



WIR KENNEN UNSERE KUNDEN

Mit unserer selbständigen TURM-APOTHEKE Leimen sind wir Teil einer starken Gemeinschaft, die sich unter dem Namen „LINDA Apotheken“ bundesweit zusammengeschlossen hat, um Ihnen beste Beratung und Betreuung in allen Gesundheitsfragen zu bieten. Die LINDA Apotheken stehen für ausgezeichnete Qualität, abwechslungsreiche Aktionen und eine ganz besondere Kundennähe.

Für Ihre Gesundheit in Leimen.



Wolfgang Müller & Julia Bittler
69181 Leimen // Rohrbacherstraße 3
Telefon 06224 72112 // Fax 06224 951060
turm.apo.leimen@pharma-online.de
www.turm-apotheke-leimen.de



**VHS Programm
2. Semester 2019**

Endlich mal entspannen ...

Wir nehmen Ihnen den **DRUCK** –
kompetent, schnell, persönlich, vor Ort!
>>> www.druckpress.de



Druckpress 
nachhaltig beeindruckend



Vorwort des Oberbürgermeisters

Meine sehr verehrten Damen und Herren,

die Volkshochschule Leimen bietet seit Jahren eine Vielzahl von Kursen, kulturellen Einzelveranstaltungen oder Bildungsfahrten an und ist damit ein großer Aktivposten in der Kulturarbeit unserer Stadt. Viele der Angebote sind bereits kurz nach Anmeldebeginn ausgebucht. Dies zeigt, dass sich die Organisatoren gründlich mit der Materie auseinandergesetzt haben und die Bedürfnisse des Publikums gut kennen.

Auch für dieses Semester haben die Verantwortlichen wieder ein interessantes und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt, das für jeden Geschmack etwas bietet. Lassen Sie sich von den vielfältigen Angeboten inspirieren und nutzen Sie es in Ihrem eigenen Interesse!

Ich danke allen Organisatoren und den Dozenten für Ihre Arbeit und wünsche allen, die an den Angeboten teilnehmen, den besten Erfolg dabei.

Machen Sie mit – es lohnt sich!

Mit freundlichem Gruß
Ihr

A handwritten signature in black ink, reading "H. D. Reinwald". The signature is written in a cursive style with a large, sweeping initial "H".

Hans D. Reinwald
Oberbürgermeister



Herzlich Willkommen bei der VHS Leimen.

Unser neues Programmheft für das
2. Semester 2019 ist da.

Ihre Anmeldung nehmen wir gerne entgegen:

**Geschäftsstelle der VHS Leimen,
Paul-Ehrlich-Str. 1, 69181 Leimen**

**VHS Leimen:
Marc Zimmermann – 0 62 24 / 7 04-2 91
Marc.Zimmermann@leimen.de**

und

**Lisa Roeder – 0 62 24 / 7 04-2 43
Lisa.Roeder@leimen.de**

oder

vhs@leimen.de

Seniorenprogramm und VHS-Fahrten:

**Lisa Brand – 0 62 24 / 7 04-2 47
Lisa.Brand@leimen.de**

**Leitung Volkshochschule:
Peter Hildenbrand**

**Semesterbeginn: 11.09.2019
Semesterende: 28.02.2020**

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an!

Ferientermine:

Feiertag/

Brückentag: 03.10.2019 – 04.10.2019

Herbstferien: 28.10.2019 – 01.11.2019

Weihnachtsferien: 23.12.2019 – 06.01.2020

Winterferien: 21.02.2020 – 28.02.2020

Allgemeine Geschäftsbedingungen

1. Anmeldung

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt der Vertrag zwischen dem/der Teilnehmer/in und der Volkshochschule zustande. Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.

Die Anmeldung zu einer Veranstaltung ist möglich:

- schriftlich mit dem Anmeldeformular,
- per Telefax oder E-Mail
- persönlich oder telefonisch bei der Geschäftsstelle der Volkshochschule.

Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule an. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

2. Gebühren und Bezahlung

Die Kursgebühr wird mit dem Zustandekommen des Vertrages fällig. Kosten für Lehrbücher und Unterrichtsmaterialien sind, wenn nicht gesondert aufgeführt, nicht in den Gebühren enthalten.

Rücklastschriftgebühren wegen fehlerhafter Kontoangaben, ungerichteter Widerruf oder Nichtdeckung des Kontos trägt der Kontoinhaber.

3. Teilnehmerzahl

Für die Veranstaltungen der Volkshochschule sind Mindest- und Höchstteilnehmerzahlen vorgegeben, deshalb ist eine rechtzeitige Anmeldung empfehlenswert. Bei Kursen, die auf Wunsch der Teilnehmenden auch mit geringerer Beteiligung durchgeführt werden sollen, wird ein kostendeckender Gebührenaufschlag erhoben, der am ersten Kurstermin (bei Sprachkursen am zweiten Kurstermin) endgültig festgelegt wird. Maßgebend ist die Zahl der tatsächlich anwesenden Teilnehmenden an den genannten Kursterminen. Spätere Änderungen wegen Teilnehmerneuzugängen sind nach dieser Vereinbarung nicht mehr möglich. Die Volkshochschule behält sich vor, Kurse wegen zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Die bereits geleistete Kursgebühr wird dann in voller Höhe zurückerstattet.

4. Teilnahmebescheinigungen

Auf Wunsch werden Teilnahmebescheinigungen ausgestellt, soweit die Teilnehmenden regelmäßig am Kurs teilgenommen haben.

5. Abmeldung/Rücktritt

- a) Die Volkshochschule kann von dem Vertrag zurücktreten,
- wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist,
 - wenn die von der Volkshochschule verpflichtete Kursleitung aus Gründen, die nicht in der Risikosphäre der Volkshochschule liegen (z.B. Krankheit) ausfällt,
 - wenn Kursräume nicht mehr zur Verfügung stehen.

In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen ganz oder unter Anrechnung der bis dahin erteilten Unterrichtsstunden zurückerstattet.

- b) Teilnehmende können ohne Angabe von Gründen zurücktreten:
- bei allen Kursen und Seminaren spätestens acht Arbeitstage vor Kursbeginn (gebührenfrei),
 - bei Kursen mit sechs und mehr Veranstaltungstagen innerhalb von zwei Arbeitstagen nach dem ersten Kurstermin, sofern im Hinblick auf die Teilnehmerzahl keine abweichende Individualvereinbarung (siehe Ziffer 3) getroffen wurde.

Die Abmeldung muss persönlich oder schriftlich bei der Volkshochschule erfolgen.

Rücktritt nach Ablauf der genannten Fristen ist nicht mehr möglich. Bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit muss eine ärztliche Bescheinigung vorgelegt werden. Eine Erstattung der Gebühren erfolgt sodann anteilig.

Dies gilt nicht für Fahrten und Exkursionen. Bei Exkursionen besteht ein Rücktrittsrecht bis drei Wochen vor Beginn der Fahrt.

Bei Aufführungsfahrten besteht kein Rücktrittsrecht.

6. Haftung

Eine Haftung der Volkshochschule für Unfälle, Verlust und Schäden jeder Art ist ausgeschlossen.

7. Hausordnung

Denken Sie bitte daran, dass die Volkshochschule in den Unterrichtsräumen nur Gast ist. Die Hausordnungen der einzelnen Veranstaltungsorte sind Vertragsbestandteil. In Schulen und Unterrichtsräumen darf grundsätzlich nicht geraucht werden. Bitte gehen Sie mit Gegenständen und Räumen pfleglich um. Turnhallen dürfen nur mit hallengeeigneten und sauberen Schuhen (keine Straßenschuhe, keine schwarze Sohle) betreten werden.

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Sie werden informiert, falls Ihr Kurs ausfallen oder verlegt werden sollte, vorausgesetzt, Sie haben sich vorher **angemeldet**.

Bitte melden Sie sich mindestens 2 Wochen vor Kursbeginn an.

- das sichert Ihnen den Kursplatz
- das erleichtert den Dozenten die Vorbereitung
- das erleichtert uns die Organisation

Unterrichtsorte:

Leimen

Realschule	Tinquex-Allee 9
Turmschule	Turm-gasse 17
Fritz-Zugck-Halle	Hohe Gasse 3
Bürgerhaus „Am Alten Stadttor“	Nusslocher Str. 14/ Bismarckstraße
Georg-Koch-Halle	Senefelderstr. 13
Musikschulhaus	Hohe Gasse 2

St. Ilgen

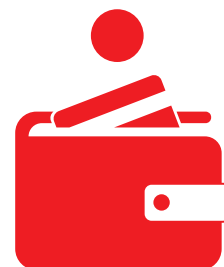
Kurpfalz Halle / Mehlmannsaal	Pestalozzistr. 5-7
Rathaus	Weberstr. 4
Geschwister- Scholl-Schule	Pestalozzistr. 5-7

Gauangelloch

Rathaus	Hauptstr. 36
Grundschule	Schlossbergstr. 14



**Karte zeigen
und Vorteil
laufen lassen.**



Vorteilswelt

Alle Infos und alle Regio-Partner finden Sie unter:
www.sparkasse-heidelberg.de/geld-zurueck

**Zeigen Sie Ihre
Geld-zurück-Karte.**

Nutzen Sie beim Einkauf Ihre Sparkassen-Card und erhalten Sie bei ausgewählten Regio-Partnern Geld zurück. Direkt auf Ihr Girokonto!

Wenn's um Geld geht

Sparkasse
Heidelberg



Datenschutzerklärung

1. Datenschutz auf einen Blick

Verantwortlichkeit:

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Stadt Leimen –Volkshochschule– gesetzlich vertreten durch Herrn Oberbürgermeister Hans D. Reinwald, Rathausstraße 8, 69181 Leimen. Tel. 06224/7040 (nachfolgend „wir“ genannt).

Datenerhebung:

Wir erheben, verarbeiten und nutzen personenbezogene Daten nur, soweit sie für die Begründung, inhaltliche Ausgestaltung oder Änderung des Rechtsverhältnisses erforderlich sind (Bestandsdaten). Dies erfolgt auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, der die Verarbeitung von Daten zur Erfüllung eines Vertrags oder vorvertraglicher Maßnahmen gestattet. Personenbezogene Daten über die Inanspruchnahme unserer Internetseiten (Nutzungsdaten) erheben, verarbeiten und nutzen wir nur, soweit dies erforderlich ist, um dem Nutzer die Inanspruchnahme des Dienstes zu ermöglichen oder abzurechnen. Wir nutzen Ihre Daten zudem, um Sie über Absagen, Änderungen bei Terminen etc. oder über weiterführende Angebote oder Kursalternativen zu informieren. Dies erfolgt auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO, der die Verarbeitung von Daten, die zur Wahrung der berechtigten Interessen des Verantwortlichen dienen, gestattet. Die erhobenen Kundendaten werden nach Abschluss des Auftrags oder Beendigung der Geschäftsbeziehung gelöscht. Gesetzliche Aufbewahrungsfristen bleiben unberührt.

2. Gesetzliche und vertragliche Pflichten zur Bereitstellung

Die Bereitstellung Ihrer Daten uns gegenüber und die Nutzung unserer Kontaktformulare ist weder vertraglich noch gesetzlich vorgeschrieben.

Speicherdauer und Löschung von Daten:

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahren aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Die Daten, die Sie uns bei Nutzung unserer Kontaktformulare bereitstellen, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zu Rechtsansprüchen wird bis zum Ende der Verjährung gespeichert.

Weitergabe Ihrer Daten:

Wir geben Ihre Daten nur an Dritte weiter, wenn wir hierzu aufgrund des geltenden Rechts berechtigt oder verpflichtet sind. Gleiches gilt, wenn wir Ihre Daten von Dritten erhalten.

Eine Berechtigung liegt auch dann vor, wenn Dritte die Daten in unserem Auftrag verarbeiten: Wenn wir unsere Geschäftstätigkeiten (z. B. Betrieb der Website, Angebotsanpassung, Teilnehmersupport, Erstellen und Versenden von Werbematerial, Datenanalyse und gegebenenfalls Datenbereinigung, Zahlungsabwicklung) nicht selbst vornehmen, sondern von anderen Unternehmen vornehmen lassen, und diese Tätigkeiten mit der Verarbeitung Ihrer Daten verbunden ist, haben wir diese Unternehmen zuvor vertraglich verpflichtet, die Daten nur für die uns rechtlich erlaubten Zwecke zu verwenden. Wir sind befugt, diese Unternehmen insoweit zu kontrollieren.

Wir geben Ihren Namen und Ihre Telefonnummer an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

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

Datensicherheit:

Wir treffen alle notwendigen technischen und organisatorischen Sicherheitsmaßnahmen, um Ihre personenbezogenen Daten vor Verlust und Missbrauch zu schützen. So werden Ihre Daten in einer sicheren Betriebsumgebung gespeichert, die der Öffentlichkeit nicht zugänglich ist.

Im Rahmen Ihrer Anmeldung für einen Kurs werden Ihre personenbezogenen Daten verschlüsselt übertragen. Hierzu verwenden wir insbesondere die Verschlüsselungstechnologie SSL (Secure Socket Layer). Bitte berücksichtigen Sie, dass wir uns zwar bemühen, eine sichere und zuverlässige Website für Nutzer zu gestalten, ein Zugriff Dritter jedoch nicht 100%ig ausgeschlossen werden kann.

Bitte beachten Sie, dass bei der Kommunikation per E-Mail keine vollständige Vertraulichkeit und Datensicherheit gewährleistet ist. Wir empfehlen daher bei vertraulichen Informationen den Postweg.

Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, unentgeltlich Auskunft darüber zu erhalten, welche Daten über Sie bei uns gespeichert sind und zu welchem Zweck die Speicherung erfolgt. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Darüber hinaus sind Sie berechtigt, unrichtige Daten korrigieren und Daten sperren oder löschen zu lassen, soweit die Speicherung unzulässig oder nicht mehr erforderlich ist. Zudem haben Sie das Recht, erteilte Einwilligungen mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen. Ihr jeweiliges Anliegen können Sie durch Nutzung der in Ziff. 1 genannten Kontaktdaten an uns richten.

Wenn wir Ihre personenbezogenen Daten auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. e oder f DSGVO verarbeiten, haben Sie jederzeit das Recht, gegen die Verarbeitung Widerspruch einzulegen. Wir werden dann Ihre betroffenen personenbezogenen Daten nicht mehr verarbeiten, es sei denn, wir können zwingende schutzwürdige Gründe für die Verarbeitung nachweisen, die Ihre Interessen, Rechte und Freiheiten überwiegen oder die Verarbeitung dient der Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen (Widerspruch nach Art. 21 Abs. 1 DSGVO).

Werden Ihre personenbezogenen Daten zur Direktwerbung genutzt, können Sie jederzeit Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen. Wenn Sie widersprechen, werden Ihre personenbezogenen Daten anschließend nicht mehr zu diesem Zweck verwendet (Widerspruch nach Art. 21 Abs. 2 DSGVO).

Neben den zuvor genannten Rechten haben Sie außerdem grundsätzlich das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten

Stadt Leimen
Dieter Heinzmann
Rathausstraße 8
69181 Leimen
Telefon: 06224/704 -140
E-Mail: Dieter.Heinzmann@Leimen.de

Bitte melden Sie sich mindestens 2 Wochen vor Kursbeginn an.

- das sichert Ihnen den Kursplatz
- das erleichtert den Dozenten die Vorbereitung
- das erleichtert uns die Organisation

Berufliche Weiterbildung Seminare, Vorträge

Computer/Smartphone

1 9.2-B100 Android Smartphone – Infoveranstaltung

Sie sind erst seit kurzem im Besitz eines Smartphones mit Android Betriebssystem oder stehen kurz vor dessen Anschaffung und sind sich eigentlich noch nicht so richtig im Klaren, was man mit einem Smartphone so alles machen kann. Sie bekommen einen Überblick über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten eines solchen Gerätes gezeigt.

Antworten zu den Fragen: Was für einen Vertrag benötige ich eigentlich? Ist der Vertrag, den ich habe, der richtige für mich? Was ist überhaupt eine Datenflat und brauche ich eine solche? Was ist der Unterschied zwischen mobilem Internet und WLAN?

Wieviel Speicherplatz habe ich eigentlich oder wieviel brauche ich? Kann ich meinen Speicherplatz bei Bedarf erweitern? Für was benötige ich ein Googlekonto auf dem Gerät? und vieles mehr werden gegeben.

Die Infoveranstaltung dient auch dazu, Ihnen die Entscheidung zu erleichtern, welche weiteren Smartphone-kurse an unserer Volkshochschule die richtigen für Sie sind. Gerne können Sie für einen ersten „Check“ Ihr Smartphone auch schon mitbringen.

Wichtig: In diesem Kurs geht es nicht um Geräte der Firma Apple oder Microsoft.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Abend**
Montag, 16.9. **17.00-20.00 Uhr** **27,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

1 9.2-B101 Android Smartphone – Kennenlernen des Geräts

Sie haben ein Smartphone mit Android Betriebssystem und haben dieses bereits gestartet, um sich einen ersten Überblick zu verschaffen? Sie wissen aber nicht so recht, welche Geräteeinstellungen man vornehmen sollte und wie man diese überhaupt vornimmt? Oder Sie haben das Gerät bereits durch jemanden eingerichtet bekommen, wissen aber nicht, was hier überhaupt gemacht wurde? Sie bekommen eine Einführung über die vielseitige Benutzeroberfläche Ihres Gerätes und lernen, diese für Ihre Bedürfnisse anzupassen. Sie lernen die wichtigsten Geräteeinstellungen kennen und auch, wie man an bestimmte Informationen über das Gerät (z.B. „Wieviel Speicherplatz steht mir für Fotos zur Verfügung?“) herankommt. Sie erfahren, wozu Sie überhaupt ein Google-Konto benötigen und bekommen gezeigt, ein eigenes Google-Konto anzulegen und dieses mit dem Smartphone zu verknüpfen (wird im Kurs nicht vorgenommen!). Sie lernen z.B. auch, wie man sein Gerät mit einem verschlüsselten WLAN, z.B. in einer Ferienwohnung, verbindet.

Wichtig: Nur für Geräte ab Android-Version 6 – auf ältere Versionen wird nicht eingegangen; ebenso keine Apple oder Microsoft-Geräte.

Bürgerhaus Leimen, Europasaal **1 Abend**
Montag, 30.9. **17.00-20.00 Uhr** **27,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

1 9.2-B102 Android Smartphone – Praxiskurs

Sie besitzen bereits ein Smartphone mit Android Betriebssystem und wollen den praktischen Umgang mit dem Gerät besser kennenlernen? Bereits mit den auf Ihrem Gerät vorinstallierten Apps können Sie schon einiges anfangen; darüber hinaus bietet Ihnen der Google-Play-Store als Ihre „App-Zentrale“ noch hunderttausende weiterer Apps zum Gebrauch an. Sie lernen, wie Sie die richtigen Apps für Ihre

Bedürfnisse finden und auf Ihr Smartphone herunterladen. Ebenso, wie man nicht mehr benötigte Apps dann auch wieder löscht. Hierbei lernen Sie die App-Zentrale Google Play Store kennen und erfahren, wie man hier die wichtigsten Einstellungen vornimmt. Einige Kostenfallen, die im Zusammenhang des Gebrauchs mit dem Smartphone entstehen können, werden angesprochen. Im Rahmen des Kurses wird auf die Bedürfnisse der Teilnehmer eingegangen. Es besteht die Möglichkeit Fragen vor dem Kurs an den Kursleiter zu richten (computerscheune@gmail.com), die Antworten werden sodann im Kurs besprochen.

Wichtig: Nur für Geräte ab Android-Version 6 – auf ältere Versionen wird nicht eingegangen; ebenso keine Apple oder Microsoft-Geräte. Idealerweise haben Sie bereits ein Google-Konto auf Ihrem Smartphone eingerichtet (wird im Kurs nicht besprochen/vorgenommen).

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Abend**
Montag, 7.10. **17.00-20.00 Uhr** **27,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

1 9.2-B103 Smartphone mit Android-Betriebssystem für Neueinsteiger

„Davon habe ich keine Ahnung. Wie geht das?“ Dieser Kurs ist ausdrücklich für diejenigen gedacht, die noch keinerlei oder sehr wenig Vorkenntnisse im Umgang mit dem Smartphone haben, jedoch bereits ein betriebsbereites Gerät besitzen, ohne sich überhaupt über die Bedienung und Funktionalität im Klaren zu sein. Neueinsteiger/innen lernen die Grundbedienung ihres Gerätes kennen; auch wie man einfache Anpassungen vornimmt. Ebenso was Apps sind, wozu man sie benötigt, wie man sie auf sein Gerät bekommt und sinnvoll nutzt. Auf die Fragen und Wünsche der Teilnehmer/-innen wird intensiv eingegangen. Im Kurs wird Wiederholung großgeschrieben, damit sich das Gehörte einprägt und festigt. Es steht genügend Zeit zur Verfügung, das eigene Gerät und dessen wichtigsten Funktionen unter professioneller Anleitung kennenzulernen.

Wichtig: Nur für Geräte ab Android-Version 6 – auf ältere Versionen wird nicht eingegangen; ebenso keine Apple oder Microsoft-Geräte.

Bürgerhaus Leimen, Europasaal **3 Abende**
Montag, 23.9. **17.00-20.00 Uhr** **77,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

1 9.2-B104 Workshop für Android Smartphones

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Ihrem Android Smartphone gesammelt und vielleicht auch bei unserer VHS einen Smartphone-kurs besucht? Sie möchten noch mehr aus Ihrem Gerät herausholen, weitere Funktionsmöglichkeiten kennenlernen, Inhalte aus den vorgenannten Kursen vertiefen/erweitern...? Dafür ist der Android-Workshop da. Ausschließlich die Teilnehmer bestimmen durch ihre vor dem Workshop an den Kursleiter (computerscheune@gmail.com) zugemalten Fragen den Kursablauf und -inhalt.

Voraussetzung: das mitgebrachte Android-Smartphone (ab Android-Version 6 – auf ältere Versionen wird im Kurs nicht eingegangen) sollte in Ihrem eigenen Interesse bereits mit einem Google Konto versehen sein, damit ein sinnvolles Arbeiten möglich ist. Keine Apple- oder Microsoft-Geräte.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Abend**
Montag, 4.11. **17.00-20.00 Uhr** **27,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**



1 9.2-B105 **Whatsapp – nicht nur für junge Leute**

WhatsApp - das bedeutet Nachrichten- und Informationsaustausch in Echtzeit mittels des Smartphones.

In diesem Workshop bekommen Sie eine Einführung über die Möglichkeiten von WhatsApp: Empfangen, versenden und weiterleiten von Texten, Bildern, Videos, Sprachnachrichten und mehr. Sie lernen, wie man eine Kommunikationsgruppe (bspw. für Familie, Freunde, Vereine) einrichtet und anwendet, ebenso wie man mit WhatsApp telefoniert und sein eigenes Profil anlegt, bzw. verändert. Sie erfahren, wie man die über WhatsApp erhaltenen Fotos oder Video sichert, bspw. im eigenen Google-Konto oder auf einem PC.

Der Workshop richtet sich ausschließlich an Nutzer von Smartphones mit einem Android Betriebssystem; keine Apple- oder Windowsgeräte. Grundkenntnisse über die Bedienung des eigenen Smartphones müssen vorhanden sein; diese werden im Kurs nicht vermittelt.

Bitte mitbringen: Betriebsbereites und eingerichtetes Android-Smartphone mit bereits installiertem und wenigstens einmal gestarteten WhatsApp.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Abend**
Montag, 9.12. **17.00-20.00 Uhr** **27,- EUR**
JÜRGEN U. SIMONE SCHUH

Berufliche Weiterbildung

1 9.2-B106 **Erfolgreich bewerben**

Die richtige Bewerbung für Arbeitssuchende und zur beruflichen Neuorientierung.

Kompetenz für Ihren Berufserfolg durch mehr Klarheit. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Stärken und Kompetenzen im Bewerbungsschreiben einbringen und sich gezielt ins rechte Licht setzen. Sie erhalten Tipps, wie Sie Ihr Anschreiben und den Lebenslauf optimieren können.

Außerdem:

- Stellenanzeigen dechiffrieren;
- Vorbereitung auf das Bewerbungsgespräch;
- Selbstpräsentation und Körpersprache;
- Antworten auf schwierige Fragen im Vorstellungsgespräch;
- wie Sie Bewerbungsstress begrenzen können.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **2 Abende**
Montag, 14.10. **18.30-20.30 Uhr** **16,- EUR**
CARMEN GABERDIEL

Rhetorik

1 9.2-B107 **Rhetorik - Seminar** **Wer bin ich?**

„Man kann einen Menschen nichts lehren, man kann ihm nur helfen, es in sich zu finden“ (Galilei).

Thema des Seminars sind die Fragen: Wer bin ich, und wie kann ich einem anderen Menschen helfen, sich zu erkennen? „Denn Selbsterkenntnis ist die Voraussetzung der Fremderkenntnis und Menschenkenntnis hat der, der das Besondere an einem anderen Menschen erkennt.“ (Herrmann Hesse)

Wir haben alle viele Eigenschaften, Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, die wir selbst nicht kennen. Diese Schätze wollen wir gemeinsam heben. Dabei nehmen wir die Frage aus der Psychologie, Dietrich Bonhoeffer, Hermann Hesse und Max Frisch zu Hilfe.

Realschule Leimen **2 Abende**
Dienstag, 8.10. **19.15-21.00 Uhr** **28,- EUR**
GEORG SCHUHMANN

Gesundheit

1 9.2-G100 **Salute! – Was die Seele stark macht**

Sie möchten Ihre Gesundheit fördern und Ihre Widerstandskräfte stärken?

Auf der Basis einer selbstfürsorglichen Grundhaltung beschäftigen wir uns mit unseren Gesundheitsressourcen und richten den Blick bewusst auf das persönlich Stärkende. Der Kurs besteht aus 4 Modulen mit den Themen

- Selbstfürsorge: Wohlbefinden und angenehmes Erleben im Alltag
- Soziales Netz: Aufbau und Pflege eines unterstützenden sozialen Netzes und das Erleben positiver, „näherer“, sozialer Beziehungen
- Selbstwirksamkeit: Stärkung von gesundheitsförderlichen Einstellungen, insbesondere im Hinblick auf eine optimistische Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- Sinn- und Werteorientierung: die Auseinandersetzung mit eigenen Werten, Zielen und Zukunftsvorstellungen als mögliche Sinnstifter und zur Stärkung des Sinnhaftigkeitsgefühls

Der Präventionskurs umfasst 10 Kurseinheiten von jeweils 90 Minuten Dauer, die im wöchentlichen Rhythmus stattfinden. Der Kurs ist gemäß §20 SGB V als förderungswürdig durch die gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert.

Bürgerhaus Leimen, Europasaal **10 Abende**
Donnerstag, 19.9. **18.30-20.00 Uhr** **95,- EUR**
MONIKA SCHNITZER

1 9.2-G101 **Hochsensible Kinder erkennen, verstehen und unterstützen**

Hochsensible Kinder erleben die Welt intensiver und detaillierter als andere Kinder, da sie ein empfindsames Nervensystem haben. Sie sind z.B. oft sehr phantasievoll und haben ein gutes Gespür für die Stimmungen anderer. Unter zu viel Hektik und der Vielfalt von Alltagsreizen leiden sie schnell. Das bedeutet für Eltern und Erzieher eine größere Herausforderung im Alltag, feinfühlig die Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen und passende Rahmenbedingungen zu schaffen, um nicht „in Watte zu packen“ aber auch nicht zu überfordern.

In diesem Vortrag erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Hochsensibilität bei einem Kind erkennen und es in seiner Entwicklung mit dieser besonderen Begabung unterstützen können.

Stadtbücherei Leimen **1 Abend**
Freitag, 7.2. **18.30-20.45 Uhr** **18,- EUR**
DANIELA HEIL

1 9.2-G102 **Mit Hochsensibilität achtsam leben**

Sind Ihnen Lärm und grelles Licht schnell zu viel? Benötigen Sie regelmäßig Rückzug aus der „lauten und hektischen Welt“? Haben Sie intensive Gefühle und sehr viel Phantasie?

Hochsensibilität ist eine besondere Charaktereigenschaft, intensiv und detailliert wahrzunehmen und zu fühlen. Diese Begabung kann unseren Alltag vielfältig bereichern. Gleichzeitig stellt uns solche Feinsinnigkeit immer wieder vor Herausforderungen und braucht besonderen Schutz vor Reizüberflutung.

Erfahren Sie mehr darüber, was Hochsensibilität ist und wie Sie damit achtsam und erfüllt leben können.

Stadtbücherei Leimen **1 Abend**
Freitag, 13.12. **18.30-20.45 Uhr** **18,- EUR**
DANIELA HEIL

Daniela Heil unterrichtet als Förderschullehrerin in der Inklusion an Schwerpunktschulen in Rheinland-Pfalz. Als Heilpraktikerin für Psychotherapie bietet Sie seit mehreren Jahren zusätzlich Vorträge, Workshops, Seminare sowie Beratung und Coaching für hochsensible Menschen an (www.hochsensibel-entspannt.de).

Sie begleitet dabei mit Feingefühl und tiefer Wertschätzung für das Potential, das in jedem Menschen steckt.

In ihrer Qualifikation als Entspannungspädagogin hält sie regelmäßig zertifizierte und von den meisten gesetzlichen Krankenkassen bezuschusste Entspannungskurse zur Stressbewältigung und Burnoutprävention freiberuflich in Mannheim.

Das Reisen und Entdecken genießt sie in ihrer Freizeit ebenso wie stille Momente zum Abtauchen und Innehalten.

1 9.2-G103 Plötzlicher Herztod – Wie kann man sich davor schützen?

In der Regel ist der plötzliche Herztod die Folge einer bislang nicht erkannten Herzkrankheit. Die wichtigste Ursache ist die koronare Herzerkrankung. Es gilt, die Gefahren für plötzlichen Herztod zu erkennen und die Herzkrankheiten konsequent zu behandeln.

Wie kommt es zum plötzlichen Herztod? Welche Bedeutung haben neben der koronaren Herzkrankheit die Kardiomyopathien und Herzmuskelentzündungen? Welche Rolle spielen angeborene Herzkrankheiten und Herzrhythmusstörungen?

Wie kann man sich schützen: Medikamente, Ablation, Defibrillator? Wer braucht eine kardiale Resynchronisationstherapie? Was tun im Notfall?

Auf all diese Fragen wird der Kardiologe Dr. Stefan Fiederling in seinem Vortrag eingehen.

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **1 Abend**
Dienstag, 12.11. 18.00-20.00 Uhr
Diese Veranstaltung ist kostenfrei!
DR. STEFAN FIEDERLING

1 9.2-G104 Atem – Schlüssel zu Gesundheit und Wohlbefinden; Vortrag über Atemtherapie (nach Middendorf)

Unser Atem begleitet uns durch das ganze Leben. Er ist maßgeblich an unserer Gesundheit und unserem Befinden beteiligt, da er mit allen Systemen unseres Körpers verbunden ist.

Können Sie (wieder) frei und natürlich atmen, so wirkt das positiv auf Ihre Gesundheit und Ihr Befinden. Sie können gesünder, beweglicher und fröhlicher werden.

In diesem Vortrag lernen Sie die Atemtherapie nach Middendorf kennen. Sie erfahren, was diese Atemtherapie eigentlich bedeutet, wofür sie gut ist und was sie bewirken kann, wo ihre Grenzen liegen, ob sie für Sie geeignet ist und vieles andere mehr. Sie können selber die ersten Übungen ausführen und deren Wirkung erspüren.

Fragen werden sehr gerne beantwortet.

Bitte mitbringen: warme Socken

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Montag, 11.11. 18.00-19.30 Uhr **10,- EUR**
UTE SCHLEICH

Kulinarisches

1 9.2-H100 Low Budget Küche

Lecker, schnell und billig gibt's nicht? Stimmt nicht! Mit ein paar Tipps und Tricks kann jeder – selbst mit kleinem Budget und wenig Aufwand – etwas Leckerer auf den Tisch zaubern. Wenn man die Basics wie Mehl, Nudeln und Reis zu Hause hat, kann man leicht viele

verschiedene Gerichte zubereiten, die nicht nur schmecken, sondern auch gesund und abwechslungsreich sind.

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Behälter für Reste und etwas zum Trinken

Geschwister-Scholl-Schule St.Ilgen **1 Abend**
Donnerstag, 19.9. 18.30-21.30 Uhr **22,- EUR**
Kursgebühr inkl. Lebensmittelkosten i.H.v. 7,- EUR
JULIA GREINER

1 9.2-H101 Easy Asian

Wer gerne einmal einfache asiatische Gerichte kochen lernen möchte, ist hier genau richtig: von leichten Sommerrollen, leckerem Curry, gebackenem Gemüse oder einer feinen Erdnuss-Soße bis hin zu Kokos-Reispudding ist hier alles dabei! Die Rezepte können natürlich alle auch vegan zubereitet werden (hier bitte bei Anmeldung einen entsprechenden Hinweis).

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Behälter für Reste und etwas zum Trinken

Geschwister-Scholl-Schule St.Ilgen **1 Abend**
Freitag, 18.10. 18.30-21.30 Uhr **27,- EUR**
Kursgebühr inkl. Lebensmittelkosten i.H.v. 12,- EUR
JULIA GREINER

1 9.2-H102 Käse-Seminar – Veganer Käse selbst gemacht

Sie lernen die Grundlagen der veganen Käsezubereitung. Wir stellen unseren eigenen „Käse“ her und lassen uns anschließend von den entstandenen Köstlichkeiten verzaubern: (Kräuter-)Frischkäse, Hart- & Weichkäse, Camembert, Blauschimmelkäse, Rotschimmelkäse, Parmesan und Mozzarella. Wir werden ein Menü zubereiten und es zusammen in gemütlicher Runde verzehren.

Alle Gerichte sind glutenfrei und nussfrei möglich. Bitte informieren Sie vor dem Kurs die VHS.

Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel ca. 500 ml, Schreibzeug und Getränk

Geschwister-Scholl-Schule St.Ilgen **1 Tag**
Samstag, 28.9. 10.00-16.00 Uhr **39.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 20,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H103 Käse-Seminar – Veganer Käse selbst gemacht

Sie lernen die Grundlagen der veganen Käsezubereitung. Wir stellen unseren eigenen „Käse“ her und lassen uns anschließend von den entstandenen Köstlichkeiten verzaubern: (Kräuter-)Frischkäse, Hart- & Weichkäse, Camembert, Blauschimmelkäse, Rotschimmelkäse, Parmesan und Mozzarella. Wir werden ein Menü zubereiten und es zusammen in gemütlicher Runde verzehren.

Alle Gerichte sind glutenfrei und nussfrei möglich. Bitte informieren Sie vor dem Kurs die VHS.

Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel ca. 500 ml, Schreibzeug und Getränk

Geschwister-Scholl-Schule St.Ilgen **1 Tag**
Samstag, 26.10. 10.00-16.00 Uhr **39.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 20,-EUR
ALEXANDRA ADAM



1 9.2-H104 Vegane Fischvarianten

Wer aus gesundheitlichen, ökologischen oder ethischen Gründen keinen Fisch verzehren möchte, für den stehen zahlreiche pflanzliche Alternativen zur Verfügung. Wir werden in dem Kurs Lachs, Fischsalat, Kaviar, Fischstäbchen, Fischsoßen, Thunfisch, Sushi und vieles mee(h)r machen. Lass dich überraschen.

Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel ca. 500 ml, Schreibzeug und Getränk

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Donnerstag, 14.11. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H105 Vegan kochen wie bei Oma

Wir entdecken die neue vegane Wirklichkeit: ohne Soja und Seitan, ohne Ersatz- und Fakeprodukte, ohne fettreiche, übersüßte oder importierte Fertigprodukte. Stattdessen wird genommen, was Feld und Garten zu bieten haben. Frisch verarbeitet entstehen so Gerichte, die unvergleichlich gut und dabei ganz einfach zuzubereiten sind. Mit Omas Rezepten wieder zurück zum puren, echten Geschmack und zu mehr Vitalität.

Alle Rezepte sind glutenfrei.
Rezepte nach dem Kurs per Mail.

Mitzubringen: Schürze, scharfes Messer, Schreibzeug, Behälter, für lange Haare ein Haargummi

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Dienstag, 8.10. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H106 Herzhaft-vegane Brotaufstriche und „Wurst-Varianten“

„Mit neuen Rezepten“ Vegan ist genial. Tauchen Sie ein in eine Welt ohne tierische Produkte. In diesem Kurs erleben Sie, wie man einfach, schnell, günstig und köstlich 100% pflanzliche Brotaufstriche zaubert, die wir dann auf selbst gebackenem Brot genießen. Die herzhaften Aufstriche und „Wurst-Varianten“ sind gesund, vielfältig, laktosefrei, fett- und cholesterinarm und vor allem lecker.

Mitzubringen: Schürze, Hand- und Geschirrtücher sowie Behälter für die Kostproben und etwas zum Trinken

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Dienstag, 17.9. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H107 Vegane Süßigkeiten

Sind Sie eine vegane Naschkatze und möchten nicht auf die Klassiker der Süßwarenabteilung verzichten? Die Rezepte zeigen Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie liebgeordnete Süßigkeiten mit rein pflanzlichen Zutaten selbst zubereiten können – Schokolade, Riegel, Pralinen, Keks, Waffel, Kuchen, Gebäck oder Eis – für einen Genuss frei von Milch, Gluten, Eiern, Butter oder Gelatine.

Rezepte nach dem Kurs per E-Mail.

Mitzubringen: Schürze, scharfes Messer, Schreibzeug, Behälter, für lange Haare ein Haargummi

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Donnerstag, 28.11. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H108 Vegane Fischvarianten

Wer aus gesundheitlichen, ökologischen oder ethischen Gründen keinen Fisch verzehren möchte, für den stehen zahlreiche pflanzliche Alternativen zur Verfügung. Wir werden in dem Kurs, Lachs, Fischsalat, Kaviar, Fischstäbchen, Fischsoßen, Thunfisch, Sushi und vieles mee(h)r machen. Lass dich überraschen.

Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel ca. 500 ml, Schreibzeug und Getränk

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Donnerstag, 23.1. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H109 Vegane Pastavariationen

Nudeln machen nicht dick, es kommt auf die Zutaten an. Bunt und gesund, vitaminreich, leicht und doch voller Kraft. Eine Entdeckungsreise durch die Pasta-Küche.

Wir stellen verschiedene Sorten Pasta und wundervolle Soßen her, die einfach und schnell zuzubereiten sind.

Mit neuen Rezepten.

Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel ca. 500 ml, Schreibzeug und Getränk

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Donnerstag, 9.1. **17.30-21.15 Uhr** **27.50 EUR**
Inkl. Lebensmittel- u. Materialkosten i.H.v. 10,- EUR
ALEXANDRA ADAM

1 9.2-H110 Herbstzeit ist Kürbiszeit

Wir verarbeiten den vielseitigen Hokkaido-Kürbis. Ob in Suppen, Püree, Brot, Kuchen, Marmelade, Auflauf oder auch als Gnocchi in Salbeibutter lässt einem das Wasser im Munde zusammenlaufen.

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Behälter für Reste und etwas zum Trinken

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen **1 Abend**
Dienstag, 22.10. **18.00-21.30 Uhr** **27.50 EUR**
Kursgebühr inklusive Lebensmittelgebühren.
BIRKE CONRAD

1 9.2-H111 Rotweinseminar

- Rebsortenlehre – die Roten sind nicht alle leicht
- Auf welchem Boden und bei welchem Klima fühlen sich rote Sorten wohl?
- Wie entlockt man den Trauben die Farbe?
- Was passiert bei der Rotweinbereitung im Keller?
- Wie lange kann man Rotweine lagern?
- Was verrät die Farbe über den Wein?
- Welche Weine muss man Dekantieren?

Alle Seminare werden von Verkostungen zur Veranschaulichung begleitet. Brot und Wasser sind selbstverständlich im Preis enthalten.

Weingut Adam Müller, Leimen **1 Abend**
Freitag, 31.1. **18.00-21.00 Uhr** **20,- EUR**
NATHALIE MÜLLER, WEINGUT ADAM MÜLLER

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**

1 9.2-H112 Backen wie zu Omas Zeiten

Herstellung von süßem und deftigem Gebäck nach „alten“ Rezepten.
Mitzubringen: Schürze

Bäckerei Sailer, Leimen **1 Abend**
Donnerstag, 9.1. **17.00-20.00 Uhr** **15,- EUR**
BÄCKEREI SAILER

1 9.2-H113 Gin-Tasting

An diesem Abend erfahren Sie viele interessante Fakten über ein außergewöhnliches Destillat. Historie und Entstehung, viele Geheimnisse zur Herstellung und Tricks einzelner Hersteller. Ein informationsreicher Abend über die Herstellung und Entstehung des ultimativen Getränkes. Viele Variationsmöglichkeiten mit verschiedenen Botanik Hills und Tonics werden ausprobiert.

Sieben Gin Sorten, sowie diverse Tonics inklusive.

Restaurant Capri, Theodor-Heuss-Str. 74, Leimen **1 Abend**
Freitag, 27.9. **19.30-21.30 Uhr** **45,- EUR**
Inkl. Lebensmittelkosten
VOLKER HESS

1 9.2-H114 Whisky-Tasting

An diesem Abend erfahren Sie viele interessante Fakten über eine faszinierende Spirituose. Historie und Entstehung, viele Geheimnisse zur Herstellung und Tricks einzelner Hersteller. Ein informationsreicher Abend über die Herstellung und Entstehung.
Sieben Whisky Sorten inklusive.

Restaurant Capri, Theodor-Heuss-Str. 74, Leimen **1 Abend**
Samstag, 23.11. **19.30-21.30 Uhr** **50,- EUR**
Inkl. Lebensmittelkosten
VOLKER HESS

Junge VHS

Basteln/kreatives Arbeiten

1 9.2-J100 Zeichnen für Kinder ab 7 Jahren

In diesem Kurs kannst du nicht nur deine Lieblingstiere wie Pferd oder Hund, Elefant, Gepard oder Fuchs zeichnen, sondern auch alle deine Lieblingsfiguren wie Sponge Bob, Supermann, Micky Maus, Roboter und viele andere Comichelden und Tiere.

Mitzubringen: Bleistift, Papier, Buntstifte, Radiergummi, Spitzer.

Turmschule Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 23.11. **16.15-18.30 Uhr** **10.50 EUR**
CHRISTIAN SCHURA

1 9.2-J101 Zu Gast in der Steinzeit – für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren

Herzlich Willkommen in der Welt der Steinzeitmenschen. Wie haben die Menschen damals gelebt? Wie sah ein Tag in ihrem Leben aus, was aßen sie und welche Werkzeuge nutzen sie? Konnten sie schon Sprachen und Kunst?

Wir werden an einem Spielenachmittag die verschiedenen Bereiche dieser frühen Welt erkunden und viel über den Alltag der Menschen von damals lernen.

Mitzubringen/Materialien: Papier, Stifte und Radiergummi.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Nachmittag**
Donnerstag, 10.10. **15.30-17.00 Uhr** **13,- EUR**
Inkl. Materialkosten
M.A. ARCHÄOLOGIN DIANA LIESEGANG

1 9.2-J102 Kinderspaß im Mittelalter – für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren

Was haben die Kinder von heute und die Kinder des Mittelalters gemeinsam? Gingen sie zur Schule und was war ihr Lieblingsbuch? Was aßen und tranken sie und mussten sie sich auch die Zähne putzen? Hatten sie auch Ferien und was für Musik hörten sie bei Festen?

Wir werden an diesem Nachmittag die mittelalterliche Schrift üben und ein Bild zum Thema „Die Kinder im Mittelalter“ malen. Am Ende bekommt ihr einen „Künstlerpass“, den ihr mit nach Hause nehmen könnt.

Mitzubringen/Materialien: Papier, Stifte und Radiergummi.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Nachmittag**
Donnerstag, 14.11. **16.00-17.30 Uhr** **13,- EUR**
Inkl. Materialkosten
M.A. ARCHÄOLOGIN DIANA LIESEGANG

1 9.2-J103 Kochspaß mit Lucia Lucullus – für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren

Guten Tag mein Name ist Lucia Lucullus und ich bin eine Nichte des berühmten römischen Kochs Lucullus. Die römische Küche war berühmt für ihre vielen leckeren Gerichte, die mit Fisch, Geflügel, Braten und frisch gebackenem Kräuterbrot ihre Gäste begeisterte.

Wir werden an diesem Nachmittag ein solches Brot backen und mit einem leckeren Aufstrich bei einem kleinen Gastmahl verzehren.

Bei bestehenden Allergien bitte vor Kursbeginn einen Hinweis an VHS.

Mitzubringen/Materialien: Papier, Stifte, Radiergummi, Küchenschürze und ein Tuppertöpfchen

Geschwister-Scholl-Schule St.Ilgen **1 Nachmittag**
Donnerstag, 12.12. **16.00-17.30 Uhr** **15,- EUR**
Inkl. Materialkosten
M.A. ARCHÄOLOGIN DIANA LIESEGANG

1 9.2-J104 LEGO-Werkstatt für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

In der Legowerkstatt Leimen kannst du dich mit ganz viel Lego austoben, gemeinsam mit Legobegeisterten Kindern spielen und bauen. Du wirst entdecken, was sich mit Legos alles entwickeln und bauen lässt und kannst neue Werke schaffen.

Du musst aber nicht unbedingt nach dem vorgegebenen Thema bauen. Bringe aber auf jeden Fall Ideen und Phantasie mit und denke an einen Pausensnack und etwas zu trinken, denn Arbeit macht hungrig.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Nachmittag**
Montag, 30.9. **15.00-16.30 Uhr** **8,- EUR**
SONJA GÖRGEN

1 9.2-J105 LEGO-Werkstatt für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

In der Legowerkstatt Leimen kannst du dich mit ganz viel Lego austoben, gemeinsam mit Legobegeisterten Kindern spielen und bauen. Du wirst entdecken, was sich mit Legos alles entwickeln und bauen lässt und kannst neue Werke schaffen.

Du musst aber nicht unbedingt nach dem vorgegebenen Thema bauen. Bringe aber auf jeden Fall Ideen und Phantasie mit und denke an einen Pausensnack und etwas zu trinken, denn Arbeit macht hungrig.



Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Nachmittag**
Montag, 30.9. **16.45-18.15 Uhr** **8,- EUR**
SONJA GÖRGEN

Tanz

1 9.2-J106 Disney & Co. – Tanz für Kinder von 6 bis 9 Jahren

Du hast Spaß an pffiger Musik und Lust zu tanzen?
Dann lass deiner Bewegungsfreude freien Lauf! In dieser Stunde begleiten wir die Helden von „Disney“ auf ihren Abenteuern: von „Aladdin aus 1001 Nacht“ bis zur „Meerjungfrau Arielle“, von „Simba, dem König der Löwen“ bis zur „Eiskönigin“.

Wir reisen musikalisch mit dem fliegenden Teppich und tanzen durch die Steppe Afrikas. Dabei erlernt ihr mit einfachen Bewegungsabläufen kleinere Choreografien zum Mitmachen und Vorführen.

Der Kurs ist für Mädchen und Jungen gleichermaßen geeignet.

Mitzubringen: Sportkleidung und Getränk

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Nachmittage**
Donnerstag, 19.9. **16.00-17.00 Uhr** **60,- EUR**
JANINE BENDEL

1 9.2-J107 Ballett für Kinder von 5 bis 7 Jahre „Tänzerische Früherziehung“

Die tänzerische Früherziehung ist für Mädchen und Jungen ab 5 Jahren geeignet. Kinder lieben es sich zu bewegen. Mit verschiedenen Geschichten und Bewegungsformen lernen die Kinder mit dem eigenen Körper umzugehen sowie verschiedene Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten zu erleben. Neben Rhythmus und Musikalität, werden auch Körperspannung, Kraft und Beweglichkeit geschult, sowie Koordination und Konzentration. In diesem Kurs werden einfache Bewegungsabläufe bis hin zu kleineren Choreographien erlernt und geschult. Dieser Kurs bildet die Grundlage für alle Tanzstile.

Mitzubringen: Trinken und Ballettschläppchen

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Abende**
Freitag, 20.9. **15.30-16.30 Uhr** **60,- EUR**
RUSCHA KOURIL
Tanzpädagogin und Showtanzweltmeisterin

1 9.2-J108 Showdance für Kinder von 10 bis 13 Jahre

In diesem Kurs werden verschiedene Tanzstile gelernt wie z.B. Musical Dance, Video Clip Dance, Modern Jazz Dance und Tanzakrobatik. Es werden verschiedene Schrittkombinationen, Bewegungsformen und Choreographien in der Gruppe erlernt. Geschult werden Rhythmus, Musikalität, Körperspannung, Koordination, Konzentration, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Eventuell dürfen die Teilnehmer/Teilnehmerinnen bei verschiedenen Veranstaltungen in der Region ihr Können präsentieren wobei meistens Tanzkostüme und Tanzzubehör zum Einsatz kommen.

Mitzubringen: Trinken und Sportbekleidung

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Abende**
Mittwoch, 18.9. **18.00-19.00 Uhr** **60,- EUR**
RUSCHA KOURIL
Tanzpädagogin und Showtanzweltmeisterin

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**

1 9.2-J109 Ballett für Kinder von 8 bis 10 Jahre

Dieser Kurs ist sowohl für Mädchen und Jungs. Gewisse Vorkenntnisse zur tänzerischen Früherziehung wären für diesen Kurs von Vorteil. Die Stilrichtung ist hier klassisches Ballett. Geschult werden Rhythmus, Musikalität, Körperspannung, Koordination, Konzentration, sowie Kraft und Beweglichkeit. Es werden einfache Bewegungsabläufe bis hin zu kleineren und komplexeren Choreographien geschult und erlernt, welche die Kinder dann eventuell bei verschiedene Veranstaltungen in der Region präsentieren dürfen.

Mitzubringen: Trinken und Ballettschläppchen

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Nachmittage**
Montag, 16.9. **16.00-17.00 Uhr** **60,- EUR**
RUSCHA KOURIL
Tanzpädagogin und Showtanzweltmeisterin

1 9.2-J115 „Wenn Wünsche im Kindertanz fliegen lernen I“ – Tänzerische Früherziehung und Ballettbasics für Kinder von 3 1/2 und 4 Jahren

In diesem Kindertanzkurs für die Kleinsten stehen der kreative Umgang mit Musik und die Freude an Bewegung im Vordergrund. Spielerisch werden die Kinder altersgerecht an die Grundsätze des Tanzens (basierend auf dem klassischen Ballett) herangeführt. Musik und Tanz bietet den Kindern die Möglichkeit, ihre eigenen vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten mit viel Phantasie und Freude zu entdecken. Kleine Tanzgeschichten, Improvisationsideen sowie tänzerische Übungen wecken die Experimentierfreude und die Kreativität der Kinder. Ganz nebenbei werden das Körpergefühl, die Beweglichkeit, das Rhythmusgefühl und die Musikalität gefördert. Talente und Kompetenzen werden entdeckt und gefestigt und die Kinder gewinnen an Selbstbewusstsein und können sich erworbene Fähigkeiten auch außerhalb des Tanzunterrichts zunutze machen.

Nähere Informationen erhalten Sie in der ersten Tanzstunde.

Mitzubringen: Ballettschläppchen mit Ledersohle (keine Turnschläppchen mit Gummisohle), Haargummi, Getränk

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **12 Nachmittage**
Montag, 30.9. **14.15-15.15 Uhr** **105,- EUR**
TANJA SCHÄPERS

1 9.2-J116 „Wenn Wünsche im Kindertanz fliegen lernen II“ - Kreativer Kindertanz und Kinderballett für Kinder von 5 bis 6 Jahren (Vorschulkinder)

In diesem Kindertanzkurs werden die Kinder spielerisch und altersgerecht an die Grundsätze des Tanzens (basierend auf dem klassischen Ballett) herangeführt. Der kreative Umgang mit Musik und die Freude an Bewegung stehen im Vordergrund. Neben der Schulung von im klassischen Ballett und Tanz grundlegend wichtigen körperlichen als auch geistigen Fähigkeiten wie Koordination, Körperhaltung und Konzentrationsförderung wird die soziale Gruppenkompetenz verbessert. Tänzerische Übungen, Tanzgeschichten und Improvisationen wecken die Experimentierfreude und die Kreativität der Kinder. Die Schulung des klassischen Tanzes auf phantasievolle Weise fördert das Körpergefühl, die Beweglichkeit, das Rhythmusgefühl und die Musikalität. Mit viel Spaß werden die verschiedenen Entwicklungsprozesse gefördert. Dabei gewinnen die Kinder ganz nebenbei an Selbstbewusstsein und können sich erworbene Fähigkeiten auch außerhalb des Tanzunterrichts zunutze machen.

Nähere Informationen erhalten Sie in der ersten Tanzstunde

Mitzubringen: Ballettschläppchen mit Ledersohle (keine Turnschläppchen mit Gummisohle), Haargummi, Getränk

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **12 Nachmittage**
Montag, 30.9. **15.20-16.20 Uhr** **105,- EUR**
TANJA SCHÄPERS

1 9.2-J117 „Le Papillon“ – Kleiner Schmetterling – Kreativer Kindertanz und Kinderballett II für Kinder von 6 bis 8 Jahren (1.–3. Klasse)

Spielerisch werden die Kinder in diesem Kurs altersgerecht an die Grundsätze des Tanzens (basierend auf dem klassischen Ballett) herangeführt. Der kreative Umgang mit Musik und die Freude an Bewegung sowie die phantasievolle Heranführung an den klassischen Tanz stehen im Vordergrund. Neben der Schulung von im klassischen Ballett und Tanz grundlegend wichtigen körperlichen als auch geistigen Fähigkeiten wie Koordination, Disziplin, Körperhaltung und Konzentrationsförderung wird in der Arbeit als Gruppe oder zu zweit die soziale Gruppenkompetenz verbessert.

Mit viel Spaß wird das Körpergefühl, die Beweglichkeit, das Rhythmusgefühl und die Musikalität gefördert. Dabei gewinnen die Kinder ganz nebenbei an Selbstbewusstsein und können sich erworbene Fähigkeiten auch außerhalb des Tanzunterrichts zunutze machen.

Nähere Informationen erhalten Sie in der ersten Tanzstunde

Mitzubringen: Ballettschläppchen mit Ledersohle (keine Turnschläppchen mit Gummisohle), Haargummi, Getränk

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **12 Nachmittage**
Montag, 30.9. **16.45-17.45 Uhr** **105,- EUR**
TANJA SCHÄPERS

Natur

1 9.2-J110 Waldfloh – Krabbelmax und Klettermarie, für Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen (Eltern, Großeltern Tagesmutter, etc.)

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang und suchen danach, diesen auszuleben. Bewegung ist unerlässlich und macht klug, denn sie unterstützt die kindliche Entwicklung maßgeblich im physischen, psychischen und sozialen Bereich.

Der Wald bietet auf natürliche Weise zahlreiche Möglichkeiten zum spielerischen Ausleben des Bewegungsdrangs. So lernen Kinder Risiken einzugehen, sie erfahren und erweitern dabei die eigenen Grenzen.

Mitzubringen: Wetterangepasste Kleidung, Matschhose
 Keine Kinderwägen (es geht quer durch den Wald).

Treffpunkt: Parkplatz „Spuk im Wald-Spielplatz“ (Bauwagen), Leimen **1 Nachmittag**
Sonntag, 6.10. **14.30-16.30 Uhr** **15,- EUR**
Eltern mit 1 Kind 15,00 €
Eltern mit 2 Kindern 20,00 €
Eltern mit 3 Kindern 25,00 €
Eltern mit 4 Kindern 30,00 €
FRAU HELGA DUCZEK
HE.DU.NATUR-ERLEBNIS-PÄDAGOGIK

1 9.2-J111 Tierspuren im Winter (für Kinder ab 7 Jahren)

Die winterliche Umgebung des Waldes ist ein ruhiger und stimmungsvoller Erlebnisort für Kinder. Bei dieser Waldführung wollen wir ein besonderes Augenmerk auf die Tiere des Waldes haben, Fährten entdecken, Spuren lesen und die verschiedenen Überlebensstrategien im Winter näher kennen lernen. Themenspezifische Spiele und Spaß im Gelände sind Teil des Programms.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Verpflegung

Treffpunkt: Parkplatz „Spuk im Wald-Spielplatz“ (Bauwagen), Leimen **1 Nachmittag**

Samstag, 25.1. **13.30-16.30 Uhr** **15,- EUR**
FRAU HELGA DUCZEK
HE.DU.NATUR-ERLEBNIS-PÄDAGOGIK

1 9.2-J112 Halali-Jägerlatein (Vater/Kind-Veranstaltung für Kinder ab 6 Jahren)

In uns allen steckt noch ein bisschen vom Jäger und Sammler unserer Vorfahren. So wollen wir an diesem Tag abseits der Wege durch den Wald pirschen und nach Tierspuren Ausschau halten. Man lernt, wie es aussieht, wenn ein Fuchs „schnürt“ und was es bedeutet, wenn ein Rehbock „plätzt oder fegt“. Wir suchen die Malbäume von Wildschweinen und betrachten genau, warum sie wichtig sind.

In Begleitung einer Jägerin und Waldpädagogin erfahren Sie bei dieser Vater/Kind-Führung alles Wissenswerte über die Wildtiere des Leimener Waldes.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Verpflegung

Treffpunkt: Parkplatz „Spuk im Wald-Spielplatz“ (Bauwagen), Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 7.12. **13.30-16.30 Uhr** **15,- EUR**
Papa mit 1 Kind 15,00 €
Papa mit 2 Kindern 20,00 €
Papa mit 3 Kindern 25,00 €
Papa mit 4 Kindern 30,00 €
FRAU HELGA DUCZEK
HE.DU.NATUR-ERLEBNIS-PÄDAGOGIK

1 9.2-J113 Historische Waldführung (Märchen – samstag, für Kinder ab 7 Jahren)

Märchen sind kein alter Zopf, sondern beflügeln bis heute unsere Fantasie – vor allem wenn es in den Wald geht, den Ort, an dem sich viele Märchen ereignen. Das schaurig schöne Märchen „Brüderchen und Schwesterchen“ der Brüder Grimm erzählt von Neid und Intrigen, Flucht und Not, von bösem Zauber und fiesem Machenschaften, aber auch von Schönheit und Familiensinn, Glauben und Treue, von der Liebe und ganz am Ende vom Sieg des Guten über das Böse. An einem Mittag entlang von Stationen im Wald anschaulich erzählt wird das alte Märchen mit dem Happy End zum packenden Erlebnis.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Verpflegung

Treffpunkt: Parkplatz „Spuk im Wald-Spielplatz“ (Bauwagen), Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 15.2. **13.30-16.30 Uhr** **15,- EUR**
FRAU HELGA DUCZEK
HE.DU.NATUR-ERLEBNIS-PÄDAGOGIK

Kochen/Backen

1 9.2-J114 Backen für Kinder von 6 bis 15 Jahren

Herstellung von süßen und deftigen Leckereien, die Kindern schmecken und Spaß machen.

Mitzubringen: Schürze

Bäckerei Sailer, Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 11.1. **15.00-17.00 Uhr** **15,- EUR**
BÄCKEREI SAILER

Bitte beachten Sie die Datenschutzerklärung!



Kindergeburtstag

1 9.2-J450 Kindergeburtstage buchen

Ein Kindergeburtstag ist immer eine Herausforderung für die Eltern. Wir haben eine Alternative für Sie.

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren:

- Seifen, Badeöle, Badebonbons herstellen
- Mosaikbilderrahmen gestalten
- Antipasti selbst gemacht
- Adventskalender gestalten
- Schmuckketten, Armbänder, Ohrringe gestalten, uvm.

Jugendgeburtstag für Mädchen:

Die Jugendgeburtstage richten sich an Mädchen zwischen 11 und 15 Jahren.

- All About Beauty (Altersgerechte Hautpflege und Schminken)
- Trendy Nailstyling
- Kosmetik selbst gemacht
- Wohlfühltag für Mädchen
- Schmuckketten selbst gemacht, uvm.

Bei Interesse nehmen Sie bitte frühestmöglich Kontakt mit der VHS auf.

Termin:

Nach Absprache, gerne auch Samstagmittags.

Die Kindergeburtstage dauern circa 3 Zeitstunden.

Kinderschminken mit Profifarbe ist inklusive.

Mögliche Örtlichkeiten:

Turmschule Leimen oder bei Ihnen zu Hause!

Gruppengebühr: 119 Euro für maximal 5-8 Kinder, inklusive Material.

NADINE MÜNCH

Gesellschaft und Kultur

Zeitgeschichte

1 9.2-K100 Exkursion entlang des Evolutionswegs in Leimen-Gauangelloch mit fachkundiger Führung

Der Lehrpfad:

Dieser Lehrpfad zur Evolution stellt die wichtigsten Stationen der 4100 Millionen Jahre langen Geschichte des Lebens dar. Von den ersten Lebensspuren bis heute ist er 1000m lang. In diesem Maßstab entspricht ein Meter einer Zeitspanne von 4,1 Millionen Jahren, bzw. 1 mm 4100 Jahren, also etwa der Zeit, die seit dem Bau der ägyptischen Pyramiden vergangen ist. Auf Schildern sind bedeutende Entwicklungen oder Ereignisse in der Evolution beschrieben. Dabei stellen die Wegpunkte nicht die direkte Entwicklung vom Beginn des Lebens bis zu uns Menschen dar. Vielmehr greifen sie Fossilfunde zu wichtigen Entwicklungen aus dem großen und intensiv verzweigten Evolutionsbaum heraus, die unsere Welt, wie wir sie heute vorfinden, stark geprägt haben, oder ohne die es uns Menschen hier auf der Erde nicht gäbe. Jeder Schritt lässt erspüren, wie viel Zeit das Leben auf der Erde brauchte, sich zu entwickeln. Obwohl bei weitem nicht alle bedeutenden evolutionären Errungenschaften dargestellt werden können, wird deutlich, dass sich Entwicklungen in ständig kürzeren Zeitabständen vollzogen. Evolution findet nach wie vor überall statt, wo es Leben gibt.

Weitere Informationen zu den Stationen finden sich auf www.evolutionsweg.de

Treffpunkt:

Der Startpunkt befindet sich am Ende der Lindenstraße an der Brücke über die Reilsheimer Straße, gps: 49°20'23.0"N 8°45'43.5"E
Anreise mit ÖPNV: Haltestelle „Gauangelloch, Schwanen“ oder „Gauangelloch, Ochsenbacher Straße“.

**Startpunkt/Treffpunkt siehe Kursbeschreibung 1 Abend
Dienstag, 3.9. 18.30-20.00 Uhr 12,- EUR
Kinder ab 13 Jahren (Mindestalter) 8,- EUR
GBS RHEIN-NECKAR E.V. / DR. KARL-HEINZ BÜCHNER**

1 9.2-K101 Exkursion entlang des Evolutionswegs in Leimen-Gauangelloch mit fachkundiger Führung

Der Lehrpfad:

Dieser Lehrpfad zur Evolution stellt die wichtigsten Stationen der 4100 Millionen Jahre langen Geschichte des Lebens dar. Von den ersten Lebensspuren bis heute ist er 1000m lang. In diesem Maßstab entspricht ein Meter einer Zeitspanne von 4,1 Millionen Jahren, bzw. 1 mm 4100 Jahren, also etwa der Zeit, die seit dem Bau der ägyptischen Pyramiden vergangen ist. Auf Schildern sind bedeutende Entwicklungen oder Ereignisse in der Evolution beschrieben. Dabei stellen die Wegpunkte nicht die direkte Entwicklung vom Beginn des Lebens bis zu uns Menschen dar. Vielmehr greifen sie Fossilfunde zu wichtigen Entwicklungen aus dem großen und intensiv verzweigten Evolutionsbaum heraus, die unsere Welt, wie wir sie heute vorfinden, stark geprägt haben, oder ohne die es uns Menschen hier auf der Erde nicht gäbe. Jeder Schritt lässt erspüren, wie viel Zeit das Leben auf der Erde brauchte, sich zu entwickeln. Obwohl bei weitem nicht alle bedeutenden evolutionären Errungenschaften dargestellt werden können, wird deutlich, dass sich Entwicklungen in ständig kürzeren Zeitabständen vollzogen. Evolution findet nach wie vor überall statt, wo es Leben gibt.

Weitere Informationen zu den Stationen finden sich auf www.evolutionsweg.de

Treffpunkt:

Der Startpunkt befindet sich am Ende der Lindenstraße an der Brücke über die Reilsheimer Straße. gps: 49°20'23.0"N 8°45'43.5"E

Anreise mit ÖPNV: Haltestelle „Gauangelloch, Schwanen“ oder „Gauangelloch, Ochsenbacher Straße“.

**Startpunkt/Treffpunkt siehe Kursbeschreibung 1 Abend
Sonntag, 6.10. 17.00-18.30 Uhr 12,- EUR
Kinder ab 13 Jahren (Mindestalter) 8,- EUR
GBS RHEIN-NECKAR E.V. / DR. KARL-HEINZ BÜCHNER**

Recht

1 9.2-K102 Erben und Schenken will gelernt sein – sieben klassische Irrtümer beim Erben

Wer darauf baut, dass das Gesetz quasi von selbst alle erbrechtlichen Fragen regelt, unterliegt schon dem ersten Irrtum. Wer meint, ein richtiges Testament sei schnell gemacht, dem Nächsten. Anhand einprägsamer Beispiele aus einer 20-jährigen Beratungspraxis werden klassische Irrtümer im Erbrecht aufgezeigt - und erklärt, wie man es besser macht und so Streit sowohl mit dem Finanzamt als auch unter den Erben vermeidet.

**Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer 1 Abend
Dienstag, 28.1. 18.30-20.00 Uhr 5,- EUR
RECHTSANWALT JAN BITTLER**

1 9.2-K103 Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung – so entscheiden Sie über Ihr Leben autonom

Eine Vorsorgevollmacht und eine Patientenverfügung sind in einer Krankheits- oder Pflegesituation unverzichtbar will man vermeiden, dass sich das Betreuungsgericht einschaltet oder Ärzte falsche Entscheidungen treffen. Der Vortrag gibt Gebrauchsanweisungen für die richtige Gestaltung von Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügungen. Auf vielfach unbekannte Rechte des Vollmachtgebers und Pflichten des Bevollmächtigten sowie auf die Folgen eines Vollmachtmissbrauch wird eingegangen.

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Dienstag, 26.11. 18.30-20.00 Uhr **5,- EUR**
RECHTSANWALT JAN BITTLER

Jan Bittler ist seit mehr als 20 Jahren als Rechtsanwalt und Fachanwalt für Erbrecht ausschließlich auf dem Gebiet des Erb- und Vorsorgerechts sowie der Vermögensnachfolge tätig. Als Mitautor juristischer Fachbücher referiert er auch vor Juristen. Bei den Verbraucherzentralen in Deutschland sowie für den Walhalla Verlag hat er diverse Ratgeber zu erb- und vorsorgerechtlichen Themen veröffentlicht. Er ist Spezialist auf seinem Rechtsgebiet und wurde als Sachverständiger zu Fragen des Erbrechts nichtehelicher Kinder vor den Rechtsausschuss des Deutschen Bundestages berufen. Seit 2013 wird er in der Zeitschrift „Focus“ fortlaufend als Topanwalt für Erbrecht gelistet.

Bitte beachten Sie die Datenschutzerklärung!

1 9.2-K119 Risikogebiet Grundstück: Pflanzen und Videokameras im Nachbarrecht

Der Vortrag erläutert an Beispielen aus der anwaltlichen Praxis das Nachbarrecht.

Themen sind unter anderem:

- Neue Gesetze: Welchen Abstand benötigen beim Pflanzen zum Beispiel eine Sand-Birke, eine Thuja Occidentalis oder eine Lorbeerkirsche und wie lange nach Pflanzung kann eine Klage auf Beseitigung erhoben werden, wenn der gesetzliche Abstand fehlt?
- Neue Rechtsprechung: Warum gibt es Grundstückseigentümer, die 800 Euro pro Jahr für die Laub- oder Nadelbelastung der Nachbarbäume erhalten?
- Sägen oder klagen: Wie verhält man sich bei Überhang?
- Warum werden Hecken über 1,8 m Höhe aus Rechtsgründen doppelt pflegeintensiv?
- Baden-Württemberg und die Wurzeln der Nachbarbäume: Welche Gärten müssen auf Rasen verzichten?
- An welchen Stellen des Grundstücks sind Videokameras erlaubt?

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Mittwoch, 6.11. 19.00-20.30 Uhr **5,- EUR**
RECHTSANWALT GERHARD GÖBL

Umgangsformen/Organisation

1 9.2-K105 Die aktuellen Umgangsformen für alle Lebenslagen

Ein souveräner Stil im Umgang mit Menschen zeigt vor allem beruflich eine professionelle Kompetenz und privat ein sicheres Auftreten. Ein Abend, um die eigenen guten Umgangsformen zu reflektieren und etwas über die aktuellen Impulse des heute angesagten Knigge zu erfahren. Eine Exkursion des guten Benehmens:

LEIDENSCHAFT BRAUCHT RAUM

Individuelle Kreativität macht Kunst zu etwas Einzigartigem. Unsere Baustoffe sorgen dafür, dass sich Kreativität entfalten kann. Dass aus Kunst Leidenschaft wird.



HeidelbergCement AG
 Rohrbacher Straße 95
 69181 Leimen
 Telefon 06224 70350-201
www.heidelbergcement.de

HEIDELBERGCEMENT

ECHT. STARK. GRÜN.



- Welche Verhaltensregeln sind noch zeitgemäß?
- Begrüßung, Vorstellen, in der richtigen Reihenfolge die Hand geben;
- Welche Umgangsformen sind im Beruf von Bedeutung?
- Rangfolge beim Vorgehen und Tür aufhalten;
- Moderne Bedeutung von Höflichkeit zwischen Frau und Mann;
- Niveauvoll auf die Unhöflichkeiten anderer reagieren;
- Sich stilvoll bedanken;
- Dress-Code für welche Anlässe zu beachten;
- Der gekonnte Small-Talk, die Freude am kleinen Gespräch;
- Tipps zum Tischbenimm bei einer Exkursion durch eine Menüfolge.

Interessierende Fragen der Teilnehmer/innen sind erwünscht!

Realschule Leimen **1 Abend**
Montag, 21.10. **18.00-21.00 Uhr** **20,- EUR**
ULRIKE-EBBA GRÄFIN VON SPARR

1 9.2-K106 Schwierige Gespräche meistern

Damit ein herausforderndes Gespräch zum Erfolg führt, bedarf es besonders im Beruf einer Strategie. Die gescheiterten Worte und passenden Argumente fallen einem sonst erst dann ein, wenn es schon zu spät ist.

Das Ziel lautet: Die richtigen Worte zur rechten Zeit, um das Gesprächsziel souverän zu erreichen.

Strategien zum zielsicheren Gespräch:

- Zielformulierung: wohin soll das Gespräch führen?
- Souveräne Körperhaltung;
- Emotionsfallen erkennen;
- In Gesprächen sachlich argumentieren;
- Lernen zu sagen: „Das ist mir wichtig!“;
- Bewusst Grenzen setzen und „Nein“ sagen;
- Umgang mit Kritik üben oder annehmen;
- Praktische Übungen und Tipps;

Realschule Leimen **1 Abend**
Donnerstag, 5.12. **18.00-21.00 Uhr** **20,- EUR**
ULRIKE-EBBA GRÄFIN VON SPARR

1 9.2-K107 Gut organisiert Zeit sparen – Tipps für die gewünschte Ordnung

Im Laufe des Lebens hat sich so einiges angesammelt. Es fällt nicht immer leicht, sich von lieb gewordenem zu trennen. Da kann ein „sich verkleinern“ zu einem großen Thema werden. Dann dieses „unnötige“ Suchen, weil es da sein muss, aber nicht ist, ob auf dem Schreibtisch oder im Haus. Zudem ist es ein Vorteil immer weniger zu benötigen. Packen wir es an: Tipps für praktikable Ordnung schaffen. Der Ablauf auf dem Weg zur gewünschten Ordnung wird an Beispielen erklärt. Zusätzlich verhelfen Strategien zu dem gewünschten geordneten Umfeld. Auch die Zeitkiller erkennen, um mehr Zeit für sich zu haben.

Realschule Leimen **1 Abend**
Montag, 27.1. **18.00-21.00 Uhr** **20,- EUR**
ULRIKE-EBBA GRÄFIN VON SPARR

Reisen

1 9.2-K108 Mauritius – Als wär’s ein Stück vom Paradies

„Zuerst wurde Mauritius geschaffen, dann das Paradies“, so Mark Twain, US-amerikanischer Schriftsteller nach einem seiner Besuche auf der Trauminsel im Indischen Ozean.

Wo sind die Strände noch ein bisschen weißer und wo ist das Meer noch ein bisschen blauer als sonst wo auf der Welt? Wo die Palmen noch etwas höher und die Menschen noch viel, viel freundlicher? Auf

einer kleinen Insel im Indischen Ozean. Ihr Name: Mauritius. Wer ein Stück vom Paradies entdecken möchte, ist hier genau richtig.

Wir machen Station in der Landeshauptstadt Port Luis (Zentralmarkt, Hindu-Tempel und die Jummah Moschee) kommen nach Pampelmousses in den botanischen Garten mit seinen riesigen Wasserlilien. Wir besuchen kleine, pittoreske Fischerdörfer wie Cap Malheureux, fahren in den Black River Gorges Nationalpark, besuchen das Naturwunder Terres d Couleurs, die rauschenden Wasserfälle von Chama-rel und vieles, vieles mehr.

LEICA-Überblendprojektion auf großer Leinwand.

Stadtbücherei Leimen **1 Abend**
Freitag, 17.1. **19.00-20.30 Uhr** **5,- EUR**
MICHAEL STEPHAN

1 9.2-K109 Kanada: Vancouver, Vancouver Island – von Walen, Bären und Natur

Bären, Wale und Adler – die wahren Botschafter Kanadas. Lassen Sie sich bewegen vom Anblick der Grau- und Buckelwale in der Johnstone Strait. Es gibt auf dieser Erde einige wenige, abgeschiedene, fast magische Naturschauplätze, die es immer wieder schaffen, uns mit ihren Inszenierungen den Atem zu rauben. Ich nehme Sie in diesem Vortrag mit auf eine Reise in Refugien der westkanadischen Schwarz- und Grizzlybären der Weißkopfsseeadler und der Wale.

Über Vancouver reisen wir nach Vancouver Island in die Provinzhauptstadt Victoria. Hier erleben wir den victorianischen Charme der Stadt; wir erleben das Parlamentsgebäude, lassen uns vom altherwürdigen Charme des Empress Hotels beeindrucken und genießen das bunte Treiben am Inner Harbour. Über Duncan, die Stadt der Totempfähle und dem kleinen Ort Chemainus mit seinen berühmten Wandmalereien führt unser Weg an die Westküste der Insel zum Pacific Rim Nationalpark; hier sind wir im ehemaligen Fischerdorf Tofino und seinem Nachbarort Ucluelet zu Gast. An der Ostküste der Insel erleben wir dann Quadra Island; hier steht ein Spaziergang durch den Regenwald an. Über die Sunshine Coast kommen wir zurück nach Vancouver. Hier erleben wir den Stanley Park, Chinatown, Granville Island und Gastown.

Im Mittelpunkt des Vortrages steht die Natur und die Kultur; Bären, Wale und Adler, Regenwälder, aber auch historische Felsmalereien sowie Einblicke in die Kultur der First Nations werden vorgestellt.

LEICA-Überblendprojektion auf großer Leinwand

Stadtbücherei Leimen **1 Abend**
Montag, 18.11. **19.00-20.30 Uhr** **5,- EUR**
MICHAEL STEPHAN

Kunstgeschichte

1 9.2-K110 Das Bauhaus und seine Künstlerinnen

Die 1919 gegründete Kunstschule Bauhaus in Weimar war eine der bedeutendsten und künstlerisch innovativsten Institutionen der Kunstgeschichte und beeinflusste Generationen von Architekten, Malern, Fotografen und Grafikern. Dabei waren die Künstlerinnen am Bauhaus eine wichtige Gruppe, deren künstlerische Arbeit viel zu dem Erfolg beitrug.

Dieser Kurs möchte deren Geschichte und ihr kulturelles Werk vorstellen und den Teilnehmern einen Eindruck von der Bandbreite und dem künstlerischen Wirken der Bauhaus-Künstlerinnen vermitteln.

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Dienstag, 8.10. **19.00-20.30 Uhr** **6.50 EUR**
M.A. ARCHÄOLOGIN DIANA LIESEGANG

Gesundheit/Entspannung

1 9.2-K111 **Imp(r)osant! – Schlagfertig & Selbstbewusst in allen Lebenslagen**

Fallen Ihnen die schlagfertigsten Antworten auch immer erst NACH einem Gespräch ein? Möchten Sie sich in Stresssituationen nicht so schnell aus der Ruhe bringen lassen? Das können Sie spielerisch trainieren. Wir nutzen Methoden aus der angewandten Improvisation für kreative Gruppen- und Partnerübungen. Dadurch begegnen Sie künftig vielen Herausforderungen mit mehr Humor und Gelassenheit. Ganz nebenbei stärken Sie Ihre Intuition und lassen tollen Ideen freien Lauf. Nach dem Motto „Kopf freimachen und hin zum Bauchgefühl“ gibt's Lachmuskeltraining inklusive.

Stadtbücherei Leimen **5 Abende**
Mittwoch, 16.10. **18.00-20.00 Uhr** **49,- EUR**
JANINE BENDEL

1 9.2-K112 **Waldbaden – Eintauchen in die Waldatmosphäre und Outdoor-Yoga**

Gerade im Wald können wir besonders gut entspannen und regenerieren, dabei unsere Wahrnehmung verfeinern und die eigene Gesundheit fördern. Leuchtendes Grün, ätherische Duftstoffe, weicher Waldboden und erholsame Ruhe - ein Spaziergang im Wald ist wohltuend für den Körper, Geist und unsere Sinne. Wir senken unser häufig zu hohes Alltagstempo indem wir durch den Wald „schlendern“, um ihn intensiver wahrzunehmen und kennenzulernen. Durch Atemübungen verstärken wir die Sauerstoffaufnahme, damit der Kopf freier und klarer wird. Über das bewusste Atmen erhalten wir damit die Möglichkeit in unserer eigenen Mitte anzukommen.

Terpene - Bestandteile der Waldluft - wirken sich fördernd auf unser Immunsystem, auf Herz und Lunge aus. Um unsere Wahrnehmung zu intensivieren, verstärken wir durch Sinnesübungen unsere Achtsamkeit und Konzentrationsfähigkeit. Damit können wir selbst etwas tun, um unsere Lebensfreude positiv zu beeinflussen.

Treffpunkt: Wildtiergehege Leimen **1 Nachmittag**
Sonntag, 13.10. **13.30-16.00 Uhr** **20,- EUR**
REGINE KALKOFFEN

1 9.2-K113 **Waldbaden – Eintauchen in die Waldatmosphäre und Wildkräuter**

Gerade im Wald können wir besonders gut entspannen und regenerieren, dabei unsere Wahrnehmung verfeinern und die eigene Gesundheit fördern. Leuchtendes Grün, ätherische Duftstoffe, weicher Waldboden und erholsame Ruhe - ein Spaziergang im Wald ist wohltuend für den Körper, Geist und unsere Sinne. Wir senken unser häufig zu hohes Alltagstempo indem wir durch den Wald „schlendern“, um ihn intensiver wahrzunehmen und kennenzulernen. Durch Atemübungen verstärken wir die Sauerstoffaufnahme, damit der Kopf freier und klarer wird. Über das bewusste Atmen erhalten wir damit die Möglichkeit in unserer eigenen Mitte anzukommen.

Terpene - Bestandteile der Waldluft - wirken sich fördernd auf unser Immunsystem, auf Herz und Lunge aus. Um unsere Wahrnehmung zu intensivieren, verstärken wir durch Sinnesübungen unsere Achtsamkeit und Konzentrationsfähigkeit. Damit können wir selbst etwas tun, um unsere Lebensfreude positiv zu beeinflussen.

Treffpunkt: Wildtiergehege Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 5.10. **13.30-16.00 Uhr** **20,- EUR**
REGINE KALKOFFEN

1 9.2-K114 **Mehr Lebensfreude durch modernes, westliches Feng-Shui**

Anhand anschaulicher Fallbeispiele erklärt Ihnen Frau Scharowski, wie das moderne Feng-Shui angewendet wird, um eine positive Lebensveränderung oder eine dauerhafte Harmonisierung zu bewirken. Modernes Feng-Shui erkennt die Seelenebene des Menschen, schafft ein besseres Bewusstsein und gibt ein elementares Verständnis wichtiger Gegebenheiten. Durch langjährige Berufserfahrung ist es möglich in einem Grundriss zu lesen. Der Grundriss zeigt die Themen, mit denen sich ein Mensch in der Zeit in der er in einem Haus oder einer Wohnung lebt, beschäftigt; die Einrichtung verdeutlicht die innere Einstellung. Mit diesen Kenntnissen ist es möglich in der Wohnumgebung Veränderungen zu erschaffen, wodurch Veränderungen in unserem Leben bewirkt werden.

Die Erkenntnisse aus diesem Vortrag können Sie auch auf Ihre eigene Wohnumgebung übertragen und hieraus einige essentielle Vorteile für sich mit nach Hause nehmen. Sie werden anschließend Ihre Wohnumgebung mit anderen Augen wahrnehmen/sehen.

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Mittwoch, 13.11. **19.00-20.30 Uhr** **10,- EUR**
EVA-KATHARINA SCHAROWSKI

1 9.2-K115 **Feng-Shui für die heutige Zeit und der Lebensweg des Menschen**

Inhalt:

- Was ist modernes, westliches Feng-Shui?
- Was kann ich damit in meinem Leben bewirken?
- Was ist der Unterschied zu den traditionellen Feng-Shui Schulen?
- Denkvoraussetzungen
- Beratungsbeispiel aus der Praxis
- Der Weg des Menschen und was dieser mit dem Bagua zu tun hat.
- Das 3-Türen Bagua - Seelenebene des Menschen
- Wie lege ich das Bagua richtig an?
- Raumbedeutung

Beispielklärungen anhand der, von den Teilnehmern mitgebrachten Grundrissen.

Bitte bringen Sie, wenn Sie möchten, Ihren Grundriss mit, am besten in A3 Format. Achten Sie darauf, dass die Türöffnungsrichtungen eingezeichnet sind.

Bürgerhaus Leimen, Portugalzimmer **1 Abend**
Mittwoch, 22.11. **19.00-20.30 Uhr** **10,- EUR**
EVA-KATHARINA SCHAROWSKI

Kosmetik

1 9.2-K116 **Schminkkurs für Mütter und Töchter**

In diesem Kurs lernen Sie gemeinsam Schritt für Schritt sich in allen Lebenslagen angemessen, altersgerecht und mit Stil & Ausdruck zu schminken. Ein weiterer Schritt in der Entwicklung und Beziehung zu Ihrer Tochter.

Der Mutter-Tochter-Schminkkurs ist das Familienevent und eignet sich perfekt als Geschenk!

Stadtbücherei Leimen **1 Nachmittag**
Samstag, 25.11. **14.00-16.15 Uhr** **25,- EUR**
Inklusive 2,- EUR Materialkosten
LENA SCHRANZ

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**



1 9.2-K117 Schminkkurs für Frauen ab 65 Jahren

In diesem Kurs lernen Sie Ihr typgerechtes Make-up kennen, auch wenn die Haut vielleicht nicht mehr ganz so straff und jung aussieht wie früher. Mit einfachen Tricks für zuhause werden Sie das Optimale aus sich herausholen und das Wichtigste sich zu jeder Zeit wohlfühlen.

Realschule Leimen **1 Abend**
Freitag, 7.2. **18.30-20.45 Uhr** **25,- EUR**
Inklusive 2,- EUR Materialkosten
LENA SCHRANZ

1 9.2-K118 Schminkkurs für Erwachsene

In diesem Kurs lernen Sie sich selbst perfekt zu schminken. Wie schminke ich mich mit Stil und Ausdruck? Wie erziele ich das perfekte Aussehen. Erlernen Sie auch den Umgang mit: Make-up, Aufheller, Puder und Rouge. Augen schön geschminkt für Tag und Nacht. Schnell, wirksam und für immer.

Realschule Leimen **1 Abend**
Freitag, 22.11. **18.30-20.45 Uhr** **25,- EUR**
Inklusive 2,- EUR Materialkosten
LENA SCHRANZ

Mit der VHS on Tour...

Für Anmeldungen/Rückfragen ist Frau Brand, Stadtverwaltung Leimen, Tel. 06224/704-247 oder E-Mail: Lisa.Brand@leimen.de, für Sie da.

1 9.2-K901 Calw

Am Dienstag, dem 8. Oktober 2019 fahren wir in die Hermann-Hesse-Stadt Calw. Dort lassen wir uns von der malerischen Fachwerkstadt, mit über 200 denkmalgeschützten Häusern, welche eine fantastische Kulisse für eine der schönsten und belebtesten Fußgängerzonen Süddeutschlands abgibt, bezaubern.

Als erster Programmpunkt steht der Besuch des Klosters Hirsau an. Bei der Führung werden wir die Ruinen des Peter- und Paulklosters als beeindruckende steinerne Zeugen der Geschichte kennenlernen. Anschließend gehen wir gemeinsam ins „Krabba-Nescht“ essen. Die Gaststätte bietet durch ihre liebevoll gestalteten Räumlichkeiten und einem Birnbaum - inmitten der ehemaligen Scheuer - eine Erlebnisgastronomie der besonderen Art.

Danach besuchen wir die Schwarzwaldbrennerei Seeger und lernen den Betrieb kennen. Bei einem anschließenden Spirituosen-Tasting im Whisky-Keller kommt sicher jeder auf seine Kosten. Unser letztes Ausflugsziel ist die malerische Altstadt von Calw mit zahlreichen Cafés und Sehenswürdigkeiten zum Entdecken.

Die Kosten für die Fahrt betragen 26,00 € und beinhalten die Klosterführung, das Spirituosen-tasting mit max. 3 Getränken und die Busfahrt.

Abfahrtszeiten:
07:40 Uhr Gauangelloch, Rathaus
07:55 Uhr Leimen, Rathaus
08:00 Uhr St. Ilgen, Kurpfalzhalde

Rückfahrt:
ca. 17:00 Uhr von Calw

Dienstag, 8.10. **7.40-19.15 Uhr**

1 9.2-K902 Winterwunderland Rust

Lichterketten beleuchten die Wege, dicke Schneeflocken fliegen durch die Luft und feiner Plätzchenduft steigt in die Nase. Winterlich geschmückt und kunstvoll beleuchtet wird der Europa-Park zu einem ganz besonderen Erlebnis in der kalten Jahreszeit. Rund 2.500 Tannenbäume aus der Region säumen mit 10.000 glitzernden Christbaumkugeln die Wege. Ein festlich dekoriertes Weihnachtsmarkt lädt mit duftendem Glühwein und gebrannten Mandeln zum besinnlichen Verweilen ein. Millionen strahlender Lämpchen, märchenhafte Projektionen, 6.000 Lichterketten und zahlreiche gemütliche Lagerfeuer sorgen im Europa-Park während der Wintersaison für magische Momente.

Eine ganz besondere Atmosphäre herrscht auf dem altertümlichen Christkindmarkt. In zahlreichen Zelten werden traditionsreiche Berufe vorgestellt. Alte Handwerkskunst sowie eine alpenländische Krippe versetzen in vergangene Zeiten zurück. Bei Einbruch der Dunkelheit verleihen Fackeln und Feuerstellen dem Markt einen stimmungsvollen Rahmen. Magische Aussichten im Schnee bietet das 55 Meter hohe Riesenrad Bellevue.

„Manege frei“ heißt es für Tänzer, Artisten und Clowns im Zirkuszelt. Im englischen Themenbereich lädt das gemütliche Globe-Theater zum neuen Weihnachtsmusical ein und das atemberaubende Lichterspektakel lässt den Europa-Park See schimmern und glitzern. Der Pfefferkuchenmann schunkelt mit der Eisprinzessin zu „Leise rieselt der Schnee“, während sich die Lichterparade durch die Dämmerung schlängelt.

Die Kosten für die Fahrt betragen 54,00 € (inkl. Busfahrt und Park Eintritt).

Abfahrtszeiten:
09:35 Uhr Gauangelloch, Rathaus
09:50 Uhr Leimen, Rathaus
10:00 Uhr St. Ilgen, Kurpfalzhalde

Rückfahrt:
ca. 19:00 Uhr von Rust

Dienstag, 19.11. **9.35-21.30 Uhr**

1 9.2-K905 Aladdin – Das Musical aus 1001 Nacht

Am Dienstag, dem 11. Februar 2020 fahren wir zum Musical „Aladdin“ nach Stuttgart. Eine spektakuläre Inszenierung, die brillante Musik von Oscar-Gewinner Alan Menken und eine traumhafte Liebesgeschichte aus 1001 Nacht - das ist Disneys ALADDIN. Das Musical erzählt die zeitlose Geschichte von Aladdin, Dschinni und den drei Wünschen, die seit Generationen über alle Grenzen hinweg geliebt wird und den Zuschauer in die magische Welt des Orients entführt. Nach dem überragenden Erfolg am Broadway und in Hamburg verwandelt sich nun im Frühjahr auch das Stage Apollo Theater in einen Marktplatz mit einem Basar und in den zauberhaften Märchenpalast von Agrabah.

Für die Zuschauer zündet die Produktion, die auf dem Oscar prämierten Disneyfilm basiert, ein Feuerwerk farbenfroher Eindrücke und magischer Bühneneffekte, um die emotionale Liebesgeschichte in rasantem Tempo zu erzählen.

Die Kosten für die Fahrt werden noch bekanntgegeben.

Abfahrtszeiten:
13:15 Uhr Gauangelloch, Rathaus
13:30 Uhr Leimen, Rathaus
13:35 Uhr St. Ilgen, Kurpfalzhalde

Rückfahrt:
ca. 21:45 Uhr von Stuttgart

Dienstag, 11.2. **13.15-24.00 Uhr**

Fremdsprachen

Integrationskurse

Volkshochschule Südliche Bergstraße e.V.
Sprachberatung Deutsch als Fremdsprache

Lisa Kern
Beratung: Montag, 9:30-13:30 Uhr

Bürgerzentrum, Mörikeweg 1, 69181 Leimen
Tel.: +49 (0)6224-1419904
E-Mail: kern@VHS-sb.de
Internet: www.VHS-sb.de

Sprachen

Die deutsche Sprache lernen und im Alltag oder im Beruf mit den Mitmenschen kommunizieren sowie eine Sensibilisierung für die kulturellen Gegebenheiten entwickeln – das ist das Ziel von Integration.

Integration zu ermöglichen und zu fördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschulen.

Englisch

1 9.2-L201 English Starter für Anfänger A1/A2

Sie wollen auf Reisen gehen? In Großbritannien, USA, Kanada, Neuseeland und Australien ist Englisch die Landessprache. In jedem anderen Land können Sie sich mit Englisch verständigen. Vielleicht brauchen Sie auch Englischkenntnisse für den Beruf?

Dieser Kurs ist für Teilnehmer konzipiert, die zwar schon Kontakt mit der englischen Sprache hatten, was aber schon lange her ist oder eine Auffrischung braucht. Die bisherigen Themen (Vorstellung, Hobbies, Essen u.ä.) werden wiederholt und erweitert.

Lehrmaterial: wird mit der Dozentin am ersten Abend besprochen

Realschule Leimen **14 Abende**
Dienstag, 24.9. **17.45-19.15 Uhr** **85,- EUR**

1 9.2-L202 Englisch Refresher (B1)

Wenn sie Ihre Englischkenntnisse gerne auffrischen und verbessern wollen, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Sie können schon ein wenig freisprechen und schreiben? Dann trauen Sie sich und kommen in lockerer Runde zum Lernen in die VHS.

Wir werden uns mit einem Lehrwerk und mit interessanten Originaltexten und Videos aus verschiedenen englischsprachigen Ländern beschäftigen. Der Schwerpunkt liegt auf der Kommunikation. Aber auch Grammatik und Schreibaufgaben werden immer wieder Thema sein.

Bei Unsicherheit bezüglich Ihrer Voraussetzungen betreffend, können Sie gerne ein Gespräch mit der Kursleiterin vereinbaren.

Lehrmaterial: wird mit der Dozentin am ersten Abend besprochen

Realschule Leimen **14 Abende**
Dienstag, 24.9. **19.30-21.00 Uhr** **85,- EUR**

Bitte melden Sie sich mindestens 2 Wochen vor Kursbeginn an.

- das sichert Ihnen den Kursplatz
- das erleichtert den Dozenten die Vorbereitung
- das erleichtert uns die Organisation

„Deine, meine, unsere Zukunft.“

Unsere Mitglieder:
Elisabeth Sentker und Tochter Sina

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Jetzt Mitglied einer starken Gemeinschaft werden!

Deine, meine unsere Bank

Seit 150 Jahren sind wir dort zuhause, wo auch Sie zuhause sind. Wir kennen unsere Mitglieder und fördern sie nachhaltig. Dadurch stärken wir unsere gemeinsame Region. Das ist das einfache Prinzip unserer erfolgreichen genossenschaftlichen Familie und unsere Stärke - für deine, meine, unsere Zukunft. vbkraichgau.de/mitgliedschaft

Volksbank Kraichgau



1 9.2-L203 Englisch (A2) mit guten Vorkenntnissen

Lehrmaterial: Fairway 2, A 2, ab Lektion 10, Klett-Verlag

Realschule Leimen **12 Nachmittage**
Mittwoch, 25.9. **16.15-17.45 Uhr** **75,- EUR**
CORNELIA WIZGALL

1 9.2-L204 Englisch mit Vorkenntnissen (B1)

Die Fähigkeit „Hören“ ist in Zusammenhang mit der Entwicklung der mündlichen Kommunikationsfähigkeit von großer Bedeutung.

Lehrmaterial: „Great“ B1, ab Unit 4, Klett-Verlag

Realschule Leimen **12 Abende**
Mittwoch, 25.9. **18.00-19.30 Uhr** **75,- EUR**
CORNELIA WIZGALL

1 9.2-L205 Englisch für Fortgeschrittene (B1+)

Inhalt wird im Kurs besprochen

Realschule Leimen **11 Abende**
Mittwoch, 18.9. **19.00-20.30 Uhr** **70,- EUR**
VERENA KRUS-BÜHLER

Französisch

1 9.2-L301 Französisch für „Faux Débutants“

Kommen Sie mit uns auf eine Reise durch Frankreich! Dieser Kurs ist für Anfänger mit Grundkenntnissen gedacht oder für Wiedereinsteiger, die gerne ihr Französisch aufpolieren wollen. Wir freuen uns über jeden, der mit uns Frankreich und seine wunderbare Sprache erkunden will!

Lehrmaterial: Voyages I, Hueber Vlg. lecon 6

Bürgerhaus Leimen, Boris-Becker-Raum **10 Abende**
Mittwoch, 2.10. **19.30-21.00 Uhr** **66,- EUR**
URSULA RIEHM

1 9.2-L302 Französisch Mittelstufe (A2)

Französisch lernen und auffrischen in Gauangelloch! Der Kurs richtet sich an alle, die bereits über Grundkenntnisse in Französisch verfügen und diese auffrischen und erweitern möchten. Wir erarbeiten uns gemeinsam das wichtige Vokabular für den Alltag, den Urlaub in Frankreich und die dafür notwendige Grammatik. Das zentrale Ziel dieses Kurses ist die einfache Konversation. Neue interessierte Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Lehrmaterial: „On y va!, A2“, Hueber-Verlag, lecon 4
Sonstiges Material: Texte aus „écoute“

Grundschule Gauangelloch, A,-Lang-Saal **14 Vormittage**
Mittwoch, 11.9. **9.30-11.00 Uhr** **85,- EUR**
MARIA BERNATZ-FRIEDEL

1 9.2-L303 Französisch für Fortgeschrittene

Wir arbeiten mit „Voyages neu A2“, um vorhandenes Wissen zu festigen sowie mit aktuellen Texten aus dem Tages- und Zeitgeschehen. Neue interessierte Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Mitzubringen: „Voyages neu, A2“, Klett-Verlag, lecon 8
Weiteres Material: Texte aus „Écoute“

Realschule Leimen **14 Abende**
Montag, 16.9. **18.00-19.30 Uhr** **85,- EUR**
MARIA BERNATZ-FRIEDEL

1 9.2-L304 Französisch Aufbau- und Konversationskurs

„Vous disposez de bonnes bases et vous désirez vous perfectionner avec l'aide d'une enseignante française.“

Venez rejoindre notre cercle pour discuter avec nous de sujets actuels extraits de la Revue de la Presse, de la presse nationale ou régionale et du magazine Écoute.

Nous proposons aussi une révision des structures grammaticales selon les besoins de chacun. Enfin, une lecture courte vient compléter le programme. Tout ceci, évidemment, dans une ambiance détendue.“

Lehrmaterial: Écoute-Magazin

Realschule Leimen **14 Abende**
Dienstag, 8.10. **19.30-21.00 Uhr** **85,- EUR**
SOLANGE JAHREISS

1 9.2-L305 Französisch – Land und Leute –

Interessieren Sie sich für unseren Nachbarn jenseits des Rheins? Bei uns erfahren Sie - ganz ungezwungen - einiges über Frankreich. Nicht nur die aktuelle Tagespolitik steht auf dem Programm - nein, wir reden auch über Geschichte, Literatur oder die Tour de France. Und die Grammatik kommt auch nicht zu kurz. Schauen Sie doch mal rein! Wir freuen uns über jeden neuen „collègue“!

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben

Bürgerhaus Leimen, Boris-Becker-Raum **10 Vormittage**
Mittwoch, 2.10. **10.00-11.30 Uhr** **66,- EUR**
URSULA RIEHM

Italienisch

1 9.2-L405 Italienisch Fortgeschrittene (B1)

Dieses Semester wollen wir die italienische Grammatik wiederholen. Preposizioni, pronomi, congiuntivo.... natürlich mit Spaß!

Lehrmaterial: Kopie

Bürgerhaus Leimen, Boris-Becker-Raum **14 Vormittage**
Donnerstag, 10.10. **10.00-11.30 Uhr** **85,- EUR**
MARIACONCETTA ARMOGIDA-HAUCK

1 9.2-L406 Italienisch Anfänger

Wer will Italienisch lernen? Ich werde versuchen, es Ihnen mit viel Spaß beizubringen.

Lehrmaterial: Conpiacere Nuovo A1, Klett

Bürgerhaus Leimen, Boris-Becker-Raum **14 Vormittage**
Mittwoch, 9.10. **10.00-11.30 Uhr** **85,- EUR**
MARIACONCETTA ARMOGIDA-HAUCK

Bitte beachten Sie
die Datenschutzerklärung!

Spanisch

1 9.2-L500 Spanisch für Anfänger (A1)

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse in Grammatik und Wortschatz. Die Verständigung in Alltagssituationen wie auch landeskundliche Themen stehen im Vordergrund. Anhand von Gesprächssituationen werden einfache grammatikalische Strukturen vermittelt. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf: regelmäßige Verben, Artikel, Zahlwörter, Adjektive, ser/estar.

Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Lehrmaterial: Con Gusto A1 Klett-Verlag

Bürgerhaus Leimen, Boris-Becker-Raum **14 Vormittage**
Montag, 16.9. **10.00-11.30 Uhr** **85,- EUR**
MARIA VICTORIA GONZÁLES PAGÉS

1 9.2-L501 Wochenendkurs: Spanisch – Auffrischung (A1) Für Teilnehmerin mit Vorkenntnissen

Der Auffrischkurs ist für diejenigen bestimmt, die die grundlegenden Aspekte der Grammatik bereits einmal abgehandelt, aber Vieles wieder vergessen haben und sich unsicher fühlen. Der Auffrischkurs ist eine Wiederholung und Vertiefung des gesamten Stoffes. Temas: ser/estar, verbos irregulares en todos los tiempos, preposiciones, la negación, formas del pasado (pret., perf., indefinido, imperf.), futuro, condicional, pronombres.

Lehrmaterial: wird im Unterricht ausgegeben

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **3 Tage**
Freitag, 18.10.17.00-20.00 Uhr
Samstag, 19.10.10.00-15.00 Uhr
Sonntag, 20.10.10.00-13.00 Uhr **56,- EUR**
MARIA VICTORIA GONZÁLES PAGÉS

1 9.2-L502 Wochenendkurs: Spanisch Konversation A1-A2

Der Konversationkurs ist eine Wiederholung und Vertiefung des gesamten Stoffes.

Thema: Familie, Gesundheit, Essen/Trinken und Einkaufen.

Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **3 Tage**
Freitag, 08.11.17.00-20.00 Uhr
Samstag, 09.11.10.00-15.00 Uhr
Sonntag, 10.11.10.00-13.00 Uhr **56,- EUR**
MARIA VICTORIA GONZÁLES PAGÉS

1 9.2-L503 Spanisch (A2)

Lehrmaterial: Caminos Neu B1, ab Lektion 3, Klett

Realschule Leimen **8 Abende**
Freitag, 27.9. **18.00-19.30 Uhr** **56,- EUR**
CORNELIA WIZGALL

Bitte melden Sie sich mindestens 2 Wochen vor Kursbeginn an.

- das sichert Ihnen den Kursplatz
- das erleichtert den Dozenten die Vorbereitung
- das erleichtert uns die Organisation

Musik

1 9.2-M100 Akkordeon für Anfänger

Entdecken Sie die neuen Möglichkeiten eines wunderbaren Instruments.

Begeben Sie sich auf eine musikalische Entdeckungsreise quer durch verschiedene Kontinente und Stilepochen. Wir spielen klassische Original-Literatur, erweitert durch Musikstücke aus verschiedenen Stilrichtungen wie Folklore, Klezmer und Musette. Sie erlernen eine anatomisch richtige Handhabung des Instruments und eine musikalische und sensible Tongestaltung.

Dieser Kurs ist speziell für Anfänger ohne Notenkenntnisse oder mit nur wenigen Vorkenntnissen gedacht. Anhand von einfachen Liedern und Melodien werden Tonräume in der rechten Hand erlernt, die mit Grundbässe und Akkorden in der linken Hand begleitet werden.

Bei der Beschaffung oder Ausleihe eines Instruments kann geholfen werden.

Realschule Leimen **6 Abende**
Mittwoch, 9.10. **18.00-19.00 Uhr** **40,- EUR**
JUTTA GROH

1 9.2-M101 Akkordeon für Wiedereinsteiger

Sie haben schon mal Akkordeon gespielt, und möchten Ihre längst vergessen geglaubten Fähigkeiten neu aktivieren?

Wir bringen Ihre Spielfreude mit klassischer Original-Literatur, Folklore, Klezmer, Blues, Boogie und Musette in Schwung. Gute Laune machen ebenfalls, eine anatomisch richtige Haltung des Instruments und eine sensible Tongestaltung zu erlernen.

Dieser Kurs, bei dem auch Grundkenntnisse der Musiktheorie mit einfließen, ist für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen gedacht. Konzentration und Koordination entwickeln sich, wenn wir lernen, den Tonraum in der rechten Hand zu erweitern, und gleichzeitig mit der linken Hand eine anspruchsvollere Begleitung im Bass zu spielen.

Bei der Beschaffung oder Ausleihe eines Instruments kann geholfen werden.

Realschule Leimen **6 Abende**
Mittwoch, 9.10. **19.00-20.00 Uhr** **40,- EUR**
JUTTA GROH

Sport

Entspannung/Meditation

1 9.2-P100 „Lachyoga - Lachtherapie“

Lachen kann körperliche und seelische Krankheiten heilen, behaupten die „heiteren Yogis“, die die Lachmeditation üben. Es gibt aber auch eine moderne Lachtherapie. Im theoretischen Teil des Seminars befassen wir uns mit der Physiologie und Psychologie des Lachens, mit seinem positiven Einfluss auf Herz, Kreislauf, Atmung, Immunsystem und Psyche. Wir analysieren den Humor als Lebensstrategie, Erfolgsfaktor und Gesundheitsmittel. Im praktischen Teil lernen wir, die Praxis des Lachens mit in den Alltag hineinzunehmen. Wir gestalten eine „Lachpause bei der Arbeit“ und improvisieren Lachübungen und Spiele.

Bitte bequeme Kleidung und Gesichtsmuskeln in Lachposition mitbringen! HA,HA!



Bürgerhaus Leimen, Tinquexsaal **1 Abend**
Freitag, 22.11. **18.30-21.30 Uhr** **21,- EUR**
FLORENTINA IONESCU

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **12 Nachmittage**
Montag, 30.9. **11.15-12.45 Uhr** **110,- EUR**
TANJA SCHÄPERS

Tanz

1 9.2-P101 Orientalischer Tanz für Anfänger

Wir feiern den Wochenanfang! Mit einem Tanz, der Lebensfreude, Temperament und Eleganz ausstrahlt bringen wir unseren Körper mit stimmungsvoller Musik sanft zum Schwitzen. Durch die Konzentration auf die Körpermitte wird besonders die Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt. Spielerisch fördern wir dadurch eine bessere Haltung und wirken schlicht bezaubernd.

Jeder kann mitmachen, ganz ohne Vorkenntnisse – einfach tanzen, abschalten und genießen.

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Abende**
Montag, 14.10. **18.00-19.30 Uhr** **110,- EUR**
JANINE BENDEL

1 9.2-P104 „Kraft und Energie tanzen“ für Mütter und Stressgeplagte

Neben dem kreativen Umgang mit Bewegung und Musik steht in diesem Kurs die eigene Körperwahrnehmung, das Ankommen im Hier und Jetzt, die angeleitete Auseinandersetzung mit Gefühlen, die Entwicklung der eigenen kreativen Möglichkeiten, die Erweiterung des Bewegungspotentials und der körperliche Ausdruck im Vordergrund. In einer wertschätzenden und geschützten Atmosphäre wieder ganz man selbst sein. Spüren was im Moment da ist und dies mit dem Körper ausdrücken. In Kontakt treten mit der eigenen Kreativität und den Stärken.

Eine Auszeit vom Alltag um Energie für sich selbst zu tanken und wieder ins Fühlen zu kommen. Durch das Gemeinsame in einer festen Gruppe, Gefühle von Gemeinschaft und Zusammengehörigkeit erfahren. Tanz und Bewegung als Ressourcen sind pure Lebensfreude und stärken das Körperbewusstsein, die Lebendigkeit und die Gesundheit.

Voraussetzung: Spaß an Bewegung und Musik, keine tänzerischen Vorkenntnisse erforderlich.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, eine Decke, Yogamatte, leichte Sportschuhe, Schläppchen oder rutschfeste Socken, Getränk

Bürgerhaus Leimen, Rosensaal **12 Abende**
Montag, 30.9. **9.30-11.00 Uhr** **110,- EUR**
TANJA SCHÄPERS

1 9.2-P105 „Spüre Deine Kraft in Bewegung“ für Personen ab 55 Jahren

Im Vordergrund dieses Kurses steht die Motivation, auf spielerische und lebendige Art und Weise den Körper und den Geist mithilfe der Musik, dem Tanz und dem Rhythmus in Bewegung zu bringen. Mit Kreistänzen, tänzerischem Ausdruck zur Musik und in Körperwahrnehmungsarbeit werden innere Ressourcen gestärkt und die vielfältigen Möglichkeiten die in einem stecken ganz neu entdeckt.

Durch die Arbeit in der Gruppe wird Verbundenheit erlebt und die eigene Kreativität und Lebenslust entfaltet. Der Tanz und die Musik als nonverbales Medium, bieten eine unmittelbare und damit sehr gute Möglichkeit zu kommunizieren und das eigene Innere durch die Musik zu berühren. Tanz ist pure Lebensfreude und stärkt das Körperbewusstsein, die Lebendigkeit und die Gesundheit. Ziel ist die körperliche und geistige Aktivierung über Bewegung nach den individuellen Möglichkeiten der Teilnehmer/Innen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, eine Decke, Yogamatte, leichte Sportschuhe, Schläppchen oder rutschfeste Socken, Getränk

Zumba-Fitness

1 9.2-P103 Zumba-Fitness

Fitness für Jedermann mit heißer Musik und Partylaune. Dank der einfachen Tanzschritte kommt jeder schnell mit. Bei Zumba kommt es nicht auf Perfektion an, sondern auf gute Stimmung und ein angenehmes Körpergefühl. Die Basis bildet ein Schritte-Mix aus latein-amerikanischen Tänzen wie Salsa, Samba, Mambo und Merengue. Durch die Einbringung von Elementen aus Aerobic, Hip-Hop, Bauchtanz und Kampfsportarten wird ein durchaus abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout geboten.

Mitzubringen: Getränk und ein Handtuch

Georg-Koch-Halle, Leimen **12 Abende**
Mittwoch, 18.9. **20.15-21.15 Uhr** **49,- EUR**
SONJA SUFFNER

Yoga

1 9.2-P300 Hatha Yoga

Bitte mitbringen: Matte/Wolldecke, bequeme Kleidung, Wollsocken und evtl. Sitzkissen

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen,
Haus B-Musikraum **15 Abende**
Montag, 16.9. **18.00-19.30 Uhr** **99,- EUR**
MIRJANA STRAATMANN

1 9.2-P301 Hatha Yoga

Mitzubringen: Matte/Wolldecke, bequeme Kleidung, Wollsocken und evtl. Sitzkissen

Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen,
Haus B-Musikraum **15 Abende**
Montag, 16.9. **19.40-21.10 Uhr** **99,- EUR**
MIRJANA STRAATMANN

1 9.2-P302 Hatha Yoga

Mitzubringen: Matte/Wolldecke, bequeme Kleidung, Wollsocken und evtl. Sitzkissen

Georg-Koch-Halle, Leimen **15 Vormittage**
Montag, 16.9. **10.00-11.30 Uhr** **99,- EUR**
MIRJANA STRAATMANN

1 9.2-P303 Yoga für Fortgeschrittene

Hatha-Yoga ist die uralte indische Lehre und Praxis, durch bestimmte Übungen (Entspannungs-, Atem-, Konzentrations- und Bewegungsübungen) zu sich selbst zu finden, innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu erreichen und auf diesem Wege neue Kräfte für den Alltag zu gewinnen. Es hat sich vielfach erwiesen, dass Hatha-Yoga auch den stressgeplagten Europäern bei fachkundiger Vermittlung und richtiger Anwendung eine echte Lebenshilfe sein kann.

In diesem Kurs für Fortgeschrittene lernen die Teilnehmer sich richtig zu entspannen nach den Asanas ... es gibt immer eine Tiefenentspannung ... sehr individuell und immer anders bestückt ... im Vordergrund steht Freude und Spaß an den Übungen zu finden.

Es geht nicht um Perfektion, deshalb kann man sich jederzeit in diesen Kurs einklinken.

Wir freuen uns über alle Neuzugänge.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, evtl. Decke und Kissen

Fritz-Zugck-Halle -Aula **15 Abende**
Montag, 23.9. **19.00-20.30 Uhr** **99,- EUR**
MONIKA REICHENTHALER

TaiChiChuan

1 9.2-P309 TaiChiChuan

TaiChi ist eine alte chinesische Kampfkunst, die auf der Yin-Yang-Philosophie beruht und als „Meditation in Bewegung“ verstanden werden kann. Sie durchdringt das Körperliche, Psychische und Spirituelle zugleich. Durch Entspannungs-, Atem- und Bewegungsübungen wird der Mensch als Einheit von Körper und Geist angesprochen und rasch zu geistiger Ruhe, besserer Konzentrationsfähigkeit, größerer Ausgeglichenheit und damit zu gesteigertem Wohlbefinden geführt. Die ruhigen fließenden Bewegungsfolgen verbessern die Körperwahrnehmung und Haltung, vitalisieren das Bindegewebe des gesamten Körpers und fördern somit Beweglichkeit und Belastbarkeit. Kursziel ist das Kennenlernen der grundlegenden Prinzipien und Bewegungsabläufe im TaiChi sowie das schrittweise Erlernen der Kurzform nach Großmeister William C. C. Chen. Es wird im klassischen Yang-Stil nach Prof. Cheng Manching unterrichtet.

Mitzubringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe, etwas zum Trinken

Musikschulhaus Raum 3 **9 Abende**
Montag, 7.10. **18.30-20.00 Uhr** **58.50 EUR**
RALF KIEFER

1 9.2-P310 TaiChiChuan

TaiChi ist eine alte chinesische Kampfkunst, die auf der Yin-Yang-Philosophie beruht und als „Meditation in Bewegung“ verstanden werden kann. Sie durchdringt das Körperliche, Psychische und Spirituelle zugleich. Durch Entspannungs-, Atem- und Bewegungsübungen wird der Mensch als Einheit von Körper und Geist angesprochen und rasch zu geistiger Ruhe, besserer Konzentrationsfähigkeit, größerer Ausgeglichenheit und damit zu gesteigertem Wohlbefinden geführt. Die ruhigen fließenden Bewegungsfolgen verbessern die Körperwahrnehmung und Haltung, vitalisieren das Bindegewebe des gesamten Körpers und fördern somit Beweglichkeit und Belastbarkeit. Kursziel ist das Kennenlernen der grundlegenden Prinzipien und Bewegungsabläufe im TaiChi sowie das schrittweise Erlernen der Kurzform nach Großmeister William C. C. Chen. Es wird im klassischen Yang-Stil nach Prof. Cheng Manching unterrichtet.

Mitzubringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe, etwas zum Trinken

Musikschulhaus Raum 3 **5 Abende**
Montag, 13.1. **18.30-20.00 Uhr** **32.50 EUR**
RALF KIEFER

Fitness

1 9.2-P400 Aktives und sanftes Rückentraining an Geräten für Frauen und Männer (Anfänger und leicht Fortgeschrittene)

Dieser Kurs vermittelt dem Teilnehmer den korrekten und gleichzeitig behutsamen Umgang mit Fitnessgeräten bei leichten und mittleren Rückenschmerzen oder Verspannungen. Der Teilnehmer sollte keine akuten Rückenschmerzen wie z.B. einen Bandscheibenvorfall

oder ähnliche Schädigungen haben. Dieser Kurs dient ausschließlich zur Vorbeugung und Kräftigung des Rückens und ist kein Ersatz im Sinne therapeutischer Maßnahmen oder als Behandlung zu sehen. Die richtige Trainingstechnik, Do and Dont´s für den Rücken, Geräteeinstellung und Trainingsplanung gehören ebenso wie das richtige Aufwärmen und Stretching, zu den Inhalten dieses Kurses. Die einzelnen Geräte werden zu Beginn vom Kursleiter erklärt und die Funktionalität für die einzelnen Muskelgruppen erläutert. Haltung, Bewegungsabläufe und Atemtechnik werden während der Stunden stets kontrolliert und korrigiert. An 10 -12 Geräten werden in einem Zirkeltraining die verschiedenen Rückenmuskeln und die restlichen Muskeln des Körpers trainiert, so dass am Ende der Kursstunde der Teilnehmer ein wohliges Gefühl in der Muskulatur und eine Milderung der Rückenschmerzen verspürt.

Georg-Koch-Halle, Leimen **10 Abende**
Mittwoch, 18.9. **19.00-20.30 Uhr** **80,- EUR**
STEFAN SCHMITT

1 9.2-P401 Aktives und sanftes Rückentraining an Geräten für Frauen und Männer (Anfänger und leicht Fortgeschrittene)

Dieser Kurs vermittelt dem Teilnehmer den korrekten und gleichzeitig behutsamen Umgang mit Fitnessgeräten bei leichten und mittleren Rückenschmerzen oder Verspannungen. Der Teilnehmer sollte keine akuten Rückenschmerzen wie z.B. einen Bandscheibenvorfall oder ähnliche Schädigungen haben. Dieser Kurs dient ausschließlich zur Vorbeugung und Kräftigung des Rückens und ist kein Ersatz im Sinne therapeutischer Maßnahmen, oder als Behandlung zu sehen. Die richtige Trainingstechnik, Do and Dont´s für den Rücken, Geräteeinstellung und Trainingsplanung gehören ebenso wie das richtige Aufwärmen und Stretching, zu den Inhalten dieses Kurses. Die einzelnen Geräte werden zu Beginn vom Kursleiter erklärt und die Funktionalität für die einzelnen Muskelgruppen erläutert. Haltung, Bewegungsabläufe und Atemtechnik werden während der Stunden stets kontrolliert und korrigiert. An 10 -12 Geräten werden in einem Zirkeltraining die verschiedenen Rückenmuskeln und die restlichen Muskeln des Körpers trainiert, so dass am Ende der Kursstunde der Teilnehmer ein wohliges Gefühl in der Muskulatur und eine Milderung der Rückenschmerzen verspürt.

Georg-Koch-Halle, Leimen **7 Abende**
Mittwoch, 4.12. **19.00-20.30 Uhr** **56,- EUR**
STEFAN SCHMITT

1 9.2-P402 Pilates – Auf sanfte Weise zu mehr Stabilität

Pilates kombiniert die Vorteile von Yoga (Dehnung und Konzentration) und Leistungssport (Muskelkonditionierung und Ausdauertraining). Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden trainiert und gedehnt. Insbesondere wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Die Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben wird dadurch entscheidend verbessert. Steigerung der Trainingsintensität nach individuellen Voraussetzungen möglich.

Für wen ist Pilates? Pilates ist für Frauen und Männer aller Altersstufen.

Mitzubringen: Handtuch, etwas zu trinken

Georg-Koch-Halle, Leimen **19 Abende**
Dienstag, 17.9. **18.00-19.00 Uhr** **90,- EUR**
ELLEN EISENHAEUER



1 9.2-P403 Pilates – Auf sanfte Weise zu mehr Stabilität

Pilates kombiniert die Vorteile von Yoga (Dehnung und Konzentration) und Leistungssport (Muskelkonditionierung und Ausdauertraining). Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden trainiert und gedehnt. Insbesondere wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Die Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben wird dadurch entscheidend verbessert. Steigerung der Trainingsintensität nach individuellen Voraussetzungen möglich.

Für wen ist Pilates? Pilates ist für Frauen und Männer aller Altersstufen.

Mitzubringen: Handtuch und ein Getränk

Georg-Koch-Halle, Leimen **19 Abende**
Dienstag, 17.9. **19.15-20.15 Uhr** **90,- EUR**
ELLEN EISENHAUER

1 9.2-P404 Pilates – Auf sanfte Weise zu mehr Stabilität

Pilates kombiniert die Vorteile von Yoga (Dehnung und Konzentration) und Leistungssport (Muskelkonditionierung und Ausdauertraining). Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden trainiert und ge-

dehnt. Insbesondere wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Die Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben wird dadurch entscheidend verbessert. Steigerung der Trainingsintensität nach individuellen Voraussetzungen möglich.

Für wen ist Pilates? Pilates ist für Frauen und Männer aller Altersstufen.

Mitzubringen: Handtuch und ein Getränk

Georg-Koch-Halle, Leimen **19 Vormittage**
Mittwoch, 18.9. **10.00-11.00 Uhr** **90,- EUR**
ELLEN EISENHAUER

1 9.2-P405 Pilates – Auf sanfte Weise zu mehr Stabilität

Pilates kombiniert die Vorteile von Yoga (Dehnung und Konzentration) und Leistungssport (Muskelkonditionierung und Ausdauertraining). Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden trainiert und gedehnt. Insbesondere wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Die Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben wird dadurch entscheidend verbessert. Steigerung der Trainingsintensität nach individuellen Voraussetzungen möglich.

Seminar Wieblinger Weg 24/7
Berufliche 69115 Heidelberg
Fortbildung Tel. 06221 - 28565
e.V. Fax 06221 - 28568

Meisterkurse

Teil I und II

Fachpraxis und Fachtheorie

- Kraftfahrzeugtechniker
- Feinwerkmechaniker
- Metallbauer
- Installateur und Heizungsbauer
- Elektrotechnikermeister
- Friseur (Abendkurs)
- Maler
- Drucker, Mediengestalter
- Maurer
- Stuckateure
- Fotografen

Teil III und IV

wirtschaftliche und rechtliche Kenntnisse, Berufs- und Arbeitspädagogik)

– für alle Berufe

Aktuelle Termine finden Sie im Internet unter:
www.sbf-heidelberg.de

Fortbildung

Drucktechnik

- Anwendung des Programms „InDesign“
- Mappenvorbereitungskurs
- Illustrator

Sanitär und Heizungstechnik

- Elektrofachkraft für festgelegte Tätigkeiten im SHK-Handwerk
- Nachschulung Elektrofachkraft für festgelegte Tätigkeiten im SHK-Handwerk
- Schweißen von Stahlrohren
- Traineekurs Ölfeuerung
- Traineekurs Gasfeuerung
- Traineekurs Elektrotechnik
- Weichlöten von Titanzink

Nahrung

- Zuckerarbeiten
- Gelatinekurs
- Kuvertürekurs

Unterrichtsorte:

Johannes-Gutenberg-Schule Heidelberg
Ehrhart-Schott-Schule Schwetzingen
Hubert-Sternberg-Schule Wiesloch

Für wen ist Pilates? Pilates ist für Frauen und Männer aller Altersstufen.

Mitzubringen: Handtuch, etwas zum Trinken

**Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen,
Haus B-Musikraum** **18 Abende**
Freitag, 20.9. **17.30-18.30 Uhr** **85,- EUR**
ELLEN EISENHAUER

1 9.2-P406 Pilates – Auf sanfte Weise zu mehr Stabilität

Pilates kombiniert die Vorteile von Yoga (Dehnung und Konzentration) und Leistungssport (Muskelkonditionierung und Ausdauertraining). Verbindung von Übungen zur Steigerung der Konzentration, Koordination und Kondition. Die Muskeln werden trainiert und gedehnt. Insbesondere wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Die Nährstoffversorgung und Gesundheit von Muskeln, Nerven, Wirbelkörpern und Bandscheiben wird dadurch entscheidend verbessert. Steigerung der Trainingsintensität nach individuellen Voraussetzungen möglich.

Für wen ist Pilates? Pilates ist für Frauen und Männer aller Altersstufen.

Mitzubringen: Handtuch, etwas zu trinken

**Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen,
Haus B-Musikraum** **18 Abende**
Freitag, 20.9. **18.45-19.45 Uhr** **85,- EUR**
ELLEN EISENHAUER

1 9.2-P407 Ausgleichsgymnastik für Frauen

Ausgleichsgymnastik: Balance erhalten, fördern, oder erlernen. Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, An- und Entspannung, Koordination, Freude und Spaß. Wir wollen auf nichts davon verzichten und gemeinsam unsere Ziele erreichen.

Mitzubringen: Handtuch, Sportkleidung, etwas zum Trinken.

Georg-Koch-Halle, Leimen **19 Vormittage**
Mittwoch, 18.9. **8.45-9.45 Uhr** **90,- EUR**
ELLEN EISENHAUER

1 9.2-P408 Rücken-Zirkel

Gerätetraining kombiniert mit Koordinations- und Gymnastikübungen ergänzen sich zu einem effektiven Einstieg in das Kraft- und Ausdauertraining, zur Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit und besonders zur Vermeidung von Rückenproblemen.

Auch geeignet für Senioren.

Mitzubringen: Handtuch, Sportbekleidung und Sportschuhe.

Georg-Koch-Halle, Leimen **17 Nachmittage**
Dienstag, 17.9. **17.00-18.00 Uhr** **99,- EUR**

1 9.2-P409 Rückenfitness

Präventives, aktives Muskelaufbautraining um Rückenproblemen entgegen zu wirken. Durch gezieltes Training wird die Rückenmuskulatur gestärkt und Ihre Lebensqualität deutlich gesteigert. Die Rückenurse beinhalten Kraftausdauer und Muskeltraining sowie Haltungverbesserung und Stretching. Das Training erfolgt als Zirkeltraining an den Fitnessgeräten.

Mitzubringen: Handtuch, Sportbekleidung und Sportschuhe.

Georg-Koch-Halle, Leimen **17 Vormittage**
Freitag, 20.9. **8.45-9.45 Uhr** **87,- EUR**

1 9.2-P409Z Rückenfitness

Präventives, aktives Muskelaufbautraining um Rückenproblemen entgegen zu wirken. Durch gezieltes Training wird die Rückenmuskulatur gestärkt und Ihre Lebensqualität deutlich gesteigert. Die Rückenurse beinhalten Kraftausdauer und Muskeltraining sowie Haltungverbesserung und Stretching. Das Training erfolgt als Zirkeltraining an den Fitnessgeräten.

Mitzubringen: Handtuch, Sportbekleidung und Sportschuhe.

Georg-Koch-Halle, Leimen **17 Vormittage**
Freitag, 20.9. **10.00-11.00 Uhr** **87,- EUR**

1 9.2-P410 Tiefengymnastik-Callanetics

Ist nicht nur bewegen, sondern etwas Besonderes.

In diesem Kurs lernen Sie die tieferliegenden Muskelgruppen zu trainieren. Gerade diese sind verantwortlich für eine aufrechte Körperhaltung. Sie bekommen einige praktische Beispiele gezeigt mit verblüffenden Wirkungen. Die Bewegungen sind ein Mix aus erprobten und bewährten Übungen. Es werden sanfte und sehr kleine Bewegungen gemacht, die auf aktiviertem Beckenboden aufgebaut sind. Die Wirbelsäule wird nicht belastet, da wir keine ruckartigen Bewegungen machen. Der Körper wird geformt, gestrafft, das Bindegewebe besser durchblutet und mit Sauerstoff versorgt. Gleichzeitig verbessert sich die Beweglichkeit und die Gelenke werden geschmeidiger. Durch dieses Training der Tiefenmuskulatur und durch die anschließende Dehnung und Entspannung, werden Sie sich rundum wohler fühlen. Daher eignet es sich auch für sportlich ungeübte Menschen und für jedes Alter.

Mitzubringen: Handtuch, rutschsichere Gymnastikmatte, Sportkleidung, etwas zum Trinken.

**Geschwister-Scholl-Schule St. Ilgen,
Haus B-Musikraum** **14 Abende**
Mittwoch, 11.9. **19.00-20.30 Uhr** **98,- EUR**
DORIS HOFRICHTER

Aquajoggen/Aquaffit

1 9.2-P500 Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wiederbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **10 Termine**
Samstag, 21.9. **11.00-12.00 Uhr** **71,- EUR**
RAYK STECHOW

1 9.2-P500Z Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wie-

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**



derbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **8 Termine**
Samstag, 11.1. **11.00-12.00 Uhr** **56.80 EUR**
RAYK STECHOW

1 9.2-P501 Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wiederbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **10 Termine**
Samstag, 21.9. **12.00-13.00 Uhr** **71,- EUR**
RAYK STECHOW

1 9.2-P501Z Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wiederbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **8 Termine**
Samstag, 11.1. **12.00-13.00 Uhr** **56.80 EUR**
RAYK STECHOW

1 9.2-P502 Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wiederbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **10 Termine**
Dienstag, 17.9. **15.30-16.30 Uhr** **71,- EUR**
RUSCHA KOURIL

1 9.2-P502Z Aquajogging

Aqua-Jogging oder auch Deep Water genannt ist das Laufen im tiefen Wasser mit Hilfe des Aqua-Jogging-Gürtels der Ihnen den nötigen Auftrieb gibt.

Es ist eine äußerst effektive Methode zum Training von Herz, Kreislauf und Muskulatur. Aqua-Jogging ist für Ungeübte, sportliche Wiederbeginner und auch wassergewöhnte Nichtschwimmer geeignet. Besonders eignet es sich für Personen mit akuten Verletzungen, chronischen Gelenkerkrankungen und künstlichem Gelenkersatz.

Der Eintritt ins Hallenbad ist bereits in der Kursgebühr enthalten.

Hallenbad Leimen **8 Termine**
Dienstag, 7.1. **15.30-16.30 Uhr** **56.80 EUR**
RUSCHA KOURIL

Kreatives

1 9.2-V100 Comics und Manga zeichnen

Comiczeichnen und die japanische Variante Mangazeichnen haben gemeinsame Grundlagen. Mit Bleistift, Tusche und Pinsel entstehen Helden, Bösewichte, Feen und Zauberer.

Kursinhalt: Skizzieren, Vereinfachte Darstellung von Mensch und Tier, Licht und Schatten, Bewegung, Perspektive, Entwurf eigener Figuren. Vorlagen werden auch vom Dozenten zur Verfügung gestellt.

Mitzubringen: Papier, Bleistift, Spitzer u. Radiergummi

Turmschule Leimen **1 Tag**
Samstag, 23.11. **9.30-16.00 Uhr** **22.50 EUR**
CHRISTIAN SCHURA

1 9.2-V301 Keramik – für Anfänger und Fortgeschrittene –

Arbeiten mit Ton ist, neben der Malerei, eines der ältesten Gewerke der Kunstgeschichte in unserer Kultur.

Das Material „Ton“ und die erlernte Technik eignen sich ganz besonders die Kreativität und die künstlerischen Fähigkeiten zu verwirklichen. In diesem Kurs modellieren Sie in Aufbautechnik Gefäße, Schalen, plastische Objekte für Haus und Garten sowie Relief-Arbeiten. Die Verarbeitung und die Reaktion mit den vielfältigen Glasuren auf den verschiedenen Tonsorten und Brenntemperaturen sind nach dem Brand ein zusätzliches Erlebnis der „Keramischen Arbeit“. Gefördert und angeregt wird das Arbeiten in diesem Kurs auch durch Vorlagen und das Nachempfinden der Arbeiten renommierter Keramikünstler.

Turmschule Leimen **8 Abende**
Dienstag, 15.10. **19.15-21.30 Uhr** **77,- EUR**
HANNELORE HINRICHS

1 9.2-V400 Perlenketten gestalten, reparieren, verschönern

In diesem Kurs können Sie Ihre eigenen Perlen und Ketten verarbeiten, reparieren, neu aufziehen, neugestalten, kürzen, verlängern und neue Verschlüsse anbringen. Die Materialien sind Perlen aus Halb-Edelsteinen, Glas- und Zuchtperlen.

Die Verschlüsse sind aus Metall, Sterlingsilber (auch vergoldet) aller Art. Zwischenteile für Ihre Ketten sind aus echtem Silber (auch vergoldet). Alle Einzelteile können zur Ergänzung Ihrer Ketten und Armbänder bei der Kursleiterin erworben werden.

Arbeitsmaterialien sind ausreichend vorhanden.

Bitte rundes Plastikgefäß 10-12 cm mitbringen.

Realschule Leimen **1 Abend**
Mittwoch, 16.10. **17.45-21.30 Uhr** **17.50 EUR**
JULIA STRÄHLE

**Bitte beachten Sie
unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen!**

Dresden im Advent



Dresden – die barocke Elbmetropole gilt zu Recht als eine der schönsten Städte Deutschlands. Im Advent verwandelt sich der Dresdner Altmarkt in ein Weihnachtswunderland: Der Striezelmarkt ist über die Landesgrenzen hinaus als der wohl älteste Weihnachtsmarkt Deutschlands bekannt. Wir haben das begehrteste aller Adventswochenenden für Sie reserviert: zum Stollenfest. Freuen Sie sich auf zahlreiche weihnachtliche Höhepunkte!

Leistungen:

- Fahrt im modernen Reisebus mit WC
- 2 x Übernachtung
- 2 x Frühstück vom Buffet
- 1 x Abendessen im Hotel
- Stadtführung Dresden
- Führung der Stollenbäckerei Krause



Zusätzlich buchbare Leistungen:

- Glitzer-Schiffahrt am 06.12. inkl. 3-Gang-Menü 48,00 Euro p.P.
- Reiserücktrittversicherung 19,00 Euro p.P.

DZ 300,00 Euro p. P. / EZ 400,00 Euro p. P.

Es gelten die AGB's der Firma Dr. Augustin Studienreisen. Diese können unter <https://www.dr-augustin.de/reisebedingungen/> eingesehen bzw. werden Ihnen mit der Reiseanmeldung ausgehändigt.

Wyndham Garden Dresden: Das 4-Sterne Hotel liegt in einer ruhigen Gegend im Herzen von Dresden und bietet eine atemberaubende Aussicht auf die Stadt und die Umgebung. www.wyndhamhotels.com

[Anmeldung telefonisch](#)
bei der Stadtverwaltung Leimen, Frau Brand, Tel. 704-247



Stadtbücherei Leimen

Hohe Gasse 1
69181 Leimen

Telefon 06224/704-298
buecherei@leimen.de
www.leimen.de

Leitung: Irene Haag
Malte Gebhardt
Svetlana Dzubanisceva
Renate Pisch
Constanze Scherer-Mussel
Janine Bendel

Öffnungszeiten:

Mo	11.00 – 13.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr
Di	15.00 – 20.00 Uhr
Mi	geschlossen
Do	11.00 – 13.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr
Fr	14.00 – 17.00 Uhr



Anmeldung

Erwachsene melden sich persönlich unter Vorlage eines gültigen Personalausweises an und erhalten einen Benutzerausweis. Mit der Unterschrift auf der Anmeldung bestätigen Sie, dass Sie die Benutzerordnung einhalten werden.
Bei der Anmeldung von Kindern unter 16 Jahren ist die Anwesenheit und Unterschrift eines gesetzlichen Vertreters nötig.

Gebühren

Erwachsene: 10 Euro Jahresgebühr (beginnend mit der Ausleihe); Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr sind kostenfrei.
Metropol-Card: 24 Euro, ermöglicht die Nutzung in 34 öffentlichen Bibliotheken.



Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar

Anschriften der Hauptgeschäftsstellen

VHS Badische Bergstraße info@vhs-badische-bergstrasse.de	06201-99630	Luisenstraße 1 69469 Weinheim
VHS Buchen vhs-buchen@t-online.de	06281-51026	Kellereistraße 48 74322 Buchen
VHS Dossenheim vhs@vhs-dossenheim.de	06221-864555	Lessingstraße 11-13 69221 Dossenheim
VHS Eberbach-Neckarge. info@vhs-eberbach-neckargemuend.de	06271-946210	Bussemerstraße 2a 69412 Eberbach
VHS Edingen-Neckarh.	06203-808250	Rathaus/Bgm.Amt 68535 Edingen-Neckarhausen
VHS Heddesheim vhs@heddesheim.net	06203-101267	Unterdorfstraße 2 68542 Heddesheim
VHS Heidelberg vhs@vhs-hd.de	06221-9119-0	Bergheimer Straße 76-78 69115 Heidelberg
VHS Hockenheim info@vhs-hockenheim.de	06205-922650	Heidberger Straße 16a 68766 Hockenheim
VHS Ladenburg Vhs-ladenburg@t-online.de	06203-923200	Hauptstraße 39 68526 Ladenburg
VHS Leimen vhs@leimen.de	06224-704291	Rathausstraße 8 69181 Leimen
Mannheimer Abend- akademie und VHS info@abendakademie.mannheim.de	0621-1076-0	R 3, 13-15 68161 Mannheim
VHS Mosbach info@vhs-mosbach.de	06261-12077	Hauptstraße 96 74821 Mosbach
VHS Schriesheim- Wilhelmsfeld vhs-schriesheim@web.de	06203-692699	Schulgasse 1c 69198 Schriesheim
VHS Schwetzingen info@vhs-schwetzingen.de	06202-2095-0	Mannheimer Straße 29 68723 Schwetzingen
VHS Sinsheim info@vhs.sinsheim.de	07261-4455	Werderstraße 1 74889 Sinsheim
VHS Südliche Bergstraße info@vhs-suedliche-bergstrasse.de	06222-92960	Ringstraße 1 69168 Wiesloch



Anmeldung für VHS-Kurse in der Stadt Leimen

Für Anmeldung, Zahlung und Teilnahme sind die im derzeit gültigen Programm abgedruckten Teilnahmebedingungen verbindlich. – Ihre Angaben werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.



An die
Volkshochschule Leimen
Rathausstraße 8
69181 Leimen

Anmeldung für VHS-Kurse in der Stadt Leimen

Für Anmeldung, Zahlung und Teilnahme sind die im derzeit gültigen Programm abgedruckten Teilnahmebedingungen verbindlich. – Ihre Angaben werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.



An die
Volkshochschule Leimen
Rathausstraße 8
69181 Leimen