Eisenach	23

Allgemeine Informationen



Volkshochschule
Eisenach

Volkshochschule Eisenach

99817 Eisenach

Schmelzerstraße 19

Tel.: 03691/670-550; Fax: 03691 / 670 555

E-Mail: vhs@eisenach.de

Das Team der Volkshochschule Eisenach

Martin Scholz, M.A.

Komm. Leiter

E-Mail:

martin.scholz@eisenach.de

Telefon: 03691 / 670 551

Christiane Leischner, M.A.

Fachbereichsleiterin

E-Mail:

christiane.leischner@eisenach.de

Telefon: 03691 / 670 552

Beatrix Kühl

Sekretariat und Verwaltung

E-Mail:

beatrix.kuehl@eisenach.de

Telefon: 03691 / 670 550

Julia Rumor

Gebühren und Verwaltung

E-Mail:

julia.rumor@eisenach.de

Telefon: 03691 / 670 553

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
- Rennsteigwanderhaus Hörschel, Rennsteigstraße 9
- Kulturhaus Neukirchen, Hötzelsrodaer Straße 2



Öffnungszeiten

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



Volkshochschule
Eisenach

Anmeldeformular

Diese Anmeldung bitte ausgefüllt an die Geschäftsstelle der VHS Eisenach, Schmelzerstraße 19, 99817 Eisenach oder per E-Mail vhs@eisenach.de oder per Fax 03691 670555 senden. Bitte beachten Sie, dass eine Kursanmeldung nur mit erteilter Lastschriftgenehmigung möglich ist. Eine kostenfreie Stornierung ist nur bis max. drei Werktage vor Kursbeginn möglich. **Bitte notieren Sie sich das Beginndatum des Kurses, da Sie keine gesonderte Einladung von uns erhalten. Wir informieren Sie nur bei Veränderungen.**

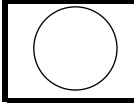
Kursnummer/Kurstitel* _____
 Name* _____ Vorname* _____
 Geburtsdatum* _____
 Straße* _____ Hausnr.* _____
 PLZ* _____ Wohnort* _____
 Tel. privat _____ Tel. dienstl. _____
 Mobilfunknummer _____ E-Mail-Adresse _____

*Pflichtfeld
Die Allgemeinen Hinweise für Kursteilnehmer, die Satzung und die Gebührensatzung sowie das Merkblatt zur Erhebung von personenbezogenen Daten (gem. Art. 13 DSGVO) der Volkshochschule Eisenach habe ich zur Kenntnis genommen.

Einwilligungserklärung:

Mit der freiwilligen Angabe meiner E-Mail-Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, über Angebote der VHS Eisenach per E-Mail informiert zu werden.

Ort/Datum: _____ 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.

SEPA - Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige ich die Stadt Eisenach die Teilnahmegebühr für o.g. Kurs bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos einzuziehen. Gläubiger-ID: DE7503300000076704

Gebühr _____, _____ €

Geldinstitut _____

BIC _____

IBAN _____

Kontoinhaber/in _____
(bei abweichendem Kontoinhaber bitte Adresse angeben)

Unterschrift: _____

Merkblatt zur Erhebung von personenbezogenen Daten

(Informationspflicht gem. Art. 13 DSGVO - Direkterhebung beim Betroffenen)

Verfahren: Kursanmeldung an der Volkshochschule Eisenach

- Namen und Kontaktdaten des Verantwortlichen** (Art. 13 Abs. 1 lit. a DSGVO)
 Verantwortlicher: Stadtverwaltung Eisenach, Die Oberbürgermeisterin, Markt 1, 99817 Eisenach
 Innerorganisatorisch für die Datenverarbeitung verantwortlich: Amt 40 / Amt für Bildung, Abteilung 40.3 / Volkshochschule Eisenach
 Kontakt: Volkshochschule Eisenach, Schmelzerstraße 19, 99817 Eisenach,
 Telefon 03691 - 670 550, Fax 03691 - 670 555, E-Mail vhs@eisenach.de
- Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten** (Art. 13 Abs. 1 lit. b DSGVO)
 Postanschrift: Datenschutzbeauftragter, Markt 2, 99817 Eisenach
 Kontakt: Telefon 03691 - 670 125, Fax 03691 - 670 911, E-Mail datenschutz@eisenach.de
- Zwecke der Datenverarbeitung** (Art. 13 Abs. 1 lit. c DSGVO)
 Oberkategorie: Realisierung von vertraglicher und vertraglicher Zwecke
 Unterkategorie: Kursanmeldung an der Volkshochschule Eisenach
- Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung** (Art. 13 Abs. 1 lit. c HS 2 DSGVO)
 Die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt gem. Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO auf der Grundlage Ihrer im Rahmen des Anmeldeformulars der Volkshochschule Eisenach gegebenen Einwilligung.
- Empfänger oder Kategorien von Empfängern** (Art. 13 Abs. 1 lit. e DSGVO)
 Ihre personenbezogenen Daten erhalten folgende Empfänger bzw. Kategorien von Empfängern:
 innerhalb des Verantwortlichen: Stadtverwaltung Eisenach
 Dritte (außerhalb des Verantwortlichen): Kursleiter auf Honorarbasis der Volkshochschule Eisenach
- Übermittlung an ein Drittland oder eine internationale Organisation** (Art. 13 Abs. 1 lit. f DSGVO)
 Ihre personenbezogenen Daten werden an ein Drittland oder eine internationale Organisation übermittelt: ja nein
- Dauer der Speicherung bzw. Kriterien für die Festlegung der Dauer** (Art. 13 Abs. 2 lit. a DSGVO)
 Die konkrete Speicherdauer kann zum jetzigen Zeitpunkt nicht angegeben werden. Daher werden die Daten so lange gespeichert, wie dies unter Beachtung gesetzlicher Aufbewahrungsfristen für die von vertraglichen und vertraglichen Zwecke erforderlich ist.
- Rechte der Betroffenen im Rahmen der Verarbeitung** (Art. 13 Abs. 2 lit. b DSGVO)
 Die nachfolgenden Rechte bestehen nur nach den jeweiligen gesetzlichen Voraussetzungen und können auch durch spezielle Regelungen eingeschränkt oder ausgeschlossen sein. Die betroffene Person hat das Recht, von dem Verantwortlichen eine Bestätigung darüber zu verlangen, ob sie betreffende personenbezogene Daten verarbeitet werden; ist dies der Fall, so hat sie ein Recht auf Auskunft über diese personenbezogenen Daten und auf die in Art. 15 DSGVO im einzelnen aufgeführten Informationen. Die betroffene Person hat das Recht, von dem Verantwortlichen unverzüglich die Berichtigung sie betreffender unrichtiger personenbezogener Daten und ggf. die Vervollständigung unvollständiger personenbezogener Daten zu verlangen (Art. 16 DSGVO). Die betroffene Person hat das Recht, von dem Verantwortlichen zu verlangen, dass sie betreffende personenbezogene Daten unverzüglich gelöscht werden, sofern einer der in Art. 17 DSGVO im einzelnen aufgeführten Gründe zutrifft, z. B. wenn die Daten für die verfolgten Zwecke nicht mehr benötigt werden (Recht auf Löschung). Die betroffene Person hat das Recht, von dem Verantwortlichen die Einschränkung der Verarbeitung zu verlangen, wenn eine der in Art. 18 DSGVO aufgeführten Voraussetzungen gegeben ist, z. B. wenn die betroffene Person Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt hat, für die Dauer der Prüfung durch den Verantwortlichen. Die betroffene Person hat das Recht, aus Gründen, die sich aus ihrer besonderen Situation ergeben, jederzeit gegen die Verarbeitung sie betreffender personenbezogener Daten Widerspruch einzulegen. Der Verantwortliche verarbeitet die personenbezogenen Daten dann grundsätzlich nicht mehr (Art. 21 DSGVO). Die betroffene Person hat das Recht, die sie betreffenden personenbezogenen Daten in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesbaren Format zu erhalten und diese Daten einem anderen Verantwortlichen zu übermitteln, (Art. 20 DSGVO).
- Recht auf Widerruf der Einwilligung bei einer Verarbeitung nach Art. 6 Abs. 1 lit. a oder Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO** (Art. 13 Abs. 2 lit. c DSGVO)
 Beruht die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten auf einer Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO / Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO), haben Sie das Recht, die Einwilligung jederzeit zu widerrufen, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung berührt wird.
- Beschwerderecht bei einer Aufsichtsbehörde** (Art. 13 Abs. 2 lit. d DSGVO)
 Im Rahmen der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten haben Sie das Recht auf Beschwerde bei der Aufsichtsbehörde nach Art. 77 Abs. 1 DSGVO. Dies ist in Thüringen der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit, Häßlerstraße 8, 99096 Erfurt (www.tfdi.de).
- Gesetzliche oder vertragliche Pflicht zur Bereitstellung der Daten** (Art. 13 Abs. 2 lit. e DSGVO)
 Die Bereitstellung Ihrer personenbezogenen Daten ist: gesetzlich vorgeschrieben vertraglich vorgeschrieben für einen Vertragsabschluss erforderlich. Sie sind verpflichtet Ihre personenbezogenen Daten bereitzustellen: ja nein
 Die Folgen Ihrer Nichtbereitstellung sind:
 Bei einer möglichen Verweigerung der Einwilligung zur Datenverarbeitung ist die Kursteilnahme ausgeschlossen.
- Automatisierte Entscheidungsfindung einschließlich Profiling gemäß Art. 22 Abs. 1, 4 DSGVO** (Art. 13 Abs. 2 lit. f DSGVO)
 Die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt mittels automatisierter Entscheidungsfindung einschließlich Profiling gemäß Art. 22 Abs. 1, 4 DSGVO: ja nein
- Weiterverarbeitung für einen anderen Zweck** (Art. 13 Abs. 3 DSGVO)
 Ihre personenbezogenen Daten werden für einen anderen Zweck weiterverarbeitet als den, für den die Daten erhoben wurden: ja nein



Politik – Gesellschaft – Umwelt



2XF00001 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 Eisenach oder den Thüringer Volkshochschulverband e.V. Sie können sich bezüglich der Prüfungsmodalitäten jederzeit gern persönlich beraten lassen.

Freitag, 08.05.2020, 14 – 15 Uhr, Raum 06

Die Anmeldung ist bis zum 06.04.2020 beim Thüringer Volkshochschulverband e.V. in Jena erforderlich.

Weitere Termine: Freitag, 10.07.2020 (Anmeldung bis 08.06.2020)



2XF100101 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 gewisse sehr eindrückliche Führung durch das Theatergebäude am Theaterplatz mit Zuschauerraum, Garderoben und Bühnen u.v.a.m. N.N.

Landestheater Eisenach,
Theaterplatz
Dienstag, 05.05.2020,
14 - 15:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



2XF101101 100 Jahre Gründung des Landes Thüringen

Jahrhunderte feudaler Erbteilungen schufen den kleinstaatlichen Flickenteppich von Ländern und Ländchen der (teilweise noch bis 1945) die Thüringer Landkarte prägte. Bis auf die preußischen

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.

Gebiete, wie Erfurt oder Sondershausen, schlossen sich die acht Thüringer Staaten zum ersten Mai 1920 als Land Thüringen zusammen. Weimar wurde die Hauptstadt und man schuf ein Wappen mit acht Sternen nach dem Vorbild der US-Flagge. Die Regierung aus bürgerlichen und linken Demokraten versuchte das Land umfangreich zu reformieren und zu demokratisieren. Zahlreich waren die Vorhaben, wie z.B. gemeinsames Lernen von Jungen und Mädchen, die Abschaffung der Schulgebete und der Prügelstrafe. Damit stand die Regierung schnell im Widerspruch zu den alten, konservativen Eliten des Landes. Dieser Vortrag beleuchtet die Vorgänge der Landesgründung und gibt einen kurzen Überblick über die Ereignisse bis zum Ende der Reformregierung Anfang 1924.

Vortrag von Michael Kellner, Historiker und Vorsitzender des Eisenacher Geschichtsvereins
Michael Kellner
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Mittwoch, 29.04.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



2XF101102 100 Jahre Kapp-Lüttwitz Putsch

Die erste deutsche Republik hatte sich gerade erst konstituiert, als sich im März 1920 die Reichswehr und Freikorps unter General Lüttwitz und Landschaftsdirektor Kapp gegen den neuen Staat erhoben. Die Regierung flüchtete aus der Hauptstadt Berlin. Fast im ganzen Reich übernahm die Reichswehr die „öffentliche Kontrolle“. Doch die Bevölkerung hatte genug von Krieg und Militär. Ein Generalstreik, über politische Grenzen hinweg, ließ den Putsch schon nach fünf Tagen zusammenbrechen. Den Putschisten passierte fast nichts. Aber zahlreiche Gegner der Putschisten blieben tot zurück. So starben auch in Eisenach und aus Thal unschuldige Bürger. Der Vortrag beleuchtet

die Vorgeschichte und die Ereignisse in Thüringen bis in das erste Halbjahr 1920.

Vortrag von Michael Kellner, Historiker und Vorsitzender des Eisenacher Geschichtsvereins
Michael Kellner
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07
Donnerstag, 02.04.2020,
18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



2XF101103 Zeitzeugencafé „Besiegt - Besetzt - Befreit“

Zeitzeugen berichten über das Ende des Zweiten Weltkrieges mit dem Einmarsch der Amerikaner vor 75 Jahren am 6. April 1945 in Eisenach. Ergänzend zu den Erzählungen und Berichten werden Fotos und Dokumente des Stadtarchivs Eisenach präsentiert. Kaffee und Kuchen runden diese Veranstaltung ab.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Stadtarchiv Eisenach.
Christopher Launert und Martin Scholz
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13, Donnerstag, 26.03.2020, 16 - 19 Uhr, gebührenfrei, 4 UE



2XF101104 Automobilbau in Eisenach - Ein Lehrgang zur weiterführenden Qualifizierung von Gästeführern, aber auch für interessierte Bürger

Im Kurs wird die Historie des Automobilbaus in Eisenach anschaulich und ausführlich behandelt und mit der politischen und stadtgeschichtlichen Entwicklung verknüpft. Der Kurs ist konzipiert zur weiterführenden Qualifizierung von Gästeführern, steht aber auch interessierten Bürgern offen. Es kann am Ende eine Prüfung abgelegt werden, um zukünftig Besucher selbstständig durch die Ausstellung im Museum „Automobile Welt Eisenach“ führen zu können.

Matthias Doht u.a.
Museum „Automobile Welt Eisenach“, mittwochs, 22.04.2020 bis 01.07.2020, 18 - 19:30 Uhr, 11 Veranstaltungen, 57,50 €, 23 UE



2XF101105 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 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 sch-

reiben und lesen.

Teilnehmer, 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 € direkt bei der Kursleiterin erwerben.

Birgit Tröbe
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
mittwochs, 03.06.2020 bis 24.06.2020, 16 - 18:15 Uhr, 4 Abende, 45,00 €, 12 UE

2XF101106 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 € direkt bei der Kursleiterin erwerben.

Birgit Tröbe
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
mittwochs, 03.06.2020 bis 24.06.2020, 18:30 - 20 Uhr, 4 Abende, 30,00 €, 8 UE

2XF101107 Bis zu 1000 Jahre alte Hand- schriften lesen können: Paläo- graphie für Fortgeschrittene

Wirklich neue Geschichtserkenntnisse in allen Lebensbereichen aus der Zeit vor 1900 kann nur der gewinnen, der Handschriften entziffern kann. Unterrichtsschwerpunkt dieser Kurse sind Handschriften des 15. und 16. Jahrhunderts. Jüngere Texte ab 1600 können auf Wunsch berücksichtigt werden. Die Kurs Teilnehmer dürfen eigene historische handschriftliche Texte zum gemeinsamen Entziffern mitbringen. Weitere historische Grundlagen- bzw. Hilfswissenschaften sollen erörtert werden (z.B. Zeitemrechnungen, Julianischer Kalender, Kirchenjahr, alte



Politik – Gesellschaft – Umwelt



Münz- und Maßeinheiten, Familiengeschichte, Vor-, Zu-, Flur-, Orts- und Spitznamen etc.). Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. Seiteneinsteiger mit geringeren Vorkenntnissen sind jedoch ebenso willkommen.
Dr. Wolfgang Schenk
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
mittwochs, 22.04.2020 bis 27.05.2020, 19 - 20:30 Uhr, 5 Abende, 25,00 €, 10 UE

2XF109101

Die jüdischen Grabsteine auf dem Eisenacher Hauptfriedhof

Vortrag mit Beispielen für eine überwiegend gelungene, oft vorbildliche Eingliederung einer Bevölkerungsminderheit in die Mehrheitsgesellschaft. Mit speziellen Hebräisch- und Geschichtskennntnissen sowie Fotos werden jüdische Eigenart und deren Beitrag zur Stadtgeschichte Eisenachs dargestellt, wie sie aus den zwei jüdischen Gräberfeldern auf dem Eisenacher Hauptfriedhof erkennbar werden. Dabei werden die Besonderheiten der jüdischen Begräbniskultur erläutert.
Dr. Wolfgang Schenk u.a.
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07
Donnerstag, 28.05.2020, 18 - 20:15 Uhr, 15,00 €, 3 UE

2XF109102

Eisenach in alten Bildern 1

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 07, Donnerstag, 30.04.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



2XF109103

Eisenach in alten Bildern 2

Dieser zweite Teil entführt Sie auf eine interessante Zeitreise in das Südviertel, welches Ihnen anhand alter Fotos und Zeichnungen vorgestellt wird.
Lars Gebauer
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Donnerstag, 14.05.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF109104

Eisenach in alten Bildern 3

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 07, Donnerstag, 04.06.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



Seit mittlerweile 20 Jahren beschäftigt sich Maik Enders mit den Mysterien des Geldsystems, der Finanzmarkthistorie und der Volkswirtschaft. Diese mehr als 30.000 Stunden Theorie sowie angewandte Erfahrung - Tendenz steigend - gibt er in homöopathischen Dosen als Referent und Investment Consultant an seine Zuhörerschaft weiter. Aus Komplexität wird Einfachheit, aus Zahlen werden Bilder, aus Frust und Unverständnis werden Freude und Entscheidungsfähigkeit! Seine Vision ist eine finanziell aufgeklärte, freiheitliche und entscheidungsfähige Gesellschaft!



2XF103101

Erträge in Zeiten des Niedrigzinses - Die Investmentphilosophie der Eliten

Die Deutschen sparen über 5 Milliarden Euro in Anlagekonzepten, die nach Kosten, Steuern und Inflation ein Minus erwirtschaften. Warum schafft es immer nur eine kleine Gruppe von Menschen, mittel- bis langfristigen Erfolg bei der Geldanlage vorzuweisen? Tauchen Sie ein in die Konzepte und Strategien der Geldelite, die sich die Erkenntnisse aus 5.000 Jahren Finanzmarkthistorie zu Nutzen macht. Denn: „Wer nicht aus der Vergangenheit lernt, ist verdammt, sie zu wiederholen!“
Maik Enders
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Donnerstag, 19.03.2020, 18 - 20:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE



2XF103103

Mythos Edelmetall - Nur ein barbarisches Relikt oder ein Muss für Jedermann?

Je nach Wirtschaftslage werden die Edelmetalle, insbesondere Gold, entweder angehimmelt oder verteufelt. Was hat es auf sich mit dieser Uneinigkeit? Erfahren Sie, was Geld ist, wie es sich

über die Jahrtausende entwickelt hat und wie Sie vielleicht finanziell einem „goldenen“ Zeitalter entgegensehen.
Maik Enders
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Donnerstag, 14.05.2020, 18 - 20:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE

2XF103104

Vereinssteuerrecht: Grundlagen der Gemeinnützigkeit und seine steuerlichen Folgen

In diesem Einsteiger-Kurs für Vereinsvorstände, insbesondere Schatzmeister, erhalten Sie einen Überblick über die formalen und steuerlichen Voraussetzungen der Gemeinnützigkeit. Wie muss die Satzung aussehen? Wen darf ich bezahlen? Wofür darf ich meine Mittel einsetzen? Wie gefährde ich die Gemeinnützigkeit? Welche steuerlichen Folgen hat dies? Wie ordne ich meine Finanzen den vier steuerlichen Vereinsbereichen zu? Welche steuerlichen Grenzen habe ich zu beachten? Was darf ein Förderverein? Welche steuerlichen Pflichten habe ich als Vereinsvorstand zu beachten? Wie muss ich die Kasse und Aufzeichnungen führen? Was prüft ein Kassenprüfer? In diesem Kurs werden in lockerer Atmosphäre teils als Vortrag und als Workshop Grundlagen des Vereinssteuerrechts praxisnah vermittelt.
Daniela Hofer

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Freitag, 12.06.2020, 18 - 22 Uhr, 33,00 €, 10 UE

2XF103105

Spenden und Sponsoring: Handreichungen für den Vereinsalltag

In diesem Fortgeschrittenkurs werden die Grundlagen des Sponsoring-Erlasses und des Crowdfunding-Erlasses für gemeinnützige Einrichtungen erläutert. Wann darf ich eine Spendenbescheinigung ausstellen, wann schreibe ich besser eine Rechnung? Wie bewerte ich Sachspenden? Wie dokumentiere ich Spendenbescheinigungen? Was muss ich bei Werbung im Internet, auf Flyern oder Plakaten, Banden oder Trikots beachten? Wie kann ich Unterstützer einmalig oder langfristig binden? Was ist, wenn kein Geld fließt, sondern ich materielle Unterstützung oder eine Dienstleistung erhalte (Tausch Sachleistungen)? Warum ist die Unterscheidung in Rechnung oder Spendenbescheinigung für die Besteuerung so wichtig? Was macht Crowdfunding so besonders?
Daniela Hofer

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Freitag, 19.06.2020, 18 - 22 Uhr, 13,20 €, 4 UE

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.

2XF103106

Vorsorge und Betreuung

Dieser Vortrag behandelt die Themen rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.
Jutta Büchs
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Dienstag, 05.05.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF103107

Erben und vererben

Dieser Themenabend behandelt Fragen rund ums Erben und Vererben, um Testament und Co., z.B. wie gestalte ich ein Testament, was ist eine Trauerverfügung? Was bedeutet gesetzliche Erbfolge, „gewillkürte“ Erbfolge und Erbvertrag für die Erben? Diese und andere Themen werden in diesem Vortrag behandelt.
Jutta Büchs
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Dienstag, 23.06.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF103108

Mietrecht

Haben Sie Ärger mit Ihrem Mieter oder mit Ihrem Vermieter? Beschwerd dich 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 Feuchtigkeitsschäden 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 07, Dienstag, 07.07.2020, 18 - 19:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF104101

Naturnaher Obstbaumschnitt: 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 „Naturnaher Obstbaumschnitt: Theorie (Grundlagen)“. Werkzeug, Arbeitsschuhe und Arbeitshandschuhe bitte selbst mitbringen. Leitern werden in geringem Umfang gestellt.
Karen Bopp
Bürgerraum Neukirchen, Kirchstraße 7, Samstag, 04.04.2020, 10 - 15 Uhr, 19,80 €, 6 UE

Online-Kurse zur Einzelnutzung

2XF104102

Online-Kurs zur Einzelnutzung: „Die Zukunft in der wir leben wollen!“

Livestream von der Veranstaltung „Die Zukunft in der wir leben wollen!“ Konferenz zu digitalen Transformationen. Im Rahmen der Eröffnungsveranstaltung der Konferenz sind zwei Vorträge geplant zum Thema „Digitale



Politik – Gesellschaft – Umwelt



Utopie“ sowie ein weiterer zum Thema „Digitale Dystopie“ (je ca. 30 Minuten). Die Vorträge werden die Veränderungen und Transformationen unserer Gesellschaft durch digitale Technologien beleuchten.

Livestream einer Veranstaltung der Bundeszentrale für politische Bildung in Kooperation mit dem Hessischen Volkshochschulverband.

Bei diesem Online-Kurs schauen Sie sich die Veranstaltung als Live-Übertragung auf Ihrem Rechner zuhause an. Über eine Online-Plattform können Sie Fragen an die Moderation der Veranstaltung übermitteln, die ausgewählte Fragen im Gespräch mit den Experten aufgreift. Die Zugangsdaten zur Einwahl erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19
Donnerstag, 05.03.2020,
18:30 - 20 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF104103

**Online-Kurs zur Einzelnutzung:
„Mit Messer und Gabel
das Klima retten?
Wie unsere Ernährung
die Umwelt beeinflusst“**

Livestream aus der vhs Wolfsburg Die Chance, durch veränderte Essgewohnheiten Ressourcen zu schonen und das Klima zu schützen, sitzt täglich mit am Esstisch. Wir haben nur einen Planeten – fruchtbare Ackerfläche zur Erzeugung von Lebensmitteln ist

ein knappes Gut. Wie viel landwirtschaftliche Fläche steht uns zukünftig zur Verfügung und wie sollten wir diese nutzen? In welchem Maße tragen unsere Essgewohnheiten zum Klimawandel, aber auch zur Zerstörung natürlicher Lebensräume bei? Was sind die aktuellen Food-Trends und wie wird sich das Angebot auf dem Lebensmittelmarkt weiterentwickeln? Was kann jeder Einzelne von uns tun und wie sehen gesunde und nachhaltige Ernährungsempfehlungen aus? Im Rahmen der Veranstaltung gehen die Referentinnen vom Ecologic Institut und dem WWF diesen Fragen auf den Grund. Referentinnen:

Stephanie Wunder (Senior Fellow, Coordinator Food Systems, Ecologic Institut) und Tanja Dräger de Teran (Referentin Nachhaltige Landnutzung Ernährung, WWF Deutschland).

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem WWF.

Bei diesem Online-Kurs schauen Sie sich die Veranstaltung als Live-Übertragung auf Ihrem Rechner zuhause an. Über eine Online-Plattform können Sie Fragen an die Moderation der Veranstaltung übermitteln, die ausgewählte Fragen im Gespräch mit den Experten aufgreift. Die Zugangsdaten zur Einwahl erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19
Dienstag, 21.04.2020,
19 - 20:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE



Vorschau

auf das kommende
**Herbst-Winter-Semester
2020/21**



**2XH101101
Studienreise nach
Krakau und Auschwitz
vom 12. bis 16. Oktober 2020**

Die fünftägige Studienreise nach Polen wird sie an historisch sehr bedeutungsvolle Stätten führen und bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit der deutsch-polnischen Geschichte in der Zeit des Nationalsozialismus bzw. des „Dritten Reichs“ auseinander zu setzen. Wir werden mit Ihnen gemeinsam die Holocaust-Gedenkstätte Auschwitz besuchen und die Stadt Krakau besichtigen. Mittels einer Stadtführung erkunden wir die jüdische Geschichte der Stadt

und folgen den Spuren von Oskar Schindler, u.a. mit einer Besichtigung seiner ehemaligen Fabrik in Krakau, in der er viele jüdische Häftlinge zum Schein beschäftigen und so vor dem drohenden Tode im Lager retten konnte.

Interessenten melden sich bitte persönlich in der VHS Eisenach an. Details zur Reise sowie den genauen Ablauf erfahren Sie dort. Die VHS Eisenach wird für diese Bildungsveranstaltung einen Antrag im Rahmen der Bildungsfreistellung beim Freistaat Thüringen stellen.

VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19
Bildungsveranstaltung
Montag, 12.10.2020 bis Freitag,
16.10.2020

vhs

**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!



Kultur und kreative Gestaltung



**2XF202101
Schreibwerkstatt
für Neueinsteiger**

Haben Sie Lust eigene Texte zu schreiben? Sie wissen nicht, wie Sie anfangen sollen? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige für Sie. Angeregt durch vielfältige Übungen zur Ideenfindung, Sprachspiele und gemeinsames Schreiben, werden Sie gemeinsam mit der Kursleiterin große, kleine, lustige, aufregende oder besinnliche Texte schreiben. Dabei sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt. Die entstandenen Texte können in der Gruppe zwanglos vorgelesen werden.

Heike Heß
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 05
mittwochs, 22.04.2020 bis
24.06.2020, 19 - 21:30 Uhr,
10 Abende, 69,00 €, 30 UE

**2XF207101
Aquarellkurs für Anfänger**

Ihre eigene Spontanität, gepaart

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.

mit klarer Farbgebung verleihen dem Aquarell seine herrliche Frische und den unverwechselbar lebendigen Charakter. Was jedoch so mühelos und unbeschwert aussieht, ist oft gar nicht so leicht. Doch wagen Sie den ersten Schritt und überwinden Sie die Angst vor dem weißen Papier. Sie werden sehen, wie schnell sich die ersten Ergebnisse einstellen! Anhand der zahlreichen Übungen

und praktischen Versuche erlernen Sie die Grundtechniken der Aquarellmalerei. Das wird Ihnen in Zukunft eine große Hilfe bei der Darstellung von eigenen Bildern. Eigene Materialien sind mitzubringen oder bei der Kursleiterin zu bestellen.
Lydia Schindler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 14,
dienstags, 17.03.2020 bis

05.05.2020, 18:30 - 20:45 Uhr,
6 Abende, 45,00 €, 18 UE



**2XF207103
Acrylmalerei für Anfänger ohne
Grundkenntnisse**

Durch die Wahl einfacher und schlichter Motive kann der Einstieg in die Acrylmalerei sehr erfolgreich sein. Mit dem Erfolg wachsen Begeisterung und Freude an der Malerei. Die konkreten Vorlagen, die Sie im Kurs erhalten, liefern Ihnen eine genaue Vorstellung von Kompositionen und Farbharmonien und schaffen somit die Grundvoraussetzungen für neue, eigene Bilder. Ein Schwerpunkt im Kurs wird die Arbeit mit verschiedenen Mal-Medien und Hilfsmitteln sein, die Ihre kreative Seite beflügeln werden. Somit erscheinen Ihre Kunstwerke stilvoller und beeindruckender. Lassen Sie sich überraschen. Eigene Materialien sind mitzubringen oder bei der Kursleiterin zu bestellen.

Lydia Schindler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 14
donnerstags, 19.03.2020 bis



Kultur und kreative Gestaltung



07.05.2020, 18:30 - 20:45 Uhr,
6 Abende,
45,00 €, 18 UE

2XF207105 Grundkurs Zeichnen

Wenn wir zeichnen, müssen wir mehr darstellen, als nur das Objekt selbst. Wir müssen auch den Raum um den Gegenstand herum beschreiben. Dazu bedarf es weit mehr als nur einen Umriss, weil wir Form, Licht und Tiefe zeigen möchten. Dieser Kurs hat zum Ziel, den Teilnehmern ein umfangreiches Wissen über das Zeichnen zu vermitteln. Eigene Materialien sind mitzubringen oder bei der Kursleiterin zu bestellen.

Lydia Schindler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 14
mittwochs, 11.03.2020 bis
06.05.2020, 18:30 - 20:45 Uhr,
7 Abende, 52,50 €, 21 UE



Lutz Becker ist gelernter Tanzlehrer und betreibt seit 1988 seine eigene Tanzschule. Er ist Mitglied im Allgemeinen Deutschen Tanzlehrerverband (ADTV) und unterrichtet nach dessen Richtlinien und dem Welttanzprogramm.

2XF205102 Tanzen bildet Geist und Körper! Tanzschule am Sonntag

Sie erlernen in diesem Kurs Grundfiguren in den Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen. Ziel des Kurses ist es, die erlernten Tanzfiguren mit der Musik gemeinsam mit einem Tanzpartner in eine harmonische Einheit zu fügen. Wenn Sie dies erreichen, werden Sie merken, dass Tanzen Geist und Körper bildet und auch Vergnügen bereiten kann.

Lutz Becker
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13,
sonntags, 01.03.2020 bis
05.07.2020, 16 - 17:30 Uhr,
14 Nachmittage,
78,40 €, 28 UE

2XF205110 Tanzen bildet Geist und Körper! Tanzschule für Fortgeschrittene

Sie haben bereits die Grundfiguren in den Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen erlernt. Ziel dieses Kurses ist es, die erlernten Tanzfiguren zu festigen und Ihr Können durch das Erlernen neuer Tanzschritte zu erweitern.

Lutz Becker
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13
sonntags, 01.03.2020 bis
05.07.2020, 17:30 - 19 Uhr,
14 Abende
78,40 €, 28 UE



„Ich habe Freude an der Schönheit der Bewegungen, an der orientalischen Musik und am gemeinsamen Tanzen mit Frauen. Bauchtanz entspannt, harmonisiert und kräftigt den Körper, er regt die Sinne und das Körperbewusstsein an. Jede Frau kann bauchtanzen!“

2XF205103 Orientalischer Tanz

Alle interessierten Frauen sind herzlich willkommen, diese besondere Tanzform kennenzulernen. Unabhängig von Alter und Figur lässt der Orientalische Tanz jede Frau ihre Weiblichkeit neu entdecken durch mitreißende Musik und Bewegungen des ganzen Körpers. Auf sanfte Weise werden dadurch die Muskeln trainiert, Verspannungen lösen sich. Zusätzlich lernt man Gleichgesinnte kennen, die ebenfalls Freude am Tanzen haben.

Dieser Kurs ist sowohl Anfängerinnen als auch Wiedereinsteigerinnen (Fortgeschrittene) des Orientalischen Tanzes zu empfehlen. Angelika Wolf
Sporthalle des EAG Theaterplatz, Eingang Helenenstraße
donnerstags, 05.03.2020 bis
11.06.2020, 19 - 20:30 Uhr,
12 Abende, 67,20 €, 24 UE

2XF205104 Flamenco - Der spanische Tanz

Der Flamencotanz ist eine ausdrucksstarke spanische Tanzform, verschmolzen aus orientalischer und andalusischer Musik. Er ist ein Solotanz, der durch Händeklatschen, perkussive Fußarbeit und komplizierte Hand-, Arm- und Körperbewegungen charakterisiert wird. Begleitet wird er normalerweise von einem Sänger und einem Gitarristen. Seit 2010 zählt der Flamenco zum immateriellen Kulturerbe. In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in diesen leidenschaftlichen Tanz und erlernen erste Grundschritte.

Sabine Groß
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13
freitags, 17.04.2020 bis
19.06.2020, 18 - 19:30 Uhr,
10 Abende, 56,00 €, 20 UE



2XF205105 Tango Argentino „desde el principio“ (von Anfang an)

Der Tango Argentino ist kein Tanz bei dem es um Perfektion geht. Es geht vor allem um Körperbewusstsein, sich tanzend zu spüren, zu kommunizieren und um Spaß zu haben. Um sich wirklich beim Tanzen wohlfühlen, braucht man als Mann ungefähr ein halbes Jahr und als Frau kann das gleich am Anfang funktionieren oder vielleicht nach drei Monaten. Aber der Tango Argentino macht von Beginn an glücklich, auch wenn er mit all den neuen Bewegungen eine überraschende Herausforderung für den Kopf sein kann. Auf jeden Fall lohnt es sich, es selbst einmal auszuprobieren. Dieser Kurs richtet sich an Paare und Einzelpersonen (keine Tanzpartner-Garantie) ohne Vorkenntnisse. Erik Kuhlmann tanzt seit seiner Jugend Standard und Latein und seit zwanzig Jahren Tango Argentino.

Erik Kuhlmann
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13
donnerstags, 12.03.2020 bis
07.05.2020, 20:30 - 22 Uhr,
8 Abende, 44,80 €, 16 UE



Let's dance to swing music! Let's dance Lindy Hop!

Seien Sie herzlich willkommen zum Swing Dance in der Aula der Volkshochschule Eisenach. Die Urgrößmutter von Jive, Rock'n'Roll und Boogie Woogie ist vielseitig einsetzbar, enthält dynamische Bewegungsideen und ist für Alt und Jung geeignet.

2XF205106 Lindy Hop - Crash-Kurs für Anfänger

Dieser Crash-Kurs ist für Anfänger und Auffrischer geeignet, welche die ersten Grundschritte erlernen möchten. Empfohlen werden: flache Absätze, Handtuch und Getränke.

Der Kurs startet bei mindestens acht Anmeldungen nach Terminabsprache.

Steffen Fiedler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13,
19,80 €, 6 UE

2XF205107 Lindy Hop - Swing Dance für Fortgeschrittene

Let's dance to swing music! Let's dance Lindy Hop!

Die Urgrößmutter 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. Der Kurs startet bei mindestens acht Anmeldungen nach Terminabsprache.

Steffen Fiedler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13,
19,80 €, 6 UE

Charleston: „Der Torso zittert, dazu die Bewegungen der Hüften, Schenkel und Hinterbacken. Auch die Hände sind aktiv, sie berühren alle Teile des Körpers wie in Ekstase. Dazu kommen die abwechselnden X- und O-Beine, damit verbunden die nach außen und innen gedrehten Knie und Füße. Der Tänzer kann seinen Rücken beugen oder gar in Hockstellung gehen.“ (aus einer Tanzbeschreibung von 1925)

Die von dem Pianisten und Komponisten James P. Johnson komponierte Jazz-Melodie „The Charleston“, 1923 erstmals in dem Broadway-Musical „Running Wild“ aufgeführt, verhalf dem Charleston, benannt nach der gleichnamigen Hafenstadt in South Carolina, in den USA und in der Welt zu großer Popularität. In Europa machte die Tänzerin und Sängerin Josephine Baker den Charleston bekannt. Obwohl der Tanz ursprünglich von Afroamerikanern entwickelt wurde, konnte er sich in den USA schnell als „weiblicher“ Gesellschaftstanz etablieren. Der Lindy Hop, ein wichtiger Swingtanz der 1930er und 1940er Jahre, hat viele Elemente des Charleston übernommen.

2XF205108 Charleston - Crash-Kurs für Anfänger

Dieser Crash-Kurs ist für frische Tanzanfänger geeignet, die die ersten Grundschritte erlernen möchten. Empfohlen werden: flache Absätze, Handtuch und Getränke.

Der Kurs startet bei mindestens acht Anmeldungen nach Terminabsprache.

Steffen Fiedler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13, 19,80 €, 6 UE

2XF205109 Charleston - Crash-Kurs für Auffrischer

Dieser Crash-Kurs ist für Auffrischer geeignet, welche die ersten Grundschritte bereits erlernt haben und diese festigen und erweitern möchten. Empfohlen werden: flache Absätze, Handtuch und Getränke.

Der Kurs startet bei mindestens acht Anmeldungen nach Terminabsprache.

Steffen Fiedler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13, 19,80 €, 6 UE

Historische Handarbeitskurse:

Das Handarbeiten als Hobby ist in! Die Eigenproduktion von Textilien war Textilien bis vor wenigen Generationen eine wichtige Fertigkeit, die in jedem Haushalt ausgeübt wurde. Viele der Kenntnisse sind heute fast in Vergessenheit geraten und werden oft nur durch die historische Darstellenszene wieder lebendig: Kammweben, Sprang, Nadelbinden, Brettchenweben, Lucet, Fingerloop, Katzome, Makramee, Tundeln und Flechten. Noch nie gehört, aber neugierig geworden? Dann sind diese Handarbeitskurse vielleicht genau das richtige, um mal in neue interessante Techniken hineinzu schnuppern.



2XF209101 Nadelbinden

Das Nadelbinden sieht auf den ersten Blick aus wie gestrickt, ist auf den zweiten Blick jedoch viel spannender und variantenreicher. Als Arbeitsgerät dient eine einfache breite Nadel mit Ohr. Neugierig geworden?



Kultur und kreative Gestaltung



In diesem Kurs können Sie die Technik des Nadelbindens erlernen und die ersten Schritte machen zu Socken, Mützen oder Handschuhen nach uraltem Vorbild!

Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Materialkosten in Höhe von 3,50 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Juliane Schwartz
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06

dienstags, 17.03.2020 bis
24.03.2020, 19 - 21:15 Uhr,
2 Abende, 15,00 €, 6 UE

Juliane Schwartz war zwanzig Jahre Museumsleiterin eines archäologischen Museums in Bayern, bevor sie nach Thüringen umsiedelte. Sie beschäftigt sich beruflich vor allem mit historischen Handarbeitstechniken in der Vermittlungsarbeit für Museen und für Ausstellungsinszenierungen. Die antike Küche ist ein weiteres Interessensgebiet, das vor allem bei der historischen Geschichtsdarstellung auf Lagern und Märkten im In- und Ausland zur Entfaltung kommt.

2XF209102

Sprang - raffinierte Flechttechnik

Sprang ist eine alte Handarbeitstechnik, die sehr elastische Geflechte erzeugt. Man benötigt nur einen einfachen Rahmen zum Spannen der Fäden und ein paar Holzstäbchen zum Fixieren der Muster während des Arbeitens.

In einem Kurs erlernen Sie die Grundtechniken des Sprang und erstellen einen kleinen Beutel.

Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Materialkosten in Höhe von 3,50 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Juliane Schwartz
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06,

dienstags, 31.03.2020 bis
07.04.2020, 19 - 21:15 Uhr,
2 Abende, 15,00 €, 6 UE



2XF209103

Färben mit Pflanzen

Seit über 2000 Jahren weben Menschen Stoffe aus farbenfrohen eingefärbten Garnen, wobei die Palette von zarten Pastellönen bis zu schreienden Knallfarben reicht. Es ist immer wieder verblüffend zu sehen, wie aus unscheinbaren Pflanzen ungewöhnlich starke Farben entstehen können. Im Kurs wird vom Sammeln der heimischen Färbepflanzen bis zum Beizen und Fixieren eine solide Basis vermittelt. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen

Materialkosten in Höhe von 10 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind.

Vorankündigung: Der nächste Kurs „Färben mit Pflanzen“ 2XH209103 findet am 19. September 2020 statt.

Juliane Schwartz
Exkursion
Samstag, 09.05.2020, 10 - 18 Uhr,
29,70 €, 9 UE

2XF209104

Nähkurs für ungeübte Näherinnen und Näher

In diesem Nähkurs für ungeübte Näherinnen und Näher dürfen Sie ihre ersten Erfahrungen an der eigenen Nähmaschine machen und das Nähen vom Grunde auf erlernen. Nicht das Entwerfen und Anfertigen eigener Kleidungsstücke steht hier im Vordergrund, sondern der Umgang mit Stoff und Maschine, Nadel und Faden. Für diesen Kurs ist es unbedingt erforderlich, dass Sie jeweils Ihre eigene Nähmaschine mitbringen!

Angelika Melzig
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10,

mittwochs, 04.03.2020 bis
03.06.2020, 18 - 19:30 Uhr,
12 Abende, 60,00 €, 24 UE

2XF210101

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 Läppchen 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 Frühlingsymbole 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 10,

donnerstags, 05.03.2020 bis
19.03.2020, 18 - 19:30 Uhr,
3 Abende, 20,00 €, 6 UE

Manuela Schröder: „Ich beschäftige mich schon seit über 30 Jahren mit Kräutern, nahm an Seminaren teil und bin im regen Austausch mit anderen Kräuterfrauen und Seifensiederinnen. Mit viel Liebe zur Natur, wilden Kräutern, guten Ölen und z.B. Solewasser kann man wirksame Mittel zur Pflege der Haut und Erhaltung der Gesundheit herstellen.“



2XF210102

Naturseife - das reine Vergnügen

Erfahren Sie Historisches über Seifen und Seifenherstellung und fertigen Sie Ihre eigene Seife nach Rezepten aus dem vorigen Jahrhundert an. In diesem Kurs erlernen Sie, welche Arbeitsgeräte, Zutaten und Vorsichtsmaßnahmen nötig sind, um das Seifesieden vielleicht sogar zu Ihrem nächsten Hobby zu machen.

Bitte bringen Sie ein Plastikbehältnis (kann nach dem Kurs nicht mehr für Lebensmittel verwendet werden) mit.

Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und ca. 400 g Seifenleim zum Mitnehmen. Zusätzlich zur Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 12 € zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten.

Manuela Schröder
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05,
Mittwoch, 01.04.2020,
18:30 - 21:30 Uhr, 13,20 €, 4 UE

2XF210103

Milchseifen (Ziegen- und Schafsmilch)

Dieser Kurs geht auf die Besonderheiten der Herstellung von Seifen bei der Verarbeitung von Schafs- und Ziegenmilch ein. Auch Joghurt und Sahne werden verarbeitet. Jeder Teilnehmer sollte den Grundkurs „Naturseife - das reine Vergnügen“ (2XF210102) besucht haben. Bitte bringen Sie ein Plastikbehältnis (kann nach dem Kurs nicht mehr für Lebensmittel verwendet werden) mit. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und ca. 400 g Seifenleim zum Mitnehmen. Zusätzlich zur Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 15 € zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten.

Manuela Schröder
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05,
Mittwoch, 22.04.2020,
18:30 - 21:30 Uhr, 13,20 €, 4 UE



2XF210104

Seifen aus Avocado, Banane und Co.

In diesem Kurs lernen Sie die Herstellung von sehr pflegeintensiven Seifen, u.a. aus Avocados und Bananen. Jeder Teilnehmer sollte den Grundkurs „Naturseife - das reine Vergnügen“ (2XF210102) besucht haben. Bitte bringen Sie ein Plastikbehältnis (kann nach dem Kurs nicht mehr für Lebensmittel verwendet werden) mit.

Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und ca. 400 g Seifenleim zum Mitnehmen. Zusätzlich zur Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 15 € zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten.

Manuela Schröder
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05,
Mittwoch, 13.05.2020,
18:30 - 21:30 Uhr, 13,20 €, 4 UE

2XF210105

Sole- und Salzseifen

In diesem Kurs lernen Sie die Herstellung von Sole- und Salzseifen, die vor allem bei Hautproblemen, wie z.B. Ekzeme und Rötungen, geeignet und hilfreich sind. Jeder Teilnehmer sollte den Grundkurs „Naturseife - das reine Vergnügen“ (2XF210102) besucht haben. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und fertigt ca. 400 g Seifenleim zum Mitnehmen an.

Zusätzlich zur Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 15 € zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten.

Manuela Schröder
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05,
Mittwoch, 17.06.2020,
18:30 - 21:30 Uhr, 13,20 €, 4 UE

2XF210106

Hand- und Gesichtsscreme

In diesem Kurs lernen Sie die Herstellung von sehr pflegeintensiven Hand- und Gesichtsscremes. Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und Cremetigel zum Mitnehmen. Zusätzlich zur Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von ca. 18 € zu Kursbeginn an die Kursleiterin zu entrichten.

Manuela Schröder
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04,
Dienstag, 03.03.2020, 18 - 21 Uhr,
13,20 €, 4 UE

2XF211101

Bildbearbeitung für Einsteiger

Interessiert an digitaler Bildbearbeitung? Sie sind hier richtig!

Digitale Fotografie sowie weitergehende Bildbearbeitung sind ein spannendes Hobby, bei dem man seine Kreativität voll ausleben kann. Sie erlernen in diesem Kurs die Grundlagen der digitalen Retusche. Das beginnt mit einfachen Verbesserungen von Fotos (Helligkeit, Kontrast, Beschnitt etc.) und endet mit den Möglichkeiten der gezielten Manipulation wie dem Einfügen oder Entfernen von Objekten aus einem Foto. Digitale Basteleien wie die Erstellung von Collagen oder das Einfügen von Text in Fotos sowie die Erstellung von Diashows sind ebenfalls Thema. Bei Interesse besprechen wir auch Dinge wie Druck und/ oder Ausbelichtung. Natürlich besteht ausreichend Zeit für ihre Fragen. Viele praktische Tipps und Hinweise runden

den Kurs ab.

Voraussetzung: Allgemeine, möglichst sichere Kenntnisse im Umgang mit Computern. Wenn Sie einen Laptop besitzen, so können Sie diesen gerne mitbringen und so auf Ihrem eigenen Gerät arbeiten. Zum Einsatz kommt ausschließlich lizenzkostenfrei erhältliche Software. Kursteilnehmer können auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung erhalten. Mit dieser Teilnahmebestätigung ist der stark vergünstigte Erwerb von Software wie Adobe Photoshop® oder Corel Draw® möglich.

Lars Gebauer
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11,
freitags, 22.05.2020 bis
03.07.2020, 17:30 - 20:45 Uhr,
6 Abende,
67,20 €, 24 UE

2XF211102

Einstieg in die (digitale) Fotografie

Die Fotografie ist ein tolles Hobby! Viele Menschen denken so, kaufen sich eine Kamera – und bald folgt die Ernüchterung: Die Fotos sehen ganz anders aus, als man sich das eigentlich vorgestellt hat.

Kein Problem. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der (digitalen) Fotografie. Denn auch wenn Kameras immer leistungsfähiger und die Automaten immer besser geworden sind, gibt es immer noch ein paar Dinge, die man einfach wissen sollte. Das beginnt bei technischen Grundlagen wie ISO, Blende und Belichtungszeit und führt über Schärfentiefe, Bildwinkel und Brennweiten direkt zu Fragen von Perspektive, der Motivwahl und der Bildgestaltung. Es werden drei Exkursionen in die nähere Umgebung durchgeführt, so dass Sie die das Gehörte unmittelbar praktisch anwenden und erproben können. Anschließend gemeinsame Bildbesprechungen vertiefen den Lernerfolg. Selbstverständlich besteht immer genügend Zeit zur Beantwortung ihrer individuellen Fragen. Darüber hinaus erhalten Sie viele praktische Tipps und Hilfen. Kursteilnehmer können auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung erhalten. Mit dieser Teilnahmebestätigung ist der stark vergünstigte Erwerb von Software wie Adobe Photoshop® oder Corel Draw® möglich. 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
samstags, 02.05.2020 bis
11.07.2020, 09:30 - 12:45 Uhr,
8 Vormittage,
89,60 €, 32 UE



Gesundheitsbildung



2XF300401

Wie verhindert man einen Schlaganfall?

Schlaganfälle kommen plötzlich mit einem „Schlag“. Sie kündigen sich nicht vorher an und können manchmal fatal enden. Schlaganfälle stellen eine der häufigsten Akuterkrankungen im Alter dar und sind einer der häufigsten Gründe für eine bleibende Behinderung bei älteren Menschen. Dieser Vortrag beschäftigt sich nicht nur mit den gängigsten Tipps aus der Gesundheitsjournalistik, sondern zeigt Lebensveränderungen auf, die man durchaus ohne wirklich große Einschränkungen realisieren kann, um das Schlaganfallrisiko zu reduzieren. Themen wie das Mantra der Omega-3-Fettsäuren, der tägliche Verzehr von Nüssen, Rotwein und Olivenöl oder Bewegungsprogramme wie Thai Chi, Yoga u.a.m. geistern durch unsere Neujahrsvorsätze und Tagespläne. Was wirklich wichtig zur Verhinderung von Schlaganfällen ist und was man auch mit hohem Risikofaktor noch tun kann, um trotzdem ein lebenswertes Leben zu führen, erläutert Alexander Strickler, Chefarzt der Klinik für Neurologie am St. Georg Klinikum Eisenach, verständlich für jedermann. Alexander Strickler VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07, Montag, 22.06.2020, 18:30 - 20 Uhr gebührenfrei!

Burghard Reimann: „Täter suchen keine Gegner und sie suchen keinen Kampf; sie suchen nur Opfer.“



2XF300101

Selbstverteidigung für Frauen

In diesem Kurs lernen Frauen von einem Karate-Trainer sich selbst zu verteidigen. Es geht inhaltlich um die Stärkung des Selbstbewusstseins, um die Befreiung von Festhalten an verschiedenen Körperteilen, um Arm- und Fußtechniken, um das Abwehren von Angriffen mit Stock und anderen Gegenständen und die Abwehr von Würgeangriffen. Burghard Reimann VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13 donnerstags, 05.03.2020 bis 11.06.2020, 18 - 19 Uhr, 12 Abende, 44,80 €, 16 UE

„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.

„Ich bin zertifizierter Gesundheitswanderführer und Wanderführer des Deutschen Wanderverbandes. Darüber hinaus verfüge ich über eine Trainer C-Lizenz. Meine Fähigkeiten will ich einsetzen, um mit den Kursteilnehmern eine Verbesserung von Fitness, Koordination und Kräftigung zu erreichen.“



2XF300102

Jeder Schritt hält fit: Gesundheitswandern

Der Kurs richtet sich an Menschen aller Altersgruppen, die gern in der Natur sind, sich gern bewegen und bewusst ihre Koordination und Kräftigung der Muskulatur verbessern wollen. Nach einer Einführung erfolgen die entsprechenden Übungen in zehn geführten Gesundheitswanderungen, die max. 4 km lang sind. Hartmut Werner VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06 dienstags und donnerstags, 05.05.2020 - 16.06.2020, 17 - 18:30 Uhr, 11 Nachmittage 61,60 €, 22 UE

2XF302101

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 anhängen mussten, dass sie ungelinkig seien oder kein Rhythmusgefühl hätten. Kristin Grap VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13 montags, 02.03.2020 bis 29.06.2020, 18 - 19 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302102

Pilates am Montag

Kristin Grap VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,

Raum 13, montags, 02.03.2020 bis 29.06.2020, 19:15 - 20:15 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302103

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 Böttner Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10 dienstags, 03.03.2020 bis 23.06.2020, 20:10 - 21:40 Uhr, 15 Abende, 84,00 €, 30 UE

2XF302104

Funktionelle Gymnastik mit Pilateselementen am Donnerstag

Dieses Gymnastikprogramm mit Pilateselementen ist genau das Richtige für alle, die es effizient lieben und sich einen straffen, geschmeidigen Körper, einfach ein tolles Bodyfeeling wünschen. Antje Böttner Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10 donnerstags, 05.03.2020 bis 02.07.2020, 19:15 - 20:15 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302105

Funktionelle Gymnastik mit Pilateselementen am Freitag

Dieser Kurs bietet Übungsprogramme, die das Zusammenspiel von muskulärer Koordination, Kraft und Ausdauer mit der Stabilität der Körpermitte verbinden. Antje Böttner Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10 freitags, 06.03.2020 bis 10.07.2020, 18:50 - 19:50 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302106

Body Forming

Dieser Kurs umfasst verschiedene Fitnessworkouts mit Kraftausdauerübungen, welche für eine wohlgeformte Figur sorgen. Antje Böttner Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10 freitags, 06.03.2020 bis 10.07.2020, 20 - 21 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302107

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, 05.03.2020 bis 02.07.2020, 17 - 18 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302108

Fitness - Mix

Bettina Kunz Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10 donnerstags, 05.03.2020 bis 02.07.2020, 18:05 - 19:05 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF302109

Gesünder, schlanker und glücklicher durch ein Gymnastikprogramm nach Callanetics®

Dieses Gymnastikprogramm nach Callanetics® wurde ursprünglich als Hilfe bei orthopädischen Beschwerden entwickelt. Sanfte wiederholende Bewegungen trainieren gelenkschonend alle Muskelgruppen und straffen den gesamten Körper ohne Muskelpakete aufzubauen und übersäuernd 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 und eventuell eine Decke oder ein Handtuch zum Unterlegen mit. Friederike Wünschler VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13 mittwochs, 19.02.2020 bis 01.07.2020, 18 - 19:30 Uhr, 18 Abende, 100,80 €, 36 UE

2XF303101

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

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 ausgeglichene Weise Rückenschmerzen vorzubeugen. Mittels Gleichgewichtsübungen soll eine Lockerung des Körpers erreicht werden, die eine Sturzgefahr minimiert. 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, 05.03.2020 bis 02.07.2020, 17:15 - 18:15 Uhr, 15 Nachmittage, 56,00 €, 20 UE

2XF303102

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

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. Mittels Gleichgewichtsübungen soll eine Lockerung des Körpers erreicht werden, die eine Sturzgefahr minimiert. Sieglinde Cronester Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr. 47/49, Entspannungsraum donnerstags, 05.03.2020 bis 02.07.2020, 18:30 - 19:30 Uhr, 15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF303103

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

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

Gesundheitsbildung



im Arbeitsalltag geübt. Mittels Gleichgewichtsübungen soll eine Lockerung des Körpers erreicht werden, die eine Sturzgefahr minimiert.

Sieglinde Cronester
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr.
47/49, Entspannungsraum
donnerstags, 05.03.2020 bis
02.07.2020, 19:45 - 20:45 Uhr,
15 Abende, 56,00 €, 20 UE

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.

2XF303104**Aktiv für mehr Beweglichkeit**

Marie-Luise Schmied
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10
dienstags, 03.03.2020 bis
16.06.2020, 18 - 19 Uhr,
15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF303105**Aktiv für mehr Beweglichkeit**

Marie-Luise Schmied
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10
dienstags, 03.03.2020 bis
16.06.2020, 19:05 - 20:05 Uhr,
15 Abende, 56,00 €, 20 UE

2XF303901**Wenn die Knochen knirschen: Übungsprogramm für Knochengesundheit**

In der zweiten Lebenshälfte steigt für Frauen das Risiko, an degenerativen Knochenkrankungen 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, 02.03.2020 bis
08.06.2020, 13:30 - 14:30 Uhr,
15 Nachmittage, 56,00 €, 20 UE

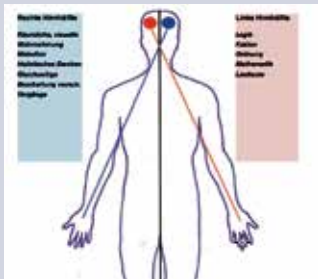
2XF303902**Beweglich bleiben - Bewegungsprogramm für Frauen ab 50**

Diese Kurse sind für Frauen über 50 gedacht, die durch eine Mischung aus Dehnungs-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen lernen wollen, ihren Stütz- und Bänderapparat tragfähig und kräftig zu erhalten. Außerdem wird durch das abwechslungsreiche Ganzkörpertraining die Koordination geschult sowie Herzkreislauf- und Nervensystem altersgerecht funktionsfähig erhalten.

Karola Appun
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10
mittwochs, 05.02.2020 bis
17.06.2020, 12:45 - 13:45 Uhr,
20 Nachmittage, 75,60 €, 27 UE

2XF303903**Beweglich bleiben - Bewegungsprogramm für Frauen ab 50**

Karola Appun
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10
mittwochs, 05.02.2020 bis
17.06.2020, 14 - 15 Uhr,
20 Nachmittage, 75,60 €, 27 UE



Nach ihren Ausbildungen zur Physiotherapeutin, DornTherapeutin und Heilpraktikerin wohnt Viola Reichle fünf Jahre in Suzhou und Shanghai in China und absolvierte eine Ausbildung in Akupunktur und Tui Na Akupunktmassage an der Shanghai Universität. Anschließend ließ sie sich zur Boeger-Narben-Therapeutin und zum REM-Coach ausbilden. Seit 2011 führt sie eine eigene Praxis für Heilpraktik und Physiotherapie in Leinfelden-Echterdingen. An Volkshochschulen hat sie bereits viele Kurse für Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik gegeben und verschiedene Vorträge über die DornTherapie, die Narbentherapie und das Lösen von emotionalen Belastungen gehalten.

2XF300103**Befreiung von emotionalen Belastungen**

Trauer, Trennung, Verlust, Enttäuschungen, Wut - alle emotionalen Belastungen können sich im Körper festsetzen. Wie dies hirngerecht zu lösen ist, stellt die Physiotherapeutin und Heilpraktikerin Viola Reichle in diesem Vortrag vor, verbunden mit der

Darstellung von Eigenübungen, die im Alltag angewandt werden können.

Viola Reichle
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 07
Montag, 25.05.2020,
18 - 20:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE

2XF300104**Die positive Kraft der Lebensmittel**

Frauen in der Mitte des Lebens - mittendrin im Leben - sind eingeladen, eine aufbauende und erholsame Zeit mit sich und anderen Frauen zu erleben. Sie spüren Veränderungen in ihrem Körper? Sie möchten wissen, was mit Ihnen in den Jahren des Wechsels passiert? Die Wechseljahre-Beraterin Birgit Neubert nimmt Sie mit auf eine spannende Reise durch diese turbulente Zeit des Hormonwechsels. Sie werden staunen. Lebensmittel ist die Zeit der Wechseljahre, und diese schleichen sich in den Vierzigern in unser Leben. Es geht in diesem Seminar darum, sich über diesen spannenden Lebensabschnitt zu informieren und die Teilnehmerinnen zu unterstützen, mehr über sich selbst zu erfahren und ihren Körper neu zu begreifen. Wie finde ich eine positive Einstellung zu mir und den unausweichlichen Veränderungen? Sind Sie gut vorbereitet auf die zweite Lebenshälfte? Diese Veranstaltung ist ein „Muss“ für Frauen 40+!

Birgit Neubert
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 13
Freitag, 13.03.2020, 16 - 19 Uhr
13,20 €, 4 UE

**2XF300105****Humor- und Atem-Training, auch Lachyoga genannt**

Probieren Sie's mal aus: Beim Lachyoga werden nicht nur Stresshormone neutralisiert, sondern gleichzeitig Glückshormone ausgeschüttet. Somit werden Sie - bereits während Ihrer ersten Übungsstunde - entspannter, selbstsicherer und gehen mit Elan und Optimismus ins Wochenende. Lachen ist die beste Medizin in unserer heutigen modernen Welt, in der wir ständigem Druck und Anspannung ausgesetzt sind. In dieser Lachyoga-Session erwarten Sie Klatsch-, Atem- und Pantomimeübungen, gepaart mit einer kindlichen Verspieltheit, bei denen Sie ermutigt werden, von Herzen loszulachen. Lachyoga-Leiterin Birgit Neubert zeigt dabei, dass nicht immer Witz oder Comedy gebraucht werden, um zu lachen. Gleichzeitig verbinden die Übungen fremde Menschen

über Augenkontakt und Lachen auf eine sanfte Art und helfen so, neue Kontakte zu knüpfen. Kinder lachen noch bis zu 400 Mal am Tag und Sie?
Birgit Neubert
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 06
Freitag, 27.03.2020,
16 - 17:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

2XF300106**Cannabis - die Rückkehr eines großen Heilmittels!**

Wussten Sie, dass Hanf seit über Jahrtausenden von uns Menschen genutzt wurde als Lieferant von Nahrung, Textilfasern, als Rauschmittel und als Heilmittel? Worauf beruht die heilende Wirkung des Hanfes? Wie konnte eine einzelne Pflanze so vielseitig verwendet werden? Wieso hatte Hanf in der Vergangenheit so unglaubliche medizinische Wirkungen? Wie können wir heute Hanfprodukte legal und sinnvoll einsetzen? Was macht CBD in unserem Körper? Kann man wirklich besser schlafen mit Cannabis? Kommen Sie mit auf eine spannende Reise in die Geschichte, die Gegenwart und die Zukunft des Hanfes, die auch für Sie interessant sein könnte!
Birgit Neubert
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 07
Freitag, 08.05.2020,
16 - 18:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE

2XF300107**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 Muskeln 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, 28.03.2020, 10 - 15 Uhr
19,80 €, 6 UE

2XF300901**Gedächtnis- und Konzentrationstraining**

Wer rastet, der rostet - auch im Kopf. Um gegenzusteuern, braucht es vielfältige Anregun-

gen. 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.
Petra Frank
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 02
montags, 24.02.2020 bis
11.05.2020, 10:15 - 11:45 Uhr,
10 Vormittage, 56,00 €, 20 UE

„Qi“ steht für Lebensenergie, „Gong“ bedeutet so viel wie „stetes 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.

Christiane Peyer ist Jahrgang 1970, gelernte Krankenschwester und studierte Kulturwissenschaftlerin. 2010 hat sie das Leben zum Qi Gong geführt. Seit 2015 ist sie Qi-Gong-Kursleiterin und hat im Jahr 2017 ihre Lehr-Ausbildung bei der Deutschen Qi-Gong-Gesellschaft e.V. abgeschlossen.

**2XF301101****Qi Gong - Mit Achtsamkeit die eigene Mitte stärken**

Qi Gong ist eine ganzheitliche Methode zur wirksamen Stressbewältigung. Im Kurs geht es vor allem darum, unsere Körperwahrnehmung zu schulen und die Präsenz im gegenwärtigen Augenblick zu spüren. Wir werden Grundlagen des Qi Gongs erlernen und in kleinen Übungsfolgen vertiefen. Dazu gehören Lockerungs-, Dehnungs- und Atemübungen, Selbstmassagen sowie eine Auswahl einfacher Bewegungsabläufe, die auch gut allein zu Hause geübt werden können. Das gemeinsame wöchentliche Üben gibt Raum für einen Austausch und macht nicht zuletzt viel Spaß. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Mitzubringen



Gesundheitsbildung



sind bequeme Kleidung, dicke Socken und leichte Schuhe.
Christiane Peyer
Gymnastikhalle, Waldhausstr. 10
montags, 24.02.2020 bis
29.06.2020, 18:30 - 20 Uhr,
15 Nachmittage, 84,00 €, 30 UE

2XF301102

Tai Chi – Qi Gong in 28 Schritten

Tai Chi ist eine chinesische Kampf- und Bewegungskunst, die gesundheitliche Aspekte, Meditation und Kampfkunst vereint. Die 28 Übungen des Tai Chi - Qigong haben zum Ziel, Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Sie verbinden die äußeren Bewegungen des Körpers mit der zentrierten geistigen Aktivität, um den Qi-Fluss in den Meridianen anzuregen und zu regulieren. Die so genannten „18 Figuren“, die sich als Gesundheitsübungen des Qi Gong verstehen, werden in diesem Kurs wiederholt, erweitert und durch kurze Tai Chi-Sequenzen bereichert. Die Abfolge einzelner Tai Chi-Übungen wird als Form bezeichnet. Es werden die Prinzipien, die einer jeden Form zugrunde liegen, wiederholt geübt und verinnerlicht.

Evelin Cramer-Stein
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 13

donnerstags, 05.03.2020 bis
11.06.2020, 10:30 - 11:30 Uhr,
12 Vormittage, 44,80 €, 16 UE

2XF301103

Tai Chi Chuan - Kurzform des Yang-Stils

Tai Chi Chuan ist eine für jedermann geeignete sanfte Form der Bewegungsübung. Dieses alte chinesische Übungssystem beinhaltet viele Aspekte, wie Schulung des Körperbewusstseins, Entspannung, Atemübungen, Heilgymnastik, eine sanfte Kunst der Selbstverteidigung und Meditation in Bewegung. Die Bewegungsabfolgen, die wir erlernen, bringen Körper und Geist in Einklang, ganz nebenbei werden Rücken und Muskulatur gestärkt.

Evelin Cramer-Stein
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 13

donnerstags, 05.03.2020 bis
11.06.2020, 19:15 - 20:15 Uhr,
12 Abende, 44,80 €, 16 UE

2XF301104

Hatha-Yoga am Dienstag für Fortgeschrittene

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 Ausgleichlichkeit zu entwickeln.

Siegrid Schneider
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 13

dienstags, 03.03.2020 bis
19.05.2020, 17:30 - 19 Uhr,
10 Abende, 56,00 €, 20 UE



Cornelia Benad, Jahrgang 1959, studierte Vermessungswesen und war viele Jahre im Vertrieb von Vermessungsgewäten im Außendienst beschäftigt. Als Ausgleich entdeckte sie 2009 Yoga für sich, bis sie ihrer Leidenschaft folgte und eine Ausbildung zur Yogalehrerin absolvierte.

2XF301107

Sri Sai Prana Yoga

Dieser Yogakurs lädt Sie dazu ein, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen und so bewusst im Moment zu sein, da, wo das Leben stattfindet. Zu sich kommen, sich spüren, ganz bei sich sein. Die Dozentin begleitet Sie einfühlsam durch fließende Bewegungsabläufe und kräftigende, vitalisierende Haltungen. Dabei passt sie die Übungen entsprechend Ihrer Möglichkeiten individuell an und möchte Sie weg von Leistungsdruck und erfolgsorientiertem Denken führen. Durch befreiende Dehnungen der Muskeln und Faszien bei gleichzeitigem bewusstem Atmen werden Spannungen abgebaut und die verfügbare Energiereserve steigt. Sie lernen, einschränkende Bewegungsmuster zu erkennen und den Körper im Alltag in gesunder Weise zu gebrauchen.

Eine Eingangsmeditation und eine angeleitete Entspannung am Ende runden die Yogastunde ab und helfen so bei der Stressbewältigung. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig.

Cornelia Benad
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr.
47/49, Entspannungsraum
dienstags, 03.03.2020 bis
23.06.2020, 18 - 19:30 Uhr,
15 Abende, 84,00 €, 30 UE

2XF301108

Yoga für einen gesunden Rücken - zum Reinschnuppern!

Wer schon immer mal Yoga ausprobieren wollte, sich aber bisher nicht sicher war, ob Yoga das für einen passende Sportprogramm ist, der hat bei diesem einmaligen Kursangebot die Möglichkeit, einfach mal reinschnuppern!

Nora Ursinus
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 13
Freitag, 20.03.2020,
17 - 18:30 Uhr, 6,60 €, 2 UE

„Mehr und mehr beschäftige ich mich seit einigen Jahren mit Yoga, Meditation und den geistigen Gesetzen des Lebens. Mehr Informationen zu mir finden Sie unter www.dominiquewettstein.de.“



2XF301105

Meditation - Entspannung, Erkenntnis und mehr

Wir tauchen ein in die Meditation, zur Bewusstseinerweiterung und für eine neue Art zu sein. Mit vielen Übungen machen wir neue Erfahrungen und tauschen uns aus. Dabei nehmen wir die Hürden, vor die uns der Verstand so oft stellt. Wenn Ihre Fragen beantwortet sind, wird Ihr Verstand ruhig. Das was bleibt ist ein Gefühl von Frieden, welches gerne in Ihrem Leben bleiben darf. Wir bieten den Rahmen, um Momente der inneren Stille und der persönlichen Erkenntnisse zu ermöglichen. Mitzubringen sind nach eigenen Vorlieben: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, falls vorhanden ein Sitzkissen.
Dominique Wettstein
Psychiatr. Tagesklinik, Goethestr.
47/49, Entspannungsraum
montags, 09.03.2020 bis
23.03.2020, 19:45 - 21 Uhr,
3 Abende, 14,00 €, 5 UE

Monika Bartels: „Ich habe mich schon immer für natürliche Mittel interessiert, um meine Selbstheilungskräfte anzuregen und mir so das Leben zu erleichtern. So bin ich auf die reinen ätherischen Substanzen gestoßen. Die Vision des Gründers der reinen ätherischen Öle hat in mir ein großes Echo gefunden: Gesundheit in jedes Haus bringen! Heute sind viele Giftstoffe um uns herum in unseren alltäglichen Produkten. Daher ist es so wichtig, reine Produkte in unser Leben zu integrieren.“



2XF300108

Unterstütze Deine Selbstheilungskräfte mit ätherischen Ölen



Für die Gesundheit ist es sehr wichtig, das Immunsystem zu unterstützen. Dies kann auch mit ätherischen Substanzen gelingen. Verbessern Sie Ihren Lifestyle und helfen Sie Ihren Angehörigen, sich körperlich und geistig besser zu fühlen. Auch die Gesundheit Ihrer Haustiere lässt sich mit ätherischen Ölen verbessern. Zudem lassen sich auch natürliche Reinigungsprodukte damit herstellen. Machen Sie jeden Ihrer Räume

zu einer duftenden Oase. In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Selbstheilungskräfte einzusetzen. Sie riechen und schmecken Öle und stellen ein „Do It Yourself“-Produkt daraus selbst her. Zudem wird die Kursleiterin einige Körperübungen mit Ihnen absolvieren. Zusätzlich zur Kursgebühr ist ein Betrag von 5 € für Material direkt an die Kursleiterin zu entrichten.
Monika Bartels
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19,
Raum 04, dienstags, 21.04.2020 bis 12.05.2020, 18 - 19:30 Uhr,
4 Abende, 22,40 €, 8 UE

Christina Winkels hatte bereits in jungen Jahren Interesse an der Naturheilkunde und gesunder Ernährung. Sie besuchte seitdem Kurse zu verschiedenen Themen wie Homöopathie, Entspannungstechniken u.v.m., nahm an einer Ausbildung zur Heilpraktikerin teil und absolvierte von 2016 bis 2018 die Ausbildung zur „Ärztlich geprüften Gesundheitsberaterin GGB“ im Dr.-Max-Otto-Bruker Haus in Lahnstein und 2018 die Ausbildung zur Fastenbegleiterin. Mit Freude ist sie zudem seit vielen Jahren Übungsleiterin im Sportverein.



2XF301106

Atempausen im Alltag schaffen! Burnout vorbeugen!

Wie entsteht ein Burnout, Erschöpfung, ausgebrannt sein? Wir lernen die Endlichkeit der

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. Daueringebote
- 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 zu lässt.

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 qualitätsgesichert. Wichtiger als ein Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.

Ihre Volkshochschule



Gesundheitsbildung



eigenen Ressourcen kennen und akzeptieren. Tägliches Power-Programm bis die Akkus alle sind? Ob Frauen, mit dem Spagat zwischen Kindern, Job und Haushalt, oder typisch Mann und kämpfen bis zum umfallen? Wir wollen Krisen vorbeugen, raus aus der Erschöpfung, in ein erfülltes, glückliches Leben. Wir erfahren unter anderem: Was tut mir gut? Wo lade ich meine Akkus auf? Was habe ich für ein Selbstbildnis, welche Selbstreflexion? Wir üben aktive und passive Entspannung, Elemente aus dem Joga, Achtsamkeit und Meditation.
Christina Winkels
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 13
Samstag, 25.04.2020,
10 - 12:15 Uhr, 9,90 €, 3 UE

Annette Heine arbeitete als gelernte Restaurantfachfrau in verschiedenen gastronomischen Betrieben in Deutschland und auf der Insel Kreta. Darüber hinaus absolvierte sie nebenberuflich eine Ausbildung zur Fachkraft im Gesundheitsmanagement und zur Ernährungsberaterin beim Mitteldeutschen Institut für Weiterbildung in Erfurt. Seit 1995 ist sie als Flugbegleiterin der Deutschen Lufthansa weltweit unterwegs. Die Zubereitung von frischen und gesunden Lebensmitteln hat Annette Heine schon immer fasziniert. Sie freut sich darauf, ihr Wissen rund um das Thema Ernährung und ihre Passion fürs Kochen an der Volkshochschule Eisenach teilen zu können.



2XF305102 Kochspaß für Berufstätige und Kochmuffel

Nach einem langen Arbeitstag schnell in den Supermarkt, eine Fertigpizza aus der Tiefkühltruhe holen oder den Lieferservice anrufen? Es geht auch anders. Gemeinsam wollen wir aus frischen Lebensmitteln schnelle und leckere Gerichte zubereiten. Wir bereiten zum Beispiel „One-Pott-Gerichte“ zu, aber auch etwas zum Mitnehmen fürs Büro. Da werden Ihre Kollegen neidisch gucken! Bitte bringen Sie eine Schürze, Messer, Schneidebrett und verschließbare Behältnisse mit. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Lebensmittelkosten in Höhe von ca. 15 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind. Die Lebensmittelkosten sind geschätzt und können eventuell etwas variieren. Überzahlungen werden selbstverständlich zurückgezahlt.
Annette Heine
SWG, Nachbarschaftszentrum Goetheviertel
Mittwoch, 01.07.2020,
18:30 - 21:30 Uhr,
13,20 €, 4 UE

ca. 10 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind. Die Lebensmittelkosten sind geschätzt und können eventuell etwas variieren. Überzahlungen werden selbstverständlich zurückgezahlt.
Annette Heine
SWG, Nachbarschaftszentrum Goetheviertel
Mittwoch, 25.03.2020,
18:30 - 21:30 Uhr
13,20 €, 4 UE



2XF305104 Kochen wie im Mittelalter

Geschichte geht durch den Magen! Wir machen einen kulinarischen Ausflug in die Zeit Martin Luthers und der Klosterküchen des Mittelalters. Unter fachkundiger Anleitung der Kulturpädagogin Juliane Schwartz nähern wir uns den Ernährungsgewohnheiten und schwingen gemeinsam den Kochlöffel. Das Menü wird ohne moderne Geräte am offenen Feuer zubereitet und anschließend verspeist; Lebensmittel, Küchenutensilien und Geschirr werden von der Kursleitung gestellt. Dieser Kurs ist aufgrund der Menüwahl nicht für Veganer oder Vegetarier geeignet und soll auch nicht angepasst werden. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen pro Person Lebensmittelkosten in Höhe von 15 € an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind.

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

Juliane Schwartz
Exkursion
Dienstag, 21.04.2020,
18:30 - 21 Uhr
9,90 €, 3 UE



Foto: Thüringer Allgemeine/Mediengruppe

2XF305108 Tee aus dem Ursprungsland - Chinesische Teekultur und Teeceremonie

Teebrett, Teekännchen, Teeservice... „It's tea time!“ Nehmen Sie sich Zeit und genießen Sie 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 Teeceremonie werden Sie insgesamt bis zu fünf Teesorten probieren. Hierzu werden chinesische und deutsche Köstlichkeiten (cha dian) gereicht. Schließlich dürfen Sie die Teezubereitung auch selbst probieren. Für jeden Teilnehmer gibt es ein Teepäckchen zur Probe gratis. Es fallen pro Kursteilnehmer 5 € Materialkosten an, die an die Kursleiterin zu entrichten sind.
Jian Chen
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05
Donnerstag, 07.05.2020,
18:30 - 21:30 Uhr
13,20 €, 4 UE

2XF305101 Mal was anderes Kochen

Kommt Ihnen das bekannt vor? Sie kochen immer die gleichen Gerichte? Dann lassen Sie sich inspirieren und probieren Sie Alternativen zu Reis, Nudeln und Kartoffelüree. Ein ganzes Wochenende wollen wir gemeinsam mit saisonalen und regionalen Produkten verschiedene Gerichte zubereiten. Bitte bringen Sie eine Schürze, Messer, Schneidebrett und verschließbare Behältnisse mit. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Lebensmittelkosten in Höhe von ca. 25 € pro Person an, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind. Die Lebensmittelkosten sind geschätzt und können eventuell etwas variieren. Überzahlungen werden selbstverständlich zurückgezahlt.
Annette Heine
SWG, Nachbarschaftszentrum Goetheviertel
Freitag, 22.05.2020,
18 - 21:45 Uhr, 33,00 €, 10 UE

2XF305103 Wir naschen ... Energy Balls und co.

Energy Balls - auch als Energiekugeln oder Bliss Balls bekannt sind zurzeit in aller Munde. Gemeinsam wollen wir einige vegane Varianten herstellen. Sie eignen sich auch als Geschenkidee oder als kleines Mitbringsel. Bitte bringen Sie eine Schürze, Messer, Schneidebrett und verschließbare Behältnisse mit. Zusätzlich zur Kursgebühr fallen Lebensmittelkosten in Höhe von

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: 03691 670 550

E-Mail: vhs@eisenach.de

Sie können...



... mit PCs und Tablets umgehen

...Pilates

...Nähen

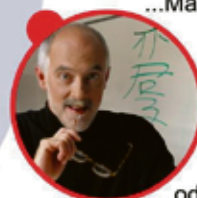
...Englisch

...Malen

...Yoga

...Chinesisch

...oder etwas ganz anderes?



2XF305106

Zucker, Zucker: Wie kann ich ihn nachhaltig reduzieren?

Immer mehr Menschen erkranken an immer mehr Krankheiten. Essen wir uns krank? Wir schauen hinter die verschiedenen Namen des Fabrikzuckers, gehen auf die ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten ein und finden gemeinsam praktische, einfache Lösungen für den Alltag ohne Zucker. Dieser Vortrag ist auch oder gerade für „Leckermäulchen“ sehr empfehlenswert.
Christina Winkels
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 07
Samstag, 09.05.2020,
09:30 - 11:45 Uhr
9,90 €, 3 UE

DER TEUFEL STECKT IM KLEINGEDRUCKTEN



Besser lesen und schreiben: jetzt Kurse buchen!
www.vhs-lernportal.de



www.volkshochschule.de

Sprachen und Integration

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 / 670 550 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 Gerne beraten wir Sie auch individuell zur Kursauswahl.

Sprechzeiten
für
den Integrationsbereich:
Montag
14.00 bis 18.00 Uhr

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

Sprachen und Integration

Die Volkshochschule Eisenach ist Prüfungszentrum der telc GmbH, Prüfungsinstitution mit Sprachtestangeboten von über neun Sprachen in sechs Niveaustufen von A1 bis C2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen.

Die Sprachzertifikate sind international anerkannt und speziell für die deutsche Einbürgerung anerkannter Nachweis beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge und den Ausländerbehörden.

Informationen und Anmeldeformulare sind in der VHS Eisenach erhältlich.



2XF400101

Informationen zur VHS Sprachschule: Beratung in Englisch und Spanisch

Jeder der noch nicht ganz sicher ist, welches Sprachniveau er beherrscht und welcher Kurs für ihn der passende ist, kann sich an der VHS Eisenach für die Sprachen Englisch und Spanisch beraten lassen.

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
Donnerstag, 27.02.2020,
14 - 16 Uhr
gebührenfrei!

ARABISCH

2XF401101

Arabisch für Anfänger A1

In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die arabische Sprache, vermittelt von einem Muttersprachler aus Syrien. Zuerst wird die arabische Schrift ausführlich erlernt, kombiniert mit intensiver Übung der Aussprache. Nebenbei werden viele landeskundliche Informationen zur arabischen Kultur und Sprache vermittelt. In lockerer Atmosphäre wird mit viel Freude die arabische Sprache näher gebracht.

Sameer Waked
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05
mittwochs, 04.03.2020 bis
03.06.2020, 18:30 - 20 Uhr,
12 Abende
55,20 €, 24 UE

DEUTSCH

2XF404001

Einstufungstests für Integrationskurse (BAMF) und für Kurse nach Deutsch-Förderverordnung (DeuFöV)

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
donnerstags, 09.01.2020 bis
25.06.2020, 13 - 14:30 Uhr,
25 Nachmittage
gebührenfrei!

2XF404101

Deutsch als Fremdsprache A1

Dieser Deutschkurs richtet sich an Teilnehmer die keine oder nur sehr geringe Deutschkenntnisse haben. Schritt für Schritt werden Grammatik, mündliche und erste schriftliche Kommunikation vermittelt und vielfältig geübt.

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
Samstag, 30.12.1899,
69,00 €, 30 UE

2XF404102

Deutsch als Fremdsprache A2

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits gute 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. Auch das Spektrum der sprachlichen Mittel für die tägliche Kommunikation soll erweitert werden.

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04
mittwochs, 04.03.2020 bis
24.06.2020, 19:30 - 21 Uhr,
15 Abende
69,00 €, 30 UE

2XF404107

Deutsch als Fremdsprache B2.2

Dieser Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits Kenntnisse des B1-Niveaus beherrschen. Diese werden kurz wiederholt und danach ist es das Ziel, das B2-Niveau zu erreichen. Wir erarbeiten uns Woche für Woche neue Schwerpunkte der deutschen Sprache, die sowohl schriftlich als auch mündlich geübt werden.

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04
mittwochs, 04.03.2020 bis
24.06.2020, 18 - 19:30 Uhr,
15 Abende, 90,00 €, 30 UE

2XF404400

Integrationskurs 1 - Gesamtkurs

Die Volkshochschule Eisenach ist ein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

anerkannter Sprachkursträger für Integrationskurse. Neu eingewanderte Migranten haben Anspruch auf einen Integrationskurs. Schon länger in Deutschland lebende Zuwanderer, Asylsuchende mit Bleibeperspektive, EU-Bürger und Deutsche mit nicht ausreichenden Deutschkenntnissen können beim BAMF einen Integrationskurs beantragen. Eine Kostenbefreiung ist unter bestimmten Voraussetzungen auf Antrag möglich. Gerne helfen wir weiter. Sie haben einen Berechtigungsschein zur Teilnahme an einem Integrationskurs erhalten? Dann kommen Sie mit dieser Bestätigung und einem gültigen Personaldokument bitte zur Anmeldung in die Volkshochschule. Wenn Sie keine Berechtigung haben, helfen wir Ihnen bei der Beantragung. Wir erledigen hier gemeinsam mit Ihnen die Anmeldeformalitäten, stellen bei Bedarf einen Antrag auf Kostenbefreiung und Fahrkostenzuschuss bzw. Fahrtkostenerstattung. Vor Kursbeginn machen Sie einen Einstufungstest (schriftlich und mündlich) bei uns (Dauer: ca. 45 Minuten), um das für Sie passende Start-Modul festzustellen. Wer keine Deutschkenntnisse mitbringt beginnt mit Basis Modul 1. Ziel des Integrationskurses ist das Erlernen der deutschen Sprache, um sich im Alltag gut verständlich machen zu können. Der Integrationskurs besteht aus 7 Modulen. In 600 Unterrichtseinheiten (UE) lernen Sie die deutsche Sprache vom Sprachniveau A1 bis zur Stufe B1 und schließen mit der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab. Anschließend findet der Orientierungskurs mit 100 UE statt, der mit dem Test „Leben in Deutschland“ beendet wird.

Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
montags, 22.06.2020 bis
29.01.2021, 8:30 - 12:45 Uhr,
140 Tage, 700 UE
Die Teilnahmebedingungen sind in der VHS zu erfragen!

ENGLISCH

2XF406111

Englisch Anfänger A1

Dieser Kurs ist für alle diejenigen konzipiert, die noch keinerlei Kenntnisse der englischen

Sprache haben. Sie erlernen die Grundlagen von Beginn an.

Anne Stosch
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09
Donnerstags, 05.03.2020 bis
02.07.2020, 17:30 - 19 Uhr,
15 Abende
69,00 €, 30 UE

2XF406108

Englisch für Reisende / English for Travellers A1.2

In diesem Kurs werden wir uns mit häufig gebrauchten Wendungen vertraut machen, die uns helfen, auf Reisen im Ausland zurechtzukommen. Das Sprachniveau ist A1 (mit sehr geringen Englischkenntnissen) und die Themen, die wir besprechen beinhalten u.a.: Die eigene kurze Vorstellung, auf dem Flughafen, das Einchecken im Hotel, Fragen nach dem Weg, die Erkundigung in der Touristeninformation zu Sehenswürdigkeiten und anderen Aktivitäten.

Giesela Linke-Gomado
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
dienstags, 03.03.2020 bis
02.06.2020, 09 - 10:30 Uhr,
12 Vormittage, 55,20 €, 24 UE

2XF406110

Der Schlüssel zur englischen Sprache - The key to your English A1.3

Dieser Kurs bietet Teilnehmern mit geringen Vorkenntnissen vielfältige Möglichkeiten des Erlernens und Verwendens der englischen Sprache. Sie üben mit Gleichgesinnten in authentischen Alltagssituationen und erhalten Unterstützung beim Ausbau Ihres Wortschatzes. Nötige Grammatikregeln werden als Grundlage zum Gebrauch der englischen Umgangssprache erläutert und in abwechslungsreichen Übungen gefestigt. Eine Sprache spiegelt auch die Kultur des jeweiligen Volkes wider. Deshalb wird die Lehrbucharbeit durch landeskundliche Inhalte sowie Redewendungen und Songtexte ergänzt. Spaß und Freude beim gemeinsamen Erlernen der englischen Sprache sind der Schlüssel zum Erfolg.

N.N.
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
mittwochs, 04.03.2020 bis
03.06.2020, 17:30 - 19 Uhr,
12 Abende
55,20 €, 24 UE

2XF406100

Der Schlüssel zur englischen Sprache - The key to your English A1.4

Die Teilnehmer dieses Kurses werden aufbauend auf ihren Grundlagen alltägliche Situationen im englischsprachigen Ausland üben und dabei thematischen Wortschatz, Redewen-

Anmeldungen zu Sprachprüfungen

bitte über den Thüringer Volkshochschulverband - www.vhs-th.de

dungen der Gesprächsführung und wesentliche grammatikalische Strukturen erlernen, verstehen und anwenden. Eine offene Gesprächsatmosphäre unter Gleichgesinnten, abwechslungsreiche Übungen sowie die Vermittlung von landeskundlichen Informationen und Liedtexten sollen den Spaß und die Freude beim Umgang mit der englischen Sprache fördern. Das Lehrwerk „Key“ unterstützt dabei Ihr individuelles Lernen zu Hause mit vielfältigen Übungsseiten, Hörtexten und einem Journal.

N.N.
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
mittwochs, 04.03.2020 bis
03.06.2020, 15:45 - 17:15 Uhr,
12 Nachmittage
55,20 €, 24 UE

2XF406202
Englisch A1.2

Für ganz alltägliche Situationen, und vor allem dann, wenn es brenzlich wird, zahlt es sich aus, über Grundkenntnisse in der englischen Sprache zu verfügen. Wie oft kam es schon vor, dass Ihre Kinder sich besser in englischsprachigen Ländern verständigen konnten als die Eltern? Warum versuchen Sie es nicht und erlernen die englische Sprache so, dass Sie nicht mehr auf fremde Hilfe angewiesen sind? Dieser Kurs ermöglicht es Ihnen, Englisch von Grund auf zu erlernen und sich auf einfache Art zu verständigen. Dazu werden kleine Texte gelesen, kurze Gespräche in Alltagssituationen geführt, grammatische Grundstrukturen trainiert. Freude und Spaß beim Erlernen unserer Lieblingsfremdsprache sollen Hemmungen überwinden und für eine lockere Atmosphäre sorgen. Der Kurs ist für Teilnehmer mit geringen A1-Sprachkenntnissen geeignet.

2XF406101
Englisch A1.4

Teilnehmer mit schon erworbenen Grundkenntnissen in der englischen Sprache sind in diesem Kurs gut aufgehoben.

Sprachen und Integration

In diesem Kurs wird Englisch in alltäglichen Situationen geübt und weiter vervollkommen. Zusatzmaterialien vertiefen die Kenntnisse und kommunikativen Fähigkeiten. Verstehendes Hören, Lesen, Schreiben und Grammatik werden an entsprechender Stelle erklärt und geübt. Ihre Englischkenntnisse werden in jedem Fall aufgebohrt und Sie können Patzer vermeiden.

Elvira Weinhold
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
montags, 02.03.2020 bis
29.06.2020, 17:15 - 18:45 Uhr,
15 Nachmittage, 69,00 €, 30 UE

2XF406102 Englisch A2.4

Wenn Sie jetzt etwas Nachholbedarf verspüren, schon bereits vorhandenes gutes Wissen und Können in der englischen Sprache wieder auffrischen zu wollen, dann könnte dieser Kurs, der die unterschiedlichsten Themen bewältigt, der richtige für Sie sein. Einerseits bilden englischsprachige Lese- und Hörtexte die Grundlage für Gespräche, andererseits wird Grammatik an entsprechenden Situationen hergeleitet und geübt. Mit Zusatzmaterialien werden diese Strukturen gefestigt. Wie vermeide ich Missverständnisse? Für uns Deutsche typische Fehler (false friends) werden aufgegriffen und führen mit Sicherheit zur Erheiterung der Englischstunden.

Elvira Weinhold
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
donnerstags, 05.03.2020 bis
02.07.2020, 18:30 - 20 Uhr,
15 Abende, 69,00 €, 30 UE

2XF406109 Englisch A2.2

Reisen und die Welt erkunden ist eine der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen. Auch wir wollen uns in diesem Englischkurs auf die Reise in die weite Welt begeben. Wir werden über nationale und internationale Sehenswürdigkeiten, Weltwunder und die schönsten Reiseziele sprechen. Wie und wo erhalte ich Informationen, wie frage ich nach dem Weg oder wie gebe ich eine Wegbeschreibung? Dies alles wollen wir in diesem Kurs erarbeiten. Dabei steht die Anwendung der englischen Sprache im Vordergrund und wird durch die Festigung grammatikalischer Strukturen abgerundet. Neugierig? Dann lassen Sie uns die Reise gemeinsam starten.
Renate Müller
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
montags, 02.03.2020 bis
29.06.2020, 17:45 - 19:15 Uhr,
15 Abende, 69,00 €, 30 UE

2XF406901 Englisch für Anfänger A2.3

Dieser Kurs ist konzipiert für Teilnehmer mit sehr guten Grund-

kenntnissen. 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. Vor allem geht es um das Verstehen einfacher Sätze über die eigene Person, die Familie und die unmittelbare Umwelt, das Verständigen auf einfache Art bzw. der Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Themen. Lexikalisches und grammatisches Wissen wird aufgefrischt und erweitert.
Monika Körner
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
mittwochs, 04.03.2020 bis
24.06.2020, 09:30 - 11 Uhr,
15 Vormittage
69,00 €, 30 UE

2XF406902 Englisch für Anfänger A2.3

Dieser Kurs ist konzipiert für Teilnehmer mit sehr 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. Vor allem geht es um das Verstehen einfacher Sätze über die eigene Person, die Familie und die Umwelt, das Verständigen auf einfache Art bzw. der Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Themen. Lexikalisches und grammatisches Wissen wer-

den aufgefrischt und erweitert.
Monika Körner
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
mittwochs, 04.03.2020 bis
24.06.2020, 11:15 - 12:45 Uhr,
15 Vormittage, 69,00 €, 30 UE

2XF406104 Englisch für Wiedereinsteiger A2.4

Dieser Kurs richtet sich an interessierte 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 englischsprechenden Gesprächspartnern mit weniger Hemmungen begegnen können.
Margit Gebhardt
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
dienstags, 03.03.2020 bis
12.05.2020, 18 - 19:30 Uhr,
8 Abende
36,80 €, 16 UE

2XF406103 Englisch am Vormittag B1.4

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit bereits guten vorhandenen Englischkenntnissen, die diese anwenden und verbes-

sern möchten. Lexikalisches und grammatisches Wissen wird aufgefrischt und erweitert. Schwerpunkte sind das verstehende Hören und das freie Sprechen. Dabei ergeben sich immer wieder neue interessante Themenkreise. In einer entspannten Atmosphäre werden gewisse Hemmungen, die eigenen Englischkenntnisse anzuwenden, überwunden.
Margit Gebhardt
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
dienstags, 03.03.2020 bis
12.05.2020, 10:15 - 11:45 Uhr,
8 Vormittage
48,00 €, 16 UE

2XF406107 Englisch am Vormittag B1.2

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. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit fortgeschrittenen Englischkenntnissen.
Giesela Linke-Gomado
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
donnerstags, 05.03.2020 bis
11.06.2020, 10:45 - 12:15 Uhr,
12 Vormittage
72,00 €, 24 UE

2XF406105 Englisch B1.4

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte der englischen Sprache, die bereits solide Kenntnisse besitzen. Es wird auf den bereits erlernten Kenntnissen nahtlos aufgebaut. Neben den vertiefenden Elementen des Kurses sollen neue Kenntnisse sowohl im mündlichen als auch im schriftlichen Bereich vermittelt und gefestigt werden.
Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04
donnerstags, 05.03.2020 bis
02.07.2020, 18:30 - 20 Uhr,
15 Abende
90,00 €, 30 UE

ENGLISCH FÜR SCHÜLER IN DEN FERIEN!

2XF406401 English Holiday Activities

In der letzten Woche der Sommerferien 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 neun bis dreizehn Jahren die Weltsprache Englisch in sich aufnehmen. Der abwechslungsreiche Unterricht richtet sich nach den Wünschen und Bedürfnissen der Schüler, mit

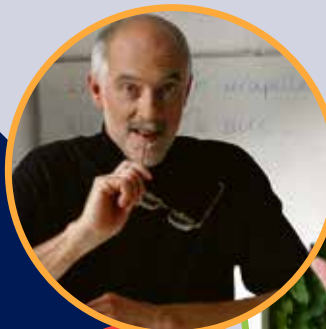


Sie können etwas, was andere lernen wollen?

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!



Sprachen und Integration

Sprachspielen, Teamaktivitäten, Songs, Theaterszenen und anderes mehr.

Dr. Johannes Hanel
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 10
montags - freitags, 20.07.2020 - 24.07.2020, 09:45 - 12:45 Uhr, 5 Tage, 46,00 €, 20 UE

Der Lehrer Dr. Johannes Hanel studierte in den USA, in Frankreich und Deutschland und promovierte in den Niederlanden. Seit über 20 Jahren unterrichtet er Englisch, u.a. auch in Großbritannien, in China, in der Schweiz und in Indien.

FRANZÖSISCH

2XF408102 Französisch für Anfänger A1.3

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Abwechslungsreiche Übungen und vielfältige Aufgaben vertiefen und erweitern Kenntnisse in Wortschatz, Aussprache, Grammatik und Kommunikation in Alltag und auf Reisen. Interessante und landeskundliche Aspekte werden ebenso besprochen.

Evelin Cramer-Stein
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02
montags, 02.03.2020 bis 08.06.2020, 17:15 - 18:45 Uhr, 12 Abende, 55,20 €, 24 UE

2XF408101 Französisch für Anfänger A2.2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit 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. Landeskundliche Aspekte runden den Kurs ab.

Evelin Cramer-Stein
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02, montags, 02.03.2020 bis 08.06.2020, 19 - 20:30 Uhr, 12 Abende, 55,20 €, 24 UE

2XF408104 Französisch A2.6

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 französischsprachigen 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.

Klaus Böhler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05
dienstags, 03.03.2020 bis 19.05.2020, 17:30 - 19 Uhr, 10 Abende, 73,60 €, 20 UE

2XF408105 Französisch B1.2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits über gute Französischkenntnisse verfügen und diese anwenden und verbessern möchten. Verstehendes Hören wird geübt, Vokabeln und Grammatik werden wiederholt und vertieft, damit Sie frei und ohne Hemmungen an Gesprächen zu vielfältigen Themen teilnehmen können.

Sylvia Raffel
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 15
dienstags, 03.03.2020 bis 19.05.2020, 17:30 - 19 Uhr, 10 Abende, 60,00 €, 20 UE

ITALIENISCH

2XF409103 Italienisch A1

Italienisch für Anfänger ohne Kenntnisse, die in einem kommunikativen Unterricht nicht nur die Sprache, sondern auch etwas über die italienische Lebensart kennenlernen möchten.

Daniela Palomba
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02
mittwochs, 04.03.2020 bis 24.06.2020, 18 - 19:30 Uhr, 12 Abende, 55,20 €, 24 UE

2XF409101 Italienisch A1.1

Italienisch für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die die italienische Sprache mit Spaß erlernen und die italienische Kultur besser kennenlernen möchten.

Daniela Palomba
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
montags, 02.03.2020 bis 29.06.2020, 18:45 - 20:15 Uhr, 12 Abende, 55,20 €, 24 UE

2XF409102 Italienisch A2.1

Teilnehmer mit Vorkenntnissen (mindestens Sprachniveau A1) lernen zusammen mit Spaß und Freude Italienisch und lernen die italienische Kultur näher kennen. Daniela Palomba
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 06
montags, 02.03.2020 bis 29.06.2020, 17 - 18:30 Uhr, 12 Nachmittage, 55,20 €, 24 UE

LATEIN

2XF411101 Latein für Anfänger

Wer Latein kann, hat bedeutende Vorteile beim Lernen von Englisch (ca. 50 % der Wortel), Französisch, Spanisch, Italienisch, Portugiesisch, Rumänisch usw. Außerdem: Grammatik als Grundlage beim Lernen und Verstehen indogermanischer Sprachen lernt man nur richtig an Latein. Die Grundlage unserer mittel- und westeuropäischen Kultur und Wissenschaften liegt im christlich römisch-lateinischen Kulturkreis (Abendland). Man versteht die Fachsprache seines Arztes sowie der Naturwissenschaften und des Rechtes eher mit Latein. Vor allem: Vom Mittelalter an bis etwa 1850 wurde ein großer Teil der Geschichtszeugnisse in lateinischer Sprache geschrieben. Nur wer diese versteht, kann zuverlässige Geschichtskennntnisse, auch in der eigenen Familiengeschichtsforschung, gewinnen. Dieser Kurs ist vorwiegend für Anfänger gedacht. Aber auch Teilnehmer mit leichten Vorkenntnissen, die ihre Lateinkenntnisse auffrischen wollen, sind herzlich willkommen. Gearbeitet wird nach dem Lehrbuch „Endlich Zeit für Latein“ von Friedrich Maier (ISBN: 978-3-19-009592-6). Das Lehrbuch ist unbedingt erforderlich und pädagogisch zum leichten Lernen ganz ausgezeichnet. Dr. Wolfgang Schenk
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 16
mittwochs, 10.06.2020 bis 08.07.2020, 19 - 20:30 Uhr, 5 Abende, 23,00 €, 10 UE

HEBRÄISCH - IVRIT



2XF413101 Modernes Hebräisch (Ivrit) für Israel-Reisende, Studierende, interessierte Volontäre und Politiker - Kombierter Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Da es sich bewährt hat, Anfänger und Fortgeschrittene in einem Kurs zu unterrichten, wird diese Struktur auch für den neuen Kurs angeboten. Dieser Kurs wendet sich sowohl an Teilnehmer mit gewissen Vorkenntnissen als auch an solche, die ganz von vorne anfangen und noch die hebräische Quadratschrift (Druckschrift) und die Schreibschrift (Kursive) erlernen wollen. Wer bereits fortgeschritten ist, übt an Alltagsthemen wie Begrüßung, Einkäufen, Restaurant- und Museumsbesuchen, Familie, Feiern und Freunde die Vertiefung des modernen

Hebräisch. Auflockernd werden hebräische Lieder gehört, erlernt und miteinander gesungen. Es werden außerdem elementare Kenntnisse in Aussprache, Grammatik und Rechtschreibung sowie landeskundliche Aspekte vermittelt.

Siegbert Braun
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 05
montags, 27.01.2020 bis 11.05.2020, 19 - 20:30 Uhr, 5 Abende, 30,66 €, 10 UE

RUSSISCH

2XF419102 Russisch für Anfänger A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die sich für Russland und für die russische Sprache interessieren. Neben einer Einführung in die Grundlagen der Sprache werden Wörter, einfache Satzstrukturen und Floskeln erlernt, die in Alltagssituationen nützlich sind. Der Sprachunterricht wird durch landeskundliche Informationen über Russland ergänzt.

Dr. Reinhard Frank
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04
montags, 02.03.2020 bis 18.05.2020, 17:30 - 19 Uhr, 10 Abende, 46,00 €, 20 UE

SPANISCH

2XF422101 Spanisch für Anfänger: A1-Schnupperkurs

Hast Du Lust, ein bisschen Spanisch zu lernen? Du wirst in diesem Kurs auf eine spielerische Art und Weise genug Spanisch lernen, um Deine Freunde und/oder Familie bei Deinem nächsten Urlaub in Spanien oder Lateinamerika zu beeindrucken: Du kannst das Essen auf Spanisch bestellen, nach dem Weg fragen oder ein paar Souvenirs kaufen. Worauf wartest Du noch? - Vamos! Maria Eulalia Jiménez del Rio
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02
donnerstags, 05.03.2020 bis 14.05.2020, 16 - 17 Uhr, 9 Nachmittage, 27,60 €, 12 UE

2XF422100 Spanisch Anfänger A1.2

Hast Du Lust ein bisschen Spanisch zu lernen? Wenn Du spanische Grundkenntnisse mitbringst, dann startet für Dich der offizielle Anfängerkurs: Wir unterhalten uns auf Spanisch, wir erweitern unseren Wortschatz und vieles mehr... und das wie immer mit viel Spaß. Überlege nicht länger und komm einfach! - Vamos! Maria Eulalia Jiménez del Rio
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02



dienstags, 03.03.2020 bis 23.06.2020, 16 - 17:15 Uhr, 15 Nachmittage, 57,50 €, 25 UE

2XF422102 Spanisch Anfänger A2.1

Dieser Kurs ist für Anfänger mit guten Vorkenntnissen konzipiert. Sie werden einen Grundwortschatz lernen und komplexere 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, 03.03.2020 bis 23.06.2020, 17:20 - 18:35 Uhr, 15 Nachmittage, 92,00 €, 25 UE

2XF422103 Spanisch A2.4

Dies ist die Fortsetzung des Grundkurses. Neue Teilnehmer mit guten Grundkenntnissen sind selbstverständlich auch herzlich willkommen. Maria Eulalia Jiménez del Rio
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 02
dienstags, 03.03.2020 bis 23.06.2020, 18:40 - 19:55 Uhr, 15 Abende, 57,50 €, 25 UE

2XF422104 Spanisch für Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Es werden Ihnen grundlegende grammatikalische und lexikalische Kenntnisse der spanischen Sprache vermittelt und Sie erhalten einen Einblick in Kunst, Kultur und Landeskunde Spaniens sowie Lateinamerikas. Besonders beliebt sind auch aktuelle Liedtexte oder aber auch leichte Poesiestücke. Ihre Kursleiterin wird Sie spielerisch durch diesen Kurs führen, dessen Ziel es ist, am Ende einen kleinen Smalltalk auf Spanisch halten zu können. Sabine Groß
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 09
mittwochs, 18.03.2020 bis 08.07.2020, 19 - 20:30 Uhr, 15 Abende, 69,00 €, 30 UE



Entscheiden ist einfach.



**Weil die Sparkasse
verantwortungsvoll mit
einem Kredit helfen kann.**

Sparkassen-Autokredit.

www.wartburg-sparkasse.de

Wenn's um Geld geht



**Wartburg
Sparkasse**



Arbeit und Beruf - Informationstechnologie



2XF500101 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 Schreibgeschwindigkeit zu steigern.

Zur Teilnahme benötigen Sie ein Seminarheft, dies ist zum Preis von 20,22 € 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, 04.07.2020,
09 - 15:30 Uhr
26,40 €, 8 UE

2XF501101 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. Die Teilnehmer erlernen den Umgang mit der Benutzeroberfläche, Ordnen und Dateien, können CDs und 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
montags, 20.04.2020 bis
25.05.2020, 17:15 - 20:30 Uhr,
6 Abende
67,20 €, 24 UE

2XF501102 Mein neues Tablet

Der Kurs ist für Android-Tablets und Tablets von Apple (iPad) 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 und den 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 Installa-

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.

tion bzw. Deinstallation von Apps und die Synchronisation von Daten z.B. mit einem Smartphone behandelt. Die eigenen „aufgeladenen“ Tablets bitte zum Kurs mitbringen. Der Kurs ist auch für Interessenten geeignet, die sich vor einer Anschaffung informieren möchten.

Ludwig Glöckner
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11
mittwochs, 06.05.2020 bis
20.05.2020, 17 - 20:15 Uhr,
3 Abende
33,60 €, 12 UE

2XF500102 Smartphone

Smartphones, die „schlaue Telefone“, haben die klassischen Handys inzwischen fast verdrängt. Sie sind Handy und Computer in einem. Die 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
donnerstags, 26.03.2020 bis
02.04.2020, 17:30 - 20 Uhr,
2 Abende
16,80 €, 6 UE

2XF501103 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, arbeitsablaufforientiert, 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 Teilnehmern 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
dienstags, 21.04.2020 bis
05.05.2020, 17:30 - 20:45 Uhr,
3 Abende
33,60 €, 12 UE

2XF501104 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, 12.05.2020 bis
19.05.2020, 17:30 - 20:45 Uhr,
2 Abende
22,40 €, 8 UE

2XF501105 MS Excel Aufbau

Dieser Kurs ist eine Ergänzung zum Kurs MS Excel-Kurs und rich-

tet 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

Lars Gebauer
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11
dienstags, 26.05.2020 bis
16.06.2020, 17:30 - 20:45 Uhr,
4 Abende
44,80 €, 16 UE

Computer-Sprechstunde

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.

2XF501901 Computer-Sprechstunde

Uwe Schmidt
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11
dienstags, 03.03.2020 bis
05.05.2020, 08:30 - 11:45 Uhr,
8 Vormittage
89,60 €, 32 UE



2XF501902 Windows Grundlagen

Der Kurs macht mit den grundlegenden Funktionen eines Computers und dem Betriebssystem Windows vertraut. Die Teilnehmer erwerben Sicherheit im Umgang mit den Geräten und üben alle wichtigen Arbeiten wie Anlegen von Ordnern und Dateien, speichern und kopieren, brennen, Musik und Videos abspielen u.v.m.. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ein vorhandenes Notebook kann mitgebracht werden.

Uwe Schmidt
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11
dienstags, 19.05.2020 bis
07.07.2020, 08:30 - 11:45 Uhr,
8 Vormittage
89,60 €, 32 UE

2XF501903 Bildbearbeitung mit GIMP

Mit diesem Kurs wollen wir Ihnen eine Einführung in die Bildbearbeitung am PC geben. Dabei müssen es nicht teure Programme sein, denn die Qualität von kostenlosen Programmen (Freeware) steht oft der Profi-Software in nichts nach. Schwerpunkt bildet das Programm GIMP.

Inhaltliche Schwerpunkte:
• Grundlagen der Bildbearbeitung
• Korrektur von Bildfehlern
• Scanner und Kameras
• Zuschneiden und Bildgröße verändern
• Bildmontagen
• Tipps und Tricks

Die Teilnahme am Kurs ist auch mit dem eigenen Laptop möglich.
Uwe Schmidt
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 11
dienstags, 19.05.2020 bis
09.06.2020, 13:30 - 16:45 Uhr,
4 Nachmittage
44,80 €, 16 UE

Hinweis

Bitte beachten Sie auch unsere Bildbearbeitungskurse auf Seite 10.



Schulabschlüsse



In Deutschland verlassen jährlich fast 90.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss. Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration. Für den nachträglichen Erwerb eines Schulabschlusses sind die Volkshochschulen die wichtigsten Partner.

Die Vorbereitungskurse für die Schulabschlüsse beginnen nach Bedarf. Lassen Sie sich an der Volkshochschule beraten: Tel. 03691 670 550

Impressum

Herausgeber: Wartburgstadt Eisenach, Stadtverwaltung

Redaktion: Volkshochschule Eisenach, Schmelzerstr. 19, 99817 Eisenach
Tel.: 03691 670551, Fax: 03691 670555
E-Mail: vhs@eisenach, Webseite: www.eisenach.de

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

Fotos: fotolia, VHS Eisenach, Lars Gebauer

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



Grundbildung und Alphabetisierung



**Besser lesen,
schreiben
und rechnen**

**Thüringer
Grundbildungs-
Hotline**



Schreiben



Lesen



Rechnen



Computer &
Smartphone

0800 89 89 789

FREECALL

Beratungszeiten:

Dienstag, Mittwoch
und Donnerstag
10:00 bis 15:00 Uhr



Grundbildung und Alphabetisierung



2XF701101 VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben

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 Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schrift-

sprache 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 Lese- 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 670 552) Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-th.de/alphabetisierung. Anna-Sophia Keßler
VHS Eisenach, Schmelzerstr. 19, Raum 04,
donnerstags, 05.03.2020 bis 16.07.2020, 16 - 18:15 Uhr,
17 Wochen, 51 UE, gebührenfrei!

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.

Lesen und Schreiben für Erwachsene



Alfa-Telefon
0800-53 33 44 55

Satzung für die Volkshochschule der Stadt Eisenach vom 20.02.1998

Aufgrund des § 19 Abs. 1 der Thüringer Gemeinde- und Landkreisordnung (Thüringer Kommunalordnung - ThürKO) vom 16. August 1993 (GVBl. S. 501) in der Fassung des zweiten Änderungsgesetzes vom 10. Oktober 1997 (GVBl. S. 352) hat der Stadtrat der Stadt Eisenach in seiner Sitzung am 16.01.1998 nachstehende Satzung für die Volkshochschule der Stadt Eisenach beschlossen:

§ 1

Rechtsstatus, Gliederung

- (1) Die Volkshochschule Eisenach ist das kommunale Erwachsenenbildungszentrum der Stadt Eisenach.
- (2) Die Volkshochschule ist gemeinnützige, nichtrechtsfähige Anstalt des öffentlichen Rechts. Die Tätigkeit erstreckt sich auf das Gebiet der Stadt Eisenach.
- (3) Die Stadt trägt die durch Teilnehmergebühren und Landeszuschüsse (§§ 9 bis 11 ThEBG) nicht gedeckten Personal- und Sachkosten der Volkshochschule.

§ 2

Aufgaben

- (1) Die Volkshochschule hat die Aufgabe, den Teilnehmern in ihren Veranstaltungen die Aneignung von Kenntnissen und Fähigkeiten für Leben, Beruf und gesellschaftliche Tätigkeit zu ermöglichen. Ihr Bildungsangebot wendet sich an alle, die ihr Wissen und ihre Bildung erweitern wollen und durch Weiterlernen eine ständige Auseinandersetzung mit den Veränderungen des gesellschaftlichen Lebens erstreben.
- (2) Die Arbeit der Volkshochschule erfolgt überparteilich und überkonfessionell.
- (3) Die Volkshochschule führt ihre Bildungsarbeit vorrangig in Form von Kursen und Lehrgängen durch.
- (4) Die Volkshochschule kann auch Sonderveranstaltungen für Teilnehmer mit bestimmter Vorbildung durchführen.
- (5) Die Volkshochschule gestaltet Ihre inhaltliche Arbeit in Zusammenarbeit mit den Einrichtungen der Stadt.

§ 3

Leiter und hauptamtliche Mitarbeiter

- (1) Der Leiter der Volkshochschule und die pädagogischen Mitarbeiter sind hauptamtlich tätig.
- (2) Dem Leiter obliegt die pädagogische und organisatorische Leitung und die Verwaltung der Volkshochschule.
Zu seinen Aufgaben gehören insbesondere:
 - a) die Aufstellung des Arbeitsplanes
 - b) die Aufstellung des Haushaltsvoranschlags
 - c) die Aufstellung des Geschäftsverteilungs- und Organisationsplanes
 - d) die Auswahl, Verpflichtung und Honorierung der Kursleiter und Referenten entsprechend der Honorarordnung der Volkshochschule
 - f) die Weiterbildung der Mitarbeiter
 - h) die Öffentlichkeitsarbeit in Abstimmung mit der Pressestelle der Stadtverwaltung Eisenach
 - i) die Betreuung sozialer Netzwerke (Facebookseite der VHS) in Abstimmung mit der Pressestelle und der städtischen Datenschutzbeauftragten
 - j) die Koordinierung der Volkshochschule
 - k) die Zusammenarbeit mit dem Thüringer Volkshochschulverband und dem

Deutschen Volkshochschulverband mit seinen Landesverbänden.

- (3) Der Leiter und die pädagogischen Mitarbeiter sind im pädagogischen Bereich eigenverantwortlich tätig.

(4) Die Einstellung der hauptamtlichen Mitarbeiter der Volkshochschule erfolgt in Absprache mit dem Leiter der Volkshochschule durch den Oberbürgermeister. Der Beirat ist anzuhören; er kann eine Empfehlung zur Einstellung hauptamtlicher Mitarbeiter abgeben.

§ 4

Beirat

- (1) Zur Förderung und Beratung der Volkshochschularbeit wird in der Volkshochschule ein Beirat gebildet.
- (2) Dem Volkshochschulbeirat der Stadt Eisenach gehören an:
 - der Oberbürgermeister als Vorsitzender (Oberbürgermeister kann Vertreter benennen)
 - drei Vertreter des Stadtrates
 - ein Vertreter der IHK
 - ein Vertreter der Handwerkskammer
 - ein Vertreter der Agentur für Arbeit
 - ein Vertreter des Staatlichen Schulamtes
 - ein Vertreter des Stadtjugendrings
 - ein Vertreter der evangelischen und katholischen Kirche
 - ein Vertreter des DGB (Deutscher Gewerkschaftsbund).
- (3) Der Leiter der Volkshochschule, die pädagogischen Mitarbeiter und der zuständige Amtsleiter nehmen mit beratender Stimme an den Sitzungen teil.
- (4) Der Beirat hat folgende Aufgaben:
 - Beratung zum Lehrprogramm
 - Stellungnahme zum Haushaltsentwurf
 - Stellungnahme zum Bericht über die geleistete Arbeit
 - unverbindliche Empfehlungen für die Einstellung des Leiters der Volkshochschule.
- (5) Der Beirat soll mindestens einmal je Semester zusammentreten.

§ 5

Lehrkräfte

- (1) Die Lehrkräfte werden durch Lehrauftrag als freie Mitarbeiter verpflichtet.
- (2) Den Lehrkräften ist bei der Gestaltung ihres Unterrichts größtmögliche Freiheit zu gewähren. Sie sind nach dem Grundsatz der Lehrfreiheit für Inhalt und Art ihrer Lehrtätigkeit selbst verantwortlich.
- (3) Die Honorarordnung wird vom Stadtrat erlassen.

§ 6

Teilnehmer

- (1) Die Veranstaltungen und Kurse der Volkshochschule sind jedermann ohne Rücksicht auf Vorbildung, gesellschaftliche Stellung, Beruf, Nationalität und Religion zugänglich.
- (2) Veranstaltungen für Teilnehmer mit bestimmter Vorbildung durchzuführen liegt im Ermessen der Volkshochschule.
- (3) Auf Wunsch werden nach abgeschlossenen Lehrgängen bei regelmäßiger Teilnahme Teilnahmebescheinigungen ausgestellt.

- (4) Für bestimmte ausgewiesene Lehrgänge werden Zertifikate und Zeugnisse ausgestellt.

- (5) Die geltenden Hausordnungen in den Veranstaltungsräumen sind für alle verbindlich.

- (6) In Lehrgängen und Kursen mit mindestens 10 Doppelstunden sind jeweils zu Beginn von den Teilnehmern ein Kursvertreter und ein Stellvertreter zu wählen.

§ 7

Haftung

- (1) Die Stadt Eisenach übernimmt für die Teilnehmer aller Veranstaltungen der Volkshochschule und ihrer Außenstellen die Haftung für Unfälle nur im Umfang ihrer Haftpflichtversicherung. Eine weitergehende Haftung, besonders für Beschädigungen oder Abhandenkommen von Gegenständen, ist ausgeschlossen.
- (2) Für Personen- und Sachschäden, die den Teilnehmern durch Dritte zugefügt werden, haftet die Stadt Eisenach nicht.
- (3) Die Teilnehmer der Volkshochschule haften der Stadt Eisenach für Schäden, die sie verschulden, nach den allgemeinen gesetzlichen Bestimmungen.

§ 8

gestrichen

§ 9

Gebühren

Für die Teilnahme an Kursen und Lehrgängen werden Gebühren erhoben. Die Grundlage bildet die Gebührensatzung der Volkshochschule Eisenach.

§ 10

Zusammenarbeit mit anderen Organisationen

Die Volkshochschule kann mit anderen Volkshochschulen und Bildungsorganisationen Vereinbarungen über eine Zusammenarbeit treffen.

§ 11

Sprachform

Die in dieser Satzung verwandten personenbezogenen Bezeichnungen gelten für Frauen in der weiblichen, für Männer in der männlichen Sprachform entsprechend.

§ 12

Inkrafttreten

Diese Satzung tritt rückwirkend zum 01.01.1998 in Kraft.

Eisenach, den 20.02.1998

Stadt Eisenach

gez. Dr. Brodhun
Oberbürgermeister

-Siegel-

(Thür. Allgemeine Nr. 54 v. 05.03.1998, Eisenacher Presse-Thür. Landeszeitung Nr. 54 v. 05.03.1998), beschlossen durch den Stadtrat der Stadt Eisenach am 16.01.1998, in Kraft getreten am 01.01.1998

geändert durch 1. Änderungssatzung (Änderung des § 1 Abs. 1-3, Streichung des § 8) vom 09.09.1998 (Thür. Allgemeine Nr. 217 v. 15.09.1998, Eisenacher Presse-Thür. Landeszeitung Nr. 217 v. 15.09.1998), beschlossen durch den Stadtrat der Stadt Eisenach am 24.07.1998, in Kraft getreten am 16.09.1998

geändert durch 2. Änderungssatzung (Änderung des § 2 Abs. 2 u. 5, Neufassung § 3 Abs. 2, § 4 Abs. 2, 3 u. 5, § 9 u. 11) vom 15.08.2014 (Thür. Allgemeine Nr. 199 v. 27.08.2014, Eisenacher Presse-Thür. Landeszeitung Nr. 199 v. 27.08.2014), beschlossen durch den Stadtrat der Stadt Eisenach am 17.07.2014, in Kraft getreten am 28.08.2014

Satzungstext abgedruckt in der Fassung der letzten Änderung



ZENTRUM FÜR PHYSIKALISCHE UND
REHABILITATIVE MEDIZIN DES. ST. GEORG KLINIKUMS

Kursangebote

Aquatraining

8 Übungseinheiten je 60 Minuten · 1x wöchentlich
Kursgebühr: 120,00 €*
.....

TERMINE

Kurszeiten auf Anfrage
.....

Wassergymnastik

8 Übungseinheiten je 30 Minuten · 1x wöchentlich · im Therapie-
becken des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin
Kursgebühr: 80,00 €*
.....

TERMINE

Kurszeiten auf Anfrage
.....

Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

12 Übungseinheiten je 60 Minuten · 1x wöchentlich
Kursgebühr: 100,00 €*
.....

TERMINE

Kurszeiten nach Absprache
und Anmeldung
.....

Beckenbodengymnastik

8 Übungseinheiten je 75 Minuten · 1x wöchentlich
Kursgebühr: 75,00 €*
.....

TERMINE

fortlaufend nach Anmeldung
und Absprache
Do: 16:00–17:15 Uhr
.....

Babyschwimmen

10 Übungseinheiten je 30 Minuten · 1x wöchentlich
Kursgebühr: 80,00 €*
.....

TERMINE

fortlaufend nach Anmeldung
Mo und Di: 14:30–15:00 Uhr
und 15:30–16:00 Uhr
1 Nachholstunde möglich
Mo oder Di: 15:00–15:30 Uhr
.....

* zu Beginn des Kurses zu entrichten. Die Kosten-
übernahme bzw. finanzielle Bezuschussung
erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenversicherung.
.....

Weitere Infos:
(0 36 91) 6 98-33 10
Um vorherige
Anmeldung wird
gebeten.

St. Georg Klinikum Eisenach gGmbH
Mühlhäuser Straße 94 · 99817 Eisenach
www.stgeorgklinikum.de · Telefon (0 36 91) 698 0



ST. GEORG KLINIKUM
EISENACH