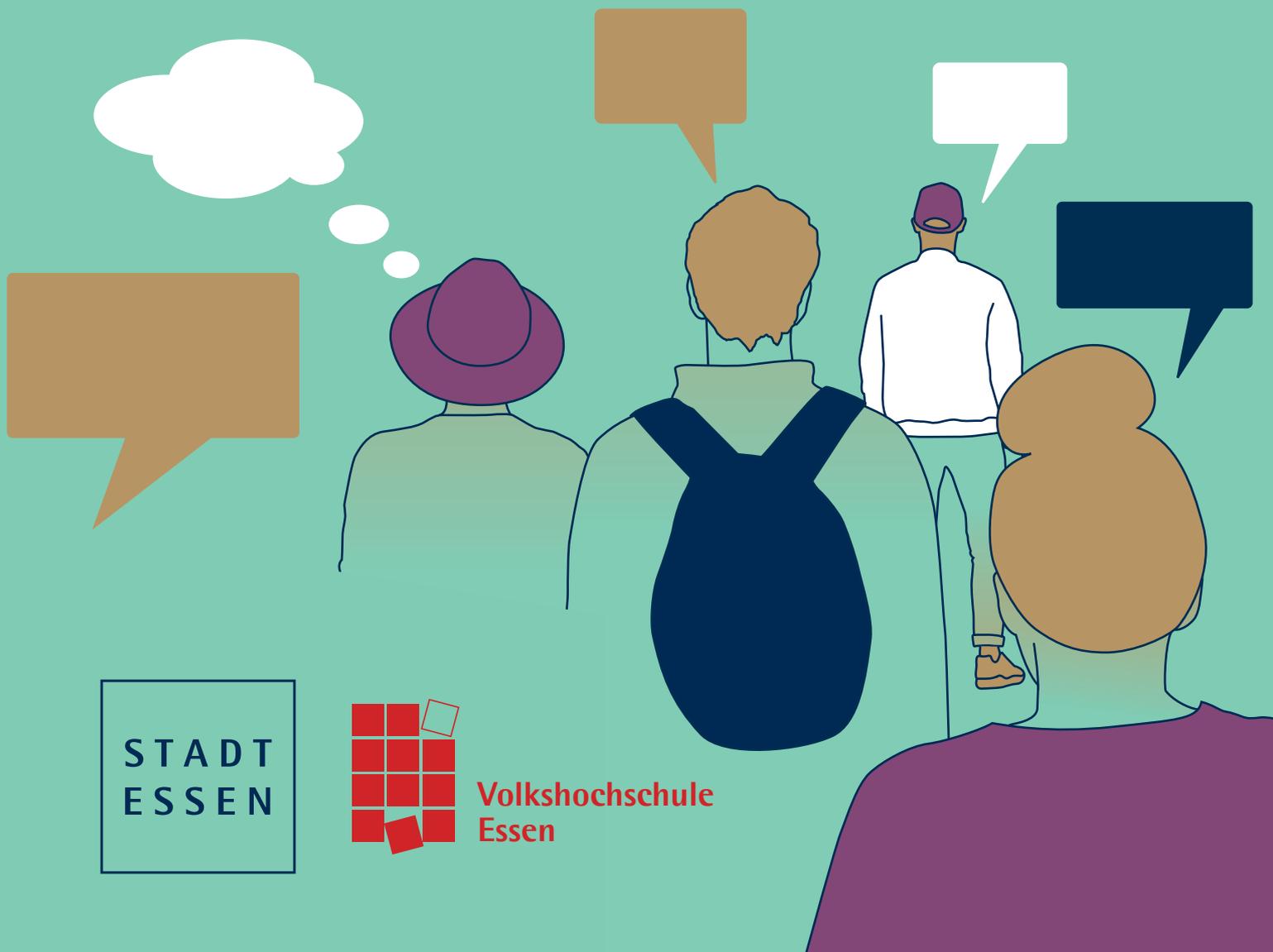
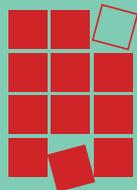


Semesterprogramm Frühjahr 2022

Schwerpunkt: Gesellschaft und Politik



STADT
ESSEN

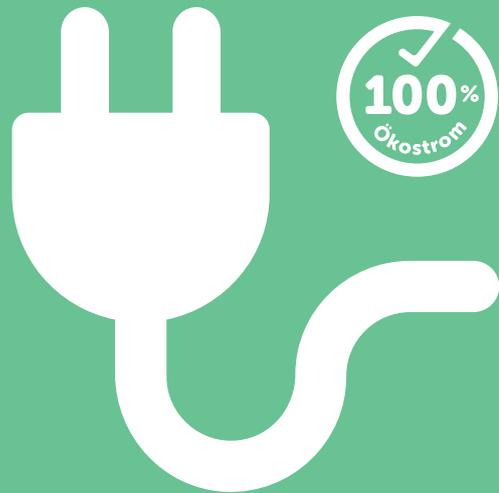


Volkshochschule
Essen

Mach's einfach

Ökostrom
für Essen

Einfach wechseln:
unter EssenStrom.de
oder 0201/800-3333



Stadtwerkessen
Wir sind Zuhause.

Wissen ist Macht – Wir helfen dabei!

„Das Private ist politisch!“ Der Ausspruch, der Studierende Ende der 1960er-Jahre mobilisierte, hallt bis in unsere Zeit hinein nach. Beispiele gefällig? Es ist nicht egal, ob sich die Monopolisten des Internets an unseren privatesten Daten bereichern, hier braucht es Aufklärung und politische Regulierung. Dave Eggers hat in seinem dystopischen Roman zur Machtübernahme der Datenkraken „The Circle“ den alten Sponti-Spruch ins Zynische verkehrt: „Das Private ist Diebstahl“. Tatsächlich geht es uns alle an, wenn die Betreiber sozialer Netzwerke nicht genug unternehmen, um Hass auf unsere Demokratie und auf Minderheiten im Netz zu unterbinden. Der Mord an dem Kasseler Regierungspräsidenten Walter Lübcke, der Sturm auf den Bundestag oder auf das Capitol in Washington haben einmal mehr gezeigt, welche krassen, ja mitunter tödlichen Folgen Hetze und Hass im Internet haben können. Genau darüber werden wir mit Nicole Diekmann, Hauptstadtkorrespondentin des ZDF, in der Gesprächsreihe „Reden von morgen“ an 8. Mai 2022 diskutieren.

Genauso wenig ist es egal, wenn jemand sich trotz der Corona-Impfung verweigert, weil er Verschwörungsgeschichten mehr Glauben schenkt als evidenzgesättigten Fakten. Die Impfentscheidung mag eine persönliche und damit private sein, aber sie bleibt nicht ohne Konsequenzen, sie ist politisch, weil sie die Verantwortung der Einzelnen gegenüber dem Gemeinwesen tangiert.

„Wissen ist Macht. Wir wissen nichts. Macht nichts.“ Auch dieser Sponti-Spruch machte einst Karriere – aber er hat an Witz verloren. Sich Dummstellen kann schlimme Folgen für uns alle nach sich ziehen. Es scheint wichtiger denn je, unsere politische Urteilskraft und unsere Handlungskompetenzen zu stärken. Politik ist Bürgerpflicht. Ein Desinteresse an Politik oder gar eine Politikverdrossenheit darf es schon deshalb nicht geben, weil wir durch unsere mündige Wahlentscheidung mitregieren. Das ist ein Recht, noch mehr aber eine Verantwortung, die wir für uns und andere tragen, für unser Heute und für unsere Zukunft.



Es gibt also gute Gründe, den Bereich „Politik und Gesellschaft“ als Schwerpunkt für das aktuelle Semester zu setzen. Eine Volkshochschule ist traditionell der geeignete Ort, um unabhängig von Herkunft und Geschlecht, von Weltansichten und Glaubensbekenntnissen darüber zu diskutieren, wie wir leben wollen. Eine Demokratie braucht diesen dauernden Diskurs. Ohne engagierte, urteilsfähige und politisch gebildete Bürgerinnen und Bürger kann eine Demokratie nicht funktionieren. Traditionell leisten die Volkshochschulen mit ihren offenen Bildungsangeboten hierzu einen wichtigen Beitrag. Und wir haben starke Partner in der Stadt, die uns dabei unterstützen: Das Essener Friedensforum, die Alte Synagoge, die „Initiative Transition Town – Essen im Wandel“ oder auch Exile e. V., ein Verein, mit dem wir uns auf den Spuren des Kolonialismus in Essen bewegen wollen. Dabei geht es uns nicht um Meinungsmache, sondern um Bildung. Fundiertes Wissen ist eine gute Grundlage für politisches Handeln. Wir helfen dabei!

Michael Imberg
Direktor

Stadt Essen
Volkshochschule Essen
Burgplatz 1
45127 Essen

Unsere Hotline
0201 88-43100

Fax: 0201 88-43003
E-Mail: info@vhs.essen.de
Internet: www.vhs-essen.de

WIR SIND FÜR SIE DA

Öffnungszeiten

montags bis freitags von
8.30 bis 22.15 Uhr,
in den Schulferien bis 15 Uhr.

An den gesetzlichen Feiertagen, am Rosenmontag
und in der Zeit vom 18. Juli bis 5. August ist die
VHS geschlossen.

Auskünfte / Anmeldungen

an der Infotheke im Foyer montags bis freitags
von 8.30 bis 20.30 Uhr oder
in den Service-Teams montags bis donnerstags
von 10 bis 12 Uhr und von
14 bis 16 Uhr, freitags von
10 bis 12 Uhr.

Fachberatungen

donnerstags von 17 bis 19 Uhr (außer in den
Schulferien); zusätzliche Beratungszeiten finden
Sie zu Beginn des jeweiligen Programmbereichs.

SO MELDEN SIE SICH AN

Online

unter www.vhs-essen.de

Schriftlich

Ihre Anmeldekarte finden Sie am Ende dieses
Programmheftes.

Persönlich

in den Service-Teams montags bis donnerstags
von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 16 Uhr,
freitags von 10 bis 12 Uhr oder
mit Fachberatung (siehe linke Spalte).

Weitere Informationen zur Anmeldung
erhalten Sie in den allgemeinen Geschäfts-
bedingungen (ab Seite 170) und auf
unserer Internetseite unter
www.vhs-essen.de.



DIE VHS OHNE BARRIEREN



(G)ehbehinderung



(S)ehbehinderung



(H)örbehinderung



Ohne Barrieren

Januar 2022						
M	D	M	D	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Februar 2022						
M	D	M	D	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

März 2022						
M	D	M	D	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

April 2022						
M	D	M	D	F	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Mai 2022						
M	D	M	D	F	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Juni 2022						
M	D	M	D	F	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Juli 2022						
M	D	M	D	F	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

August 2022						
M	D	M	D	F	S	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

**Wir sind auch am
Wochenende für Sie da ...**

22. und 23. Januar
5. und 6. März
2. und 3. April
7. und 8. Mai
11. und 12. Juni

Alle Veranstaltungen zum offenen
Wochenende finden Sie
unter www.vhs-essen.de
(Kurse und Veranstaltungen
> Besondere Angebote
> Wochenendseminar)

Unterrichtsfreie Tage:

3. bis 7. Januar
Weihnachtsferien

11. bis 22. April
Osterferien

27. Juni bis 9. August
Sommerferien

Die VHS ist geschlossen am:

1. Januar und 28. Februar
Neujahr und Rosenmontag

15. und 18. April
Karfreitag und Ostermontag

26. Mai
Christi Himmelfahrt

6. und 16. Juni
Pfingstmontag und Fronleichnam

18. Juli bis 5. August
Sommerferien

Sämtliche Termine haben wir für Ihre Planung im Kalender eingetragen.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN		3 NATUR, MENSCH UND GESUNDHEIT	
Vorwort	1	3A Lebenshilfe / Gedächtnistraining	66
Anmeldung und Termine	2	3C Gesundheit / Medizin	67
Inhaltsverzeichnis	4	3D Entspannung / Bewegung	72
Stichwortverzeichnis	5	3E Umwelt / Natur	76
Junge VHS – Übersicht	6		
Bildungsurlaube – Übersicht	7	4 SPRACHEN	
Allgemeine Geschäftsbedingungen	170	GRUNDBILDUNG / GEBÄRDENSPRACHE	
Datenschutz und Widerrufsbelehrung	172	4A Alphabetisierung und Rechtschreibung für Deutschsprachige	84
Qualitätspartnerschaften	173	4D Gebärdensprache	85
Anfahrtsbeschreibungen	174	DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE	
Ihre Fragen beantworten	176	4E Alphabetisierung / A1 bis B1	89
Impressum	179	4F B1+ bis C2 / Integrationskurse / Prüfungen	92
		FREMDSPRACHEN	
1 GESELLSCHAFT		4G Englisch	101
1A Politik / Bürgerschaftliches Engagement	10	4H Französisch	109
1B Geschichte	14	4K Italienisch	111
1C Soziologie / Philosophie	16	4M Bosnisch / Kroatisch / Serbisch	114
1D Verbraucherfragen	17	4N Niederländisch	114
		4P Portugiesisch	117
2 KUNST UND KULTUR		4Q Russisch	118
2A Exkursionen	28	4S Spanisch	118
2B Länderkunde	34	4T Türkisch	126
2C Kunst / Kunstgeschichte / Architektur	37		
2D Plastisches und Textiles Gestalten	38	5 EDV / IT, BERUF UND WIRTSCHAFT	
2E Design / Fotografie	41	5A Tastschreiben / EDV Grundlagen / IT	131
2F Malen / Zeichnen / Gestalten	46	5C Rhetorik / Schlüsselqualifikationen	146
2G Musik		5D Managementtechniken	157
2H Tanz			
2J Theater / Literatur			
		6 SCHULABSCHLÜSSE	
			164

- Allgemeine Geschäftsbedingungen 172
 Alphabetisierung 84, 89, 96
 Alte Geschichtssprachen 15
 Anlagetrends 18
 Arbeitsplätze vor Ort 33
 Astronomie 77
 Ausbildereignungsprüfung (IHK) 155
 Aus der Ferne – aus der Nähe 34
 Ausstellungen 41
Ballett 58
 Beratung zur beruflichen Entwicklung 130
 Berufliche Potenziale entfalten 153
 Berufsbezogene Sprachförderung 95
 Bewegung 75
 Bildungsurlaube 7
 Bildungsscheck 162
 Bosnisch/Kroatisch/Serbisch 114
 Bürokommunikation 137
 Büromanagement 159
 Bürosoftware 135
 BUND 76
 Burnout 72
 CAD 141
 Café philosophique 17
 China 35
 Chöre 55
Datenschutzhinweis 174
 Design 41
 Deutsch als Fremdsprache 90, 92
 Digital im Alltag 132, 138
 Digitalisierung 166
 Drucken 46
 EDV-Einsteiger 132
 Einbürgerungstests 10
 Elektroautos 20
 England 36
 Englisch 101
 Ensembles 55
 Entspannung 72
 Erinnerungsorte 32
 Essener Friedensforum 13
 Essener Streifzüge 22
 Ethischer Tanz 61
 Europäischer Referenzrahmen 88, 100
 Excel 135, 136
 Fachoberschulreife 166
 Faschismus 14
 Finanzbuchführung 160
 Fotografie 42
 Frankreich 36
 Französisch 109
 Gartenforum Essen 76
 Gebärdensprache 85
 Gedächtnistraining 66
 Geologie 77
 Geschenkgutscheine (VHS) 169
 Geschichte 14
 Gesellschaftstanz 59
 Gesund durch Bewegung 75
 Griechenland 36
 Grundbildung 84
 Gruppenunterricht Musik 55
Hauptschulabschluss 166
 Home-Office 138
 Immobilien 19
 Indien 14
 Integrationskurse 95
 Israel 34
 Italien 36
 Italienisch 111
 Jazz 52
 Junge VHS 6
Kalter Krieg 14
 Kaufmännische Praxis 159
 Klassik 52
 Kolonialismus 29
 Kommunikation 146
 Kreatives Schreiben 63
 Kryptowährungen 145
 Kuba 35
 Künstliche Intelligenz 145
 Kunstbetrachtung 37
Länderkunde 34, 101
 Latein 15
 Leben in Deutschland 96
 Lebenshilfe 66
 Literatur 14, 63
Malerei 47
 Managementtechniken 157
 Mediation 156
 Meditation 72
 Medizinische Themen 67
 Mittelalter 14
 Montessori-Diplom 155
 Musikalische Veranstaltungen 58
 Musikworkshops 52
Nachhaltigkeit 154
 Naturkundliche Exkursionen 28
 Netzwerktechnik 141
 Neue Galerie 41
 Niederländisch 114
Pakistan 35
 Palliativforum 66
 Patientenverfügung 21
 Pflegeversicherung 71
 Philosophie 16
 Plastisches Gestalten 38
 Politik 10
 Portugiesisch 117
 Präsentationen 137
 Professor-Eggers-Lehrgang 166
 Programmieren 142
Qualitätspartnerschaften der VHS 175
Ratgeber Geld 18
Ratgeber Recht 20
 Reden von Morgen 12
 Rente 19
 Rhetorik 146
 Ruhrgebiet 28, 31, 44
 Russisch 118
Schlafen 70
 Schmuckdesign 38
 Schöffenamtsamt 22
 Schulabschlüsse 166
 Selbstorganisation 66
 Selbstverteidigung 74
 Smartphones und Tablets 134
 Soziale Kompetenzen für den Beruf 149
 Soziologie 16
 Spanisch 118
 Stadtgänge 29
 Stadtteilgeschichte 15
 Stimmbildung 55
 Studienreisen 34
 Studium Kulturelle 37
Tabellenkalkulation 135
 Tanz 58, 60
 Tastschreiben am PC 131
 telc Zertifikat 92, 93, 97
 Textiles Gestalten 40
 Textverarbeitung EDV 135
 Theater 62
 Tibet Initiative Deutschland 13
 Train the Trainer 154
 Transition Town 10
 Türkisch 126
Umwelt 76
 Urban Sketching 51
 USA 34
Verbraucherfragen 17
 Vereinswesen 23
 Völker – Horizonte – Sprachen 36
Webseiten 141
 Widerrufsbelehrung 174
 Wirtschaftsmediation 22
 Yoga 72
Zeichnen 48, 50
 Zweiter Bildungsweg 168

Junge VHS!

Stadt Essen · Volkshochschule · Burgplatz 1 · 45127 Essen · Hotline: 0201 88-43100 · E-Mail: info@vhs.essen.de

Seite 53 **Cajon Workshop**
Sa, 11. Juni, 9 – 15:30 Uhr, 45 €
Ort: VHS, Stadtmitte

Seite 84 **Sicherheit im Umgang mit der deutschen Rechtschreibung**
Schwerpunkt: Grammatik und Rechtschreibung
Mi, 10 Termine, Beginn 23. Februar, 18 – 19:30 Uhr, 48 €
Ort: VHS, Stadtmitte

Seite 84 **Schwerpunkt: Zeichen- und Kommasetzung**
Mi, 4 Termine, Beginn 25. Mai, 18 – 19:30 Uhr, 20 €
Ort: VHS, Stadtmitte

Veranstaltungen exklusiv für Euch!
Infos und Anmeldung unter
www.vhs-essen.de

Die angegebenen Kursentgelte sind bereits um den Schülerrabatt von 30% ermäßigt.

Seite 131 **10-Finger-Tastschreiben Basics**
(für Schüler/-innen von 11 – 17 Jahren)
Di, 4 Termine, Beginn 8. März, 15:45 – 17:45 Uhr, 52 €
Ort: VHS, Stadtmitte

Seite 131 **Osterferienkurse:**
Mo - Do, 11. - 14. April, 10 – 12 Uhr, 52 €
Mo - Do, 11. - 14. April, 12.30 – 14.30 Uhr, 52 €
Ort: Bildungspark Essen

Seite 131 **Praktikumsberichte und Facharbeiten mit MS Word layouts**
Sa, 5. März, 11 – 15 Uhr, 17, 17 €
Ort: VHS, Stadtmitte

Seite 146 **Basics der Rhetorik für Jugendliche**
Sa/So, 07./08. Mai, 10 – 16 Uhr, 32 €
Ort: VHS, Stadtmitte



Bildungsurlaub

Ruhrgebiet im Wandel

Siehe Bildungsurlaub 221.2A123N, S. 32

Ruhrgebiet im Wandel

Siehe Bildungsurlaub 221.2A125N, S. 32

Lightroom

Siehe Bildungsurlaub 221.2E010R, S. 41

Digitale Fotografie

Siehe Bildungsurlaub 221.2E012R, S. 41

Kommunikation

Siehe Bildungsurlaub 221.3C322B, S. 71

Mit Konflikten erfolgreich umgehen

Siehe Bildungsurlaub 221.3C324B, S. 71

Lebensmuster und Schattenthemen verwandeln

Siehe Bildungsurlaub 221.3C326B, S. 71

Mit Ruhe und Gelassenheit gesund durch den Alltag

Siehe Bildungsurlaub 221.3C328B, S. 71

Stark gegen Stress und Burnout

Siehe Bildungsurlaub 221.3C320B, S. 72

English Refresher B1 Business – Boot Camp (1. Hälfte)

Siehe Bildungsurlaub 221.4G122E, S. 101

English Refresher B1 Business – Boot Camp (2. Hälfte)

Siehe Bildungsurlaub 221.4G124E, S. 101

English Refresher B2 Business – Boot Camp (1. Hälfte)

Siehe Bildungsurlaub 221.4G130E, S. 102

English Refresher B2 Business – Boot Camp (2. Hälfte)

Siehe Bildungsurlaub 221.4G132E, S. 102

English for Socialising and Small Talk

Siehe Bildungsurlaub 221.4G140E, S. 102

Niederländisch I

Siehe Bildungsurlaub 221.4N001M, S. 114

Niederländisch I

Siehe Bildungsurlaub 221.4N002M, S. 114



Niederländisch III

Siehe Bildungsurlaub 221.4N008M, S. 114

Spanisch I

Siehe Bildungsurlaub 221.4S001H, S. 119

Office Grundlagen

Siehe Bildungsurlaub 221.5A304H, S. 135

Tabellenkalkulation mit MS Excel

Siehe Bildungsurlaub 221.5A350H, S. 136

Tabellenkalkulation mit MS Excel

Siehe Bildungsurlaub 221.5A352H, S. 136

Excel – Pivot Tabellen

Siehe Bildungsurlaub 221.5A354H, S. 137

VBA

Siehe Bildungsurlaub 221.5A360H, S. 137

Analyse und Visualisierung von Daten mit Power BI

Siehe Bildungsurlaub 221.5A370H, S. 137

AutoCAD

Siehe Bildungsurlaub 221.5A474H, S. 141

HTML & CSS

Siehe Bildungsurlaub 221.5A512H, S. 141

WordPress

Siehe Bildungsurlaub 221.5A556H, S. 142

JavaScript

Siehe Bildungsurlaub 221.5A632H, S. 143

Python

Siehe Bildungsurlaub 221.5A642H, S. 144

Data Analytics & machine learning – Python für Fortgeschrittene

Siehe Bildungsurlaub 221.5A645H, S. 145

Intensivkurs praktische Rhetorik

Siehe Bildungsurlaub 221.5C009K, S. 147

Die Macht der Stimme: Stimm- und Sprechtraining für Beruf und Alltag

Siehe Bildungsurlaub 221.5C013K, S. 147

So machen Sie Eindruck: Stimme – Sprechen – Körpersprache

Siehe Bildungsurlaub 221.5C015K, S. 147

Mit NLP zu mehr beruflichem Erfolg

Siehe Bildungsurlaub 221.5C041K, S. 149

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Siehe Bildungsurlaub 221.5C043K, S. 150

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Siehe Bildungsurlaub 221.5C045K, S. 150

Der Typ nervt mich! – Rhetorische Kommunikation mit schwierigen Menschen

Siehe Bildungsurlaub 221.5C047K, S. 150

Stand.Punkt! Standpunkte vertreten und Gespräche gekonnt meistern

Siehe Bildungsurlaub 221.5C066K, S. 152

Mitarbeiter führen, Partizipation fördern

Siehe Bildungsurlaub 221.5C073K, S. 152

Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung (IHK)

Siehe Bildungsurlaub 221.5C285K, S. 155

Einführung in die Mediation: Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?

Siehe Bildungsurlaub 221.5C470K, S. 156

Projektmanagement – Realisieren von Projekten im Team

Siehe Bildungsurlaub 221.5D059K, S. 159

Grundlagen der Finanzbuchführung – beim TEST-Sieger gelernt

Siehe Bildungsurlaub 221.5D281K, S. 159

Grundlagen der Lohn- und Gehaltsbuchführung

Siehe Bildungsurlaub 221.5D285K, S. 160

Gesellschaft

Inhaltsverzeichnis:

1A POLITIK / BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT		1B GESCHICHTE	
Einbürgerungstests	10	Geschichte	14
Politik	10	Alte Geschichtssprachen	15
Reden von Morgen	12	Stadtteilgeschichte	15
Essener Friedensforum	13	1C SOZIOLOGIE / PHILOSOPHIE	
Tibet Initiative Deutschland	13	Soziologie	16
		Philosophie	16
		Café Philosophique	17
		1D VERBRAUCHERFRAGEN	
		Verbraucherfragen	17
		Ratgeber Geld	18
		Ratgeber Recht	20

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Nikolaos Georgakis

Politik / Bürgerschaftliches Engagement • Geschichte • Soziologie / Philosophie

Programmbereichsleiter:

Nikolaos Georgakis
Raum 5.25
☎ 0201 88-43215
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10.30-12.30 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Annette Volmer
Raum 5.34
☎ 0201 88-43102
annette.volmer@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

Service Einbürgerungstests:

Gabriele Ojstersek
Raum 5.30
☎ 0201 88-43206
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de

Anmeldungen
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 10-12 Uhr
donnerstags 14-16 Uhr



Dr. Reimund Evers

Wirtschaft / Verbraucherfragen • Recht

Programmbereichsleiter:

Dr. Reimund Evers
Raum 4.18
☎ 0201 88-43202
reimund.evers@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags von 10-12 Uhr
donnerstags von 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Annette Volmer
Raum 5.34
☎ 0201 88-43102
annette.volmer@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

1

2

3

4

5

6

1A POLITIK / BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

EINBÜRGERUNGSTESTS

Seit 2008 müssen Einbürgerungsbewerber/-innen über Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verfügen. Diese Kenntnisse werden durch einen Einbürgerungstest nachgewiesen. Vor Beantragung des Tests sollte eine Beratung im Ausländer-/Einbürgerungsamt der Stadt Essen erfolgen, Schederhofstraße 45, Tel. 0201 88-32720. Dort gibt es auch das Antragsformular für den Einbürgerungstest. Anschließend erfolgt die Test-Anmeldung nur in der Volkshochschule, mittwochs 10 bis 12 Uhr und donnerstags 15.30 bis 17.30 Uhr (nicht in den Schulferien!).

Folgende Testtermine sind für den Semesterbeginn bisher geplant:

2. und 18. Februar sowie 5. und 12. März.

Bitte bringen Sie für die Test-Anmeldung spätestens drei Wochen vor Testtermin Ihren Pass sowie die Kostenpauschale von 25 € mit. Die Terminzusage für einen Test erfolgt, solange Plätze frei sind.

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich schlau - es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/beruf



POLITIK

Politik aktuell

Die Informationsflut in Presse, Radio, Internet und Fernsehen wird immer unübersichtlicher. Von der Oberfläche der Schlagzeilen, Bilder und Talkshow-Debatten bis zur Bildung einer fundierten Meinung ist da ein weiter Weg. Hierbei will „Politik aktuell“ helfen, um:

- Wichtiges herauszufiltern
- Hintergründe aufzuhellen
- Zusammenhänge herzustellen
- versteckte Wertungen aufzudecken
- eigene Meinungen in der Diskussion zu erproben.

Der Kurs lässt Sie in der Bewertung aktueller politischer Diskussionen nicht allein, sondern hilft Ihnen, die für eine Urteilsfindung wichtigen Bewertungsmaßstäbe zu erhalten.

- **221.1A000N** Günter Maultzsch-Freundlieb
Donnerstag, 10. Februar, 24. Februar, 10. und 24. März, 7. April, 5. und 19. Mai, 2. Juni, jeweils 18:20-19:50 Uhr, 16 Ustd., 14 €, VHS



Transition Town – Essen im Wandel! Treffpunkt für Stadtveränderungen!

Gemeinsam. Engagiert. So ist die Initiative „Transition Town – Essen im Wandel!“ in Essen mit mehreren Arbeitsgruppen aktiv. Wir wollen gemeinschaftlich unseren Lebensraum gestalten, lokal handeln, die Stadt(gesellschaft) verändern hin zu ökologischer Nachhaltigkeit in allen Bereichen: In Gemeinschaftsgärten Lebensmittel anbauen, durch eine Dokumentarfilmreihe Bildung zur ökologisch-nachhaltigen Entwicklung fördern und mit dem Essener Lebensmittelführer und dem Handbuch „Nachhaltige Nachbarschaft“ die regionalen Arbeits- und Wirtschaftskreisläufe beleben. Um „Reparieren statt Wegwerfen“ geht es in den Repaircafés in Rütten-scheid und Katernberg, um Müllvermeidung und kreative Projekte in der Arbeitsgruppe „Zero Waste – kein Müll!“

Bei unseren Gesamttreffen an jedem dritten Dienstag im Monat in der VHS wird der Blick immer wieder auf Gesamtzusammenhänge gerichtet und darauf, was wir alle sofort tun können. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen und alle Vorschläge und Ideen sind willkommen. Moderieren werden Mitglieder des Transition-Town-Teams.

Für Neuinteressierte: Am 15. Februar findet von 18.15-20:15 Uhr ein Transition-Town-Kennenlernabend statt.

- **221.1A002N** Verschiedene Moderatoren des Transition-Town-Teams
Dienstag, 15. Februar, 15. März, 17. Mai, 21. Juni, jeweils 18:15-20:30 Uhr, entgeltfrei, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.



**REVIER
HELI**



Rabattaktion:

**Mit dem Gutschein-Code:
VHSESSEN erhalten sie 15%
Rabatt auf alle Bestellungen.
Den Code können Sie bei
Ihrer Bestellung im Online-
shop angeben.**



www.revierheli.de

Starten Sie vom Flughafen Essen-Mülheim

Wir beraten Sie auch telefonisch unter: 0208/59436673

Zehn Jahre „Transition Town – Essen im Wandel“ – Wir feiern!

Zum zehnjährigen Bestehen der Essener Transition-Initiative werden wir nach einer kurzen Einführung die Arbeit und Aktivitäten der letzten zehn Jahre darstellen und gemeinsam in die Zukunft blicken: Was bisher geschah, in welcher Weise die verschiedenen Arbeitsgruppen sich eingesetzt haben und wie es weitergeht. Nach kreativen Aktionen, Spielen, Austausch und freudigem Beisammensein wollen wir uns wie am 22. März 2012, vor zehn Jahren, schließlich den Film „In Transition 1.0“ anschauen (ab 19:00 Uhr). Gerne heißen wir alle Interessierten herzlich willkommen!

- **221.1A003N** Transition-Town-Team
Dienstag, 22. März, 17:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Transition Town Essen – Filmabend mit Filmgespräch: „Farmer John – Mit Mistgabel und Federboa“

In sehr intimen Interviews, ausdrucksstarken Bildern und dank einer 50-jährigen Familiengeschichte von Filmdokumenten erzählt Regisseur Taggart Siegel die bewegende, berührende und intensive Lebensgeschichte des Farmers John Peterson und seines Hofes „Angelic Farm“. In der ländlichen Heimat gilt er auch wegen seiner künstlerischen Ader als Außenseiter. Er stemmt sich – in dritter Generation den Hof der Familie bearbeitend – gegen Wirtschaftskrisen und das große Farmensterben. Persönliche und wirtschaftliche Zäsuren bringen ihn mehrmals an den Rand des Ruins. Doch seine Wertschätzung für das Land geben ihm Kraft und Mut, ein neues Kapitel aufzuschlagen. Heute ist der Hof „Angelic Organics“ eine der größten „Community supported agriculture“ Farmen (solidarische Landwirtschaft) in den USA.

- **221.1A004N** Anna Waterkotte
Mittwoch, 9. Februar, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Transition Town Essen – Filmabend mit Filmgespräch: „Das Wunder von Wörgl“

„Das Wunder von Wörgl“ ist ein Drama aus dem Jahr 2018 von Urs Egger mit Karl Markovics, Verena Altenberger und Gerhard Liebmann. 1932 ist die Wirtschaftskrise in Deutschland auf einem ihrer Höhepunkte. Aber in der Gemeinde Wörgl ist alles anders. Dort hat es der Bürgermeister geschafft, die Arbeitslosigkeit gegen null zu treiben, die Not der Bürger zu lindern und alle glücklich zu machen. Die Öffentlichkeit staunt und andere Gemeinden blicken neidisch auf den Ort. Die Regierung sieht das allerdings anders. Sie und die Staatsbank halten den Bürgermeister für eine Bedrohung. Er könnte das ganze System zum Einsturz bringen.

- **221.1A005N** Dr. Susanne Wiegel / Heinz Baumeister
Montag, 4. April, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Transition Town Essen – Filmabend mit Filmgespräch in Kooperation mit der Arbeitsgruppe Gemeinwohlökonomie „Hinterm Deich wird alles gut“

Hoch im Norden, an der wilden Westküste Nordfrieslands, verschreiben sich drei kleine Dörfer der Gemeinwohlökonomie. Hier geht es um gesellschaftliche Werte statt um Profit, um Kooperation statt um Konkurrenz, um Nachhaltigkeit der Produkte statt um das billigste Angebot. Geld ist nur noch Mittel zum Zweck und der Zweck das Gemeinwohl: Menschenwürde. Gleichberechtigung. Nachhaltigkeit. Klima- und Artenschutz. Ein lebendiges Porträt der Macher mit ihren Dörfern und am Ende einem erstaunlichen Höhenflug. Statt Gegenwarts-kritik konkrete Zukunftsgestaltung.

- **221.1A006N** Ulrike Rittmann / Ursula Diallo / Elizabeth Rasche
Donnerstag, 28. April, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

REDEN VON MORGEN

„Die Zeiten ändern sich...“ Diese allgemeingültige Aussage hatte in der Vergangenheit immer eine hoffnungsvolle Aussicht, dass Veränderung Fortschritt bedeutet. Doch heute im Zeitalter der Globalisierung und Finanzkrisen ändert sich alles und niemand weiß, ob es besser oder noch schlechter wird. Reformen werden überall gefordert, doch Visionen fehlen.

REDEN VON MORGEN stellt namhafte Vertreter aus den Bereichen Kunst, Politik, Wissenschaft, Presse, Theologie und Wirtschaft vor, die noch Visionen haben. Ihre REDEN VON MORGEN eröffnen Perspektiven für die Zukunft.

Das vollständige Veranstaltungsprogramm ist nach Fertigstellung abrufbar unter www.vhs-essen.de

Nicole Diekmann: „Die Shitstorm-Republik – Wie Hass im Netz entsteht und was wir dagegen tun können“ (Lesung & Gespräch)

Im Auge des Zorns: Nicole Diekmann, Hauptstadt-korrespondentin des ZDF, zeigt in ihrem Buch „Die Shitstorm-Republik“, wie Politik und Journalismus dazu beigetragen haben, dass Facebook, Twitter & Co kaum etwas gegen den Mob unternehmen, der das Netz mit Hass flutet. Dabei ist spätestens seit dem kaltblütigen Mord am CDU-Politiker Walter Lübcke durch einen Neonazi im Sommer 2019 klar: Die sozialen Netzwerke sind brandgefährlich – ob wir sie nutzen oder nicht. Der Hass und die Hetze von dort schwappen längst über in unseren Alltag. Was können wir dagegen tun? Wer steckt hinter solchen Kampagnen? Wie werden sie inszeniert? Welche Ziele sollen damit erreicht werden? Und was muss getan werden, damit Einschüchterung und Gewalt keine Chance mehr haben?

Nicole Diekmann schildert in ihrem aktuellen Bestseller, wie sich ein enorm brutaler Shitstorm am eigenen Leib anfühlt, warum die Öffentlichkeit die Netzwerke noch immer unterschätzt und wie die Tech-Riesen ungehemmt Profit daraus schlagen. Wir wollen im Gespräch mit der erfahrenen Journalistin aber auch wissen: Gibt es Wege aus dieser für unsere Demokratie so riskanten Entwicklung?

Nicole Diekmann studierte Politik, Sozialwissenschaften und Geschichte in Hamburg und Münster und besuchte im Anschluss die deutsche Journalistenschule in München. Sie ist Hauptstadt-korrespondentin des ZDF und Kolumnistin bei t-online.

- **221.1A012N** Nicole Diekmann
Sonntag, 8. Mai, 15:20-16:50 Uhr, entgeltfrei, VHS

BILDUNGSURLAUB – IHRE CHANCE

Die Volkshochschule Essen führt Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz durch. Dieses Gesetz eröffnet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern das Recht, bei Fortzahlung ihrer Bezüge zur Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr von der Arbeit für berufliche und politische Weiterbildung freigestellt zu werden.

Weitere Informationen finden Sie auf S. 7

ESSENER FRIEDENSFORUM (EFF)

Das Essener Friedensforum ist ein Bündnis von Einzelpersonen und Organisationen, das Krieg als Mittel der Politik ablehnt und sich für friedliche Konfliktbearbeitung einsetzt. Bei den monatlichen Zusammenkünften thematisiert es aktuelle und grundlegende friedenspolitische Fragen und bereitet Aktivitäten und Veranstaltungen mit Experten vor. Das Essener Friedensforum trifft sich innerhalb des Semesters jeweils am dritten Mittwoch des Monats in der VHS (außerhalb der Ferien). Weitere Informationen erhalten Sie bei: Monika Jennis, Tel. 0201 36-8701 oder Bernhard Trautvetter, Tel. 0201 42-5620 oder: kontakt@essener-friedensforum.de und www.essener-friedensforum.de.

Europas Weg zur militärischen Großmacht Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Essener Friedensforum (EFF)

Seit Jahren bemühen sich politische, wirtschaftliche und militärische Eliten Westeuropas, die EU zu einer Großmacht zu entwickeln. Zu diesem Zweck verfolgt die EU schon lange eine Geostrategie, die primär auf die Ausweitung des Einflussgebiets und den Aufbau umfassender militärischer Fähigkeiten setzt. In jüngster Zeit nimmt die „Militärmacht Europa“ unter französischer und insbesondere deutscher Führung in erstaunlichem Tempo Gestalt an. Auf der Grundlage einer neuen Globalstrategie wurde mit einem EU-Rüstungshaushalt, neuen Militärstrukturen und einem europaweiten Rüstungsmarkt das Vorhaben entscheidend vorangebracht.

Die Referentin ist Soziologin und Vorstandsmitglied der Informationsstelle Militarisierung (IMI).

- **221.1A038N** Claudia Haydt
Mittwoch, 16. Februar, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Sicherheit neu denken: Glaube wenig, hinterfrage alles, denke selbst Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Essener Friedensforum (EFF)

Vermutlich merken viele Menschen nicht, wie sehr sie täglich Opfer gezielter Meinungsmanipulation werden. Die Kampagnen zur Beeinflussung unseres Denkens sind so geschickt angelegt, dass sie schwer zu durchschauen sind. Deshalb ist es sinnvoll zu ler-

nen, wie wir manipuliert werden. Der Referent hat viele konkrete Fälle gezielter Manipulation und deren Methoden studiert. Er vermittelt Kenntnisse über das Manipulationsgeschehen und die Hoffnung, dieses durchschauen zu lernen. Der Referent ist Autor des Bestsellers „Glaube wenig, hinterfrage alles, denke selbst“ und Herausgeber der NachDenkSeiten.

- **221.1A040N** Albrecht Müller
Mittwoch, 16. März, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei

Wege zum Frieden – Vortrag von Eugen Drewermann Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Essener Friedensforum (EFF)

Eugen Drewermann warnt eindringlich: „Glauben Sie niemals der Propaganda, dass Krieg Frieden bringt und Rüstung Sicherheit.“ Kriege haben immer Flucht und Vertreibung, Elend und Hunger zur Folge und zerstören die Lebensgrundlagen unseres Planeten. Die hohen Rüstungsausgaben müssen für Maßnahmen eingesetzt werden, die ein Überleben der gesamten Menschheit in Frieden, Solidarität und Gerechtigkeit ermöglichen. Dr. Drewermann zeigt Wege zum Frieden auf, die einzige Möglichkeit menschlichen Überlebens.

Der Referent ist Theologe, Psychoanalytiker und Verfasser zahlreicher Publikationen.

- **221.1A042N** Dr. Eugen Drewermann
Mittwoch, 18. Mai, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Sneak Lecture – Überraschungsthema: Was bewegt uns aktuell im politischen Geschehen?

Das Thema für diesen Veranstaltungsabend ist bewusst offen gelassen. Referent/-in und Inhalt werden zeitnah nach aktuellen politischen Ereignissen festgelegt und rechtzeitig über den Verteiler des Essener Friedensforums, die VHS und die Presse bekannt gegeben.

Überraschungsreferent/in/Überraschungsreferent

- **221.1A044N** N. N.
Mittwoch, 15. Juni, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

TIBET INITIATIVE DEUTSCHLAND (TID) REGIONALGRUPPE ESSEN

Die 1989 gegründete Tibet Initiative ist eine gemeinnützige, parteipolitisch und religiös ungebundene Organisation. Ihre wichtigste Aufgabe besteht in der Information über die politischen, wirtschaftlichen und kulturellen Entwicklungen in Tibet. Hierzu veranstaltet sie Vorträge, Podiumsdiskussionen, Filmabende und Ausstellungen. Weitere Mittel ihres Wirkens sind Gespräche mit Politikern, organisierte Brief- und Mailaktionen, Mahnwachen und Demonstrationen.

Kontakt zur Regionalgruppe Essen der Tibet Initiative über: Silvia Krahl-Ewers, Westpreußenstr. 43, 45259 Essen, Tel.: 0201 540089, E-Mail: essen@tibet-initiative.de

Wir bieten Ihnen in Essen:

- Familiengerechte Wohnungen
- Altenwohnungen
- Persönliche Ansprechpartner
- Hausmeisterservice



Bulkersteig 1, 45277 Essen
Telefon (0201) 54 57 10
Fax: (0201) 58 11 79
Email: wv-essen@aachener-swg.de

1

2

3

4

5

6

Leben auf dem Dach der Welt – Eine Reise auf der Changthang-Hochebene

Ein Teil des tibetischen Hochplateaus Changthang gehört zu Indien, genauer Ladakh. Auf einer Höhe von durchschnittlich 4.500 m in den Tälern leben die meisten Menschen als Halb- oder Ganz-Nomaden mit ihren Yak-, Schaf- und Ziegenherden in der baumlosen Landschaft auf der Suche nach dem kargen Futter. Im Winter lassen Schneestürme bei minus 30 °C Tiere und Menschen sich zusammendrängen. In ihrem eindrucksvollen Lichtbildervortrag gibt die Referentin Einblick in das Zusammenleben der Tibeter/-innen und Ladakhis unter diesen extremen Bedingungen, zeigt auch, welche Rolle der buddhistische Glaube spielt und wie die (Schul-)Bildung der Kinder funktioniert und welche Neuerungen sich im Wandel der Zeit ergeben.

Nana Ziesche ist Fotografin, Reiseleiterin und Diplompädagogin, seit 1993 jedes Jahr im tibetischen Kulturkreis Ladakh unterwegs und die Initiatorin des dortigen Kinderfoto-Projekts „Kamerakid“.

- **221.1A063N** Nana Ziesche
Freitag, 11. März, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Unbekanntes Tibet – Vom Geburtshaus des Dalai Lama zum ehemaligen Königreich Spiti

Abseits der normalen Reiserouten bewegt sich der Referent, ein ausgewiesener Kenner des tibetisch-buddhistischen Kulturkreises, durch Tibet: zunächst in Osttibet mit den Klöstern Labrang und Kumbum und dem Geburtshaus des Dalai Lama, dann zu den Klöstern Zentraltibets. In seinem Lichtbildervortrag zeigt er faszinierende Landschaften und liebenswerte Menschen, die trotz ihrer harten Lebensumstände die „Heiterkeit der Seele“ bewahrt haben. Mit den Gläubigen umwandelt er den Manasarovar- und Raksastal-See sowie den heiligsten Berg der Welt, den Kailash. Im ehemaligen Königreich Guge, mit seinen herrlichen Wandmalereien in Tholing und Tsaparang, endet die Tibet-Durchquerung im ehemals tibetischen Spiti mit einer Kalachakra-Initiation des Dalai Lama.

Alfred Röver ist ein ausgewiesener Kenner des tibetisch-buddhistischen Kulturkreises, war dreizehnmal in Tibet und hat auf ausgedehnten Reisen die Himalaya-Länder Bhutan, Ladakh, Nepal, Sikkim und Spiti besucht.

- **221.1A065N** Alfred Röver
Freitag, 25. März, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

1B GESCHICHTE



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

GESCHICHTE

Klassiker der Weltliteratur: Die Ilias von Homer

Die Ilias – vor nahezu 3.000 Jahren im griechischen Kleinasien entstanden – ist zusammen mit der Odyssee eine der ältesten unversehrten erhaltenen Dichtungen der Weltliteratur. Die Schicksale von Achilles, Hektor, Agamemnon, Priamos etc. während des Trojanischen Krieges faszinieren und fesseln uns bis heute und geben uns nach wie vor große Rätsel auf. Unser Lektürekurs liest und diskutiert gemeinsam dieses klassische Epos und lädt ein, zusammen mit den „großen Helden“ die antike griechische Geschichte und Denkweise lebendig werden zu lassen.

- **221.1B003N** Christina Oehrl
freitags, 14:40-16:10 Uhr
Beginn 11. Februar, 10 Termine, 59 €, VHS

Große Personen der Deutschen Geschichte: Das Mittelalter

Die fortlaufende Kursreihe widmet sich der Geschichte der Deutschen von ihren Anfängen bis in die heutige Zeit. Geschichte soll durch die Schicksale großer Persönlichkeiten, aber auch durch interessante „Randfiguren“ lebendig werden; auf diese Weise wird ein fundierter Überblick über mehr als 1.500 Jahre deutscher Geschichte erarbeitet. Im Zentrum dieser Seminareinheit werden die Herrschergeschlechter der Salier und der Staufer stehen. Auch große Frauenpersönlichkeiten aus der Zeit des hohen Mittelalters werden vorgestellt.

- **221.1B005N** Christina Oehrl
freitags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 4. März, 8 Termine, 41 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen



Die Wiederkehr des Kalten Krieges?

Seit 2014 nehmen die Spannungen zwischen den Mächtegruppen USA/EU und China/Russland in Ostasien (Inseln im südchinesischen Meer, Nordkorea), dem Nahen Osten (Syrien/Armenien) und Osteuropa (Ukraine/Weißrussland) immer mehr zu. Die USA, die im Begriff sind, ihre Position als führende Wirtschaftsmacht durch den massiven Konkurrenzdruck Chinas zu verlieren, versuchen, ihren Abstieg durch militärische Drohungen, Wirtschaftskrieg, Sanktionen und Destabilisierung der gegnerischen Regime zu stoppen.

- **221.1B008N** Dr. Rüdiger Kühr
montags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 21. Februar, 12 Termine, 48 €, VHS

Benito Mussolini und der italienische Faschismus

Benito Mussolini wurde im Jahre 1922 vom König als Ministerpräsident mit der Regierungsbildung beauftragt. Ursprünglich war Mussolini Mitglied der Sozialistischen Partei, wurde aber als Kriegsbegehrter 1915 aus der Partei ausgeschlossen. Danach bekämpfte er hasserfüllt die Sozialisten, indem er sich mit den reaktionärsten und einflussreichsten Kreisen Italiens verband, die Sozialistische Partei und andere Arbeiterorganisationen vernichtete und bis 1926 schrittweise seine Diktatur errichtete.

- **221.1B010N** Dr. Rüdiger Kühr
freitags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 25. Februar, 12 Termine, 48 €, VHS

Workshop: Mit Graphic Novels und Comics erinnern

Wir sind seit Jahrzehnten mit Zeitzeugengesprächen oder besonderen Bildungsangeboten vertraut, wenn es um die Erinnerungsarbeit und Aufarbeitung zum Holocaust geht. Mit dem Tod der letzten Zeitzeugen steht diese Arbeit vor großen Herausforderungen und Umbrüchen. In den letzten Jahrzehnten konnten über Comics wie „Maus“ oder „Das Tagebuch der Anne Frank“ und „Beate & Serge Klarsfeld: Die Nazijäger“ neue, innovative Zugänge zu diesen Themenkomplexen erschlossen werden. Der folgende Workshop möchte Interessierte dazu einladen, sich mit der Arbeitsweise dieser Medien zu beschäftigen. Darüber hinaus wird den Fragen nachgegangen, wie Graphic Novels und Comics die Erinnerungsarbeit (hier mit dem Schwerpunkt Holocaust) unterstützen und ihr helfen, komplexe Zusammenhänge greifbarer und interaktiver zu machen. Außerdem soll auch der Frage nachgegangen werden, inwiefern man Graphic Novels und Comics für einen Zugang zur Vermittlung von historischen Zusammenhängen nutzen kann und an welchen Stellen diese Medien an ihre Grenzen stoßen.

Die Kursleiterin ist studierte Theologin und Germanistin und arbeitet seit mehreren Jahren freiberuflich in der Erwachsenenbildung.

- **221.1B012N** Cassandra Speer
Samstag, 11. Juni, 10:00–16:00 Uhr, 21 €, VHS

ALTE GESCHICHTSSPRACHEN

Latein zum Wiederentdecken

Im Mittelpunkt dieses Seminars werden die philosophischen Schriften des Cicero, insbesondere die Schrift mit dem Titel „De finibus bonorum et malorum“ stehen, in der er sich als Stoiker mit epikureischen Schriften auseinandersetzt. Außerdem werden Übungen zur Auffrischung der Grammatikkenntnisse durchgeführt. Voraussetzung für die erfolgreiche Teilnahme sind irgendwann einmal erworbene fundierte Lateinkenntnisse.

- **221.1B022N** Dr. Rüdiger Kühr
mittwochs, 18:20–19:50 Uhr
Beginn 23. Februar, 12 Termine, 96 €, VHS

STADTTEILGESCHICHTE

Altenessen – Geschichte eines Stadtteils und seiner Bewohner

Wie wurde Altenessen zu dem, was es heute ist? Wie ist unser eigenes Leben mit der Geschichte unseres Stadtteils verwoben? Diesen beiden Fragen geht der Arbeitskreis „Altenessener Lesebuch“ nach, der eine doppelte Blickrichtung hat: Nach außen – wie haben Entwicklungen in der „großen Politik“ und in der Wirtschaft den Stadtteil beeinflusst? Nach innen – wie sind wir selbst vom Leben in Altenessen geprägt, aber auch: Wie prägen wir selbst diesen Stadtteil? Der Arbeitskreis tauscht Erinnerungen aus, befragt Zeitzeugen, sammelt und archiviert Fotos, Dokumente sowie Geschichten und versucht so, Erinnerungswertes festzuhalten und zu veröffentlichen.

- **221.1B046N** Christoph Wilmer
Montag, 21. Februar, 7. und 21. März,
4. April, 2., 16. und 30. Mai,
jeweils 18:00–21:05 Uhr, 28 Ustd., 20 €
Altenessen, Altenessener Straße 196, Besprechungszimmer in der Bezirksverwaltungsstelle V (1. Etage)

Geschichte Borbecks

Im Zusammenarbeit mit dem Kultur-Historischen Verein Borbeck e.V.

Der Kurs beschäftigt sich mit der Geschichte der heute zum Stadtbezirk IV gehörenden Stadtteile Bedingrade, Bergeborbeck (Vogelheim), Bochold, Borbeck-Mitte, Dellwig, Frintrop, Gerschede und Schönebeck. Von der Erdgeschichte über das Mittelalter und die Industrialisierung bis heute gibt es viele interessante Themen. Alte und neue Kursmitglieder beteiligen sich an der Diskussion. Wer Interesse an der thematischen Ausgestaltung und perspektivischen Leitung des Kurses hat, ist ebenfalls herzlich willkommen.

- **221.1B048N** Jürgen Raudczus
Dienstag, 22. Februar, 22. März, 26. April,
24. Mai, 28. Juni, jeweils 18:30–20:00 Uhr,
10 Ustd., 12 €
Borbeck, Alte Cuesterey, Weidkamp 10

Fundstücke im Essener Westen

Erkunden Sie den Essener Westen – die Stadtteile Altendorf und Frohnhausen sowie die neue Weststadt – und lernen Sie dabei interessante Menschen kennen. Es gibt viel zu entdecken: Auf dem Programm stehen kulturelle, politische, soziale und historische Themen. Freuen Sie sich auf unterhaltsame Besuche, spannende Gäste und gute Gespräche! Die konkreten Themen und Termine werden am ersten Abend gemeinsam abgestimmt.

- **221.1B050N** Frank Blum
dienstags, 18:00–20:20 Uhr
Beginn 22. Februar, 10 Termine, 24 €
Frohnhausen, Sakristei der Apostelkirche,
An der Apostelkirche 3a



Literatur & Wissenschaft

Heinrich-Heine Buchhandlung

www.heine-buch.de facebook.com/HeineBuchhandlung

Die Buchhandlung für alle Bücher, die Sie an der VHS benötigen

- Studienliteratur für alle Fächer ■
- Antiquarische Fachliteratur ■
- Fremdsprachige Literatur ■
- Buchgemeinschaft Büchergilde ■
- eBooks ■

Viehofer Platz 8 • 45127 Essen • Fon 0201 82070-0
vhs@heine-buch.de • www.heine-buch.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9:30–18:30; Sa 10:00–15:00

Früh buchen – Platz sichern!

1

2

3

4

5

6

Steeler Geschichte

Ein Angebot für alle, die sich für die geschichtliche Entwicklung Steeles, aber auch für die gegenwärtigen Probleme dieses Stadtteils interessieren. Wie sah Steele früher aus, wie hat es sich verändert, wie kann es sich zukünftig entwickeln? Vorträge von Fachleuten und Laien, Bildpräsentationen aus verschiedenen Epochen sowie Besichtigungen und Rundgänge ergänzen das Programm.

Veranstaltungsort: Pfarrzentrum St. Laurentius (Zugang über die Straße Laurentiusberg).

- **221.1B054N** Arnd Hepprich
Mittwoch, 23. Februar, 9. und 23. März,
6. April, 4. und 18. Mai, 1. und 15. Juni,
jeweils 18:45-20:15 Uhr, 16 Ustd., 26 €

Geschichte des Gebietes der ehemaligen Bürgermeisterei Stoppenberg

Die Geschichte des Gebietes der ehemaligen Bürgermeisterei Stoppenberg war viele Jahrhunderte lang geprägt durch das kleine Damenstift auf dem Kapitelberg. Im 19./20. Jahrhundert übernahm der Bergbau die führende Rolle und drängte die Entwicklung der heutigen Stadtteile in eine völlig andere Richtung. Der Kurs beschäftigt sich mit den historischen Zeugnissen der ehemaligen Bürgermeisterei, zu der einst acht Gemeinden gehörten, schwerpunktmäßig aber mit den Ortsteilen Frillendorf, Katernberg, Schonnebeck und Stoppenberg, die 1929 gemeinsam nach Essen eingemeindet wurden. Dabei leisten wir forschende Geschichtsarbeit und bringen auch eigene Erinnerungen an Vergangenes aus diesen Stadtteilen ein.

- **221.1B056N** Dr. Jürgen Nolte
dienstags, 8. und 22. März, 5. April, 3., 17. Mai
und 31. Mai, 7. und 21. Juni,
jeweils 18:00-20:20 Uhr, 24 Ustd., 18 €
STOPPENBERG, Altes Rathaus, Stoppenberger
Platz 6

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, Siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

1C SOZIOLOGIE / PHILOSOPHIE



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎0201 88-43215

Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

SOZIOLOGIE

Gesellschaft im Wandel

Die „Moderne“ ist nicht nur eine historische Epochebezeichnung für die Gegenwart, sondern auch ein facettenreiches Weltbild, das in unterschiedlichsten Lebenszusammenhängen zum Ausdruck kommt. Entsprechend vielfältig sind daher die Themenbereiche: Alltagsfragen, politische Selbst- und Fremderfahrungen, historisch-staatliche Systembildungen, Sozialkulturen, Probleme der technischen Zivilisation, Bürgerlichkeit, Industriekultur, Legalität und Legitimität. Der Kurs vertieft den Kenntnisstand und das Problembewusstsein unserer gegenwärtigen politisch-gesellschaftlichen Kultur.

- **221.1C000N** Günter Maultzsch-Freundlieb
montags, 9:30-11:45 Uhr
Beginn 7. Februar, 14 Termine, 35 €, VHS

PHILOSOPHIE

Einführung ins philosophische Fragen und Denken

Was ist Philosophie? Welche Fragen stellen Philosophen, um Erkenntnisse zu gewinnen? Anhand der großen Themen der abendländischen Tradition nähert sich das Kursangebot behutsam philosophischen Zusammenhängen und Begriffen: Vernunft vs. Erfahrung, Körper vs. Geist, Schicksal, Gott, das Gute oder Gerechtigkeit. Neben einer begrifflichen Klärung und der Veranschaulichung methodischer Wege in der Philosophie versuchen wir auch eine Verortung in unserer Lebenserfahrung. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Die Kursthemen werden in Absprache mit den Teilnehmenden festgelegt.

- **221.1C002N** Thomas Holtbernd
mittwochs, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 75 €, VHS

Workshop: Die Neue Phänomenologie

Der Begründer der Neuen Phänomenologie Hermann Schmitz verstarb 2021. Schmitz entwickelte die Phänomenologie Husserls weiter. Der Kernbegriff seiner Philosophie ist der Leib. Mit seinen Überlegungen erreichte er das Interesse vieler anderer Fachrichtungen, wie Medizin und Psychologie. Trotz seiner zahlreichen Publikationen ist seine Bekanntheit und Rezeption eher gering. Vor allem sein Konzept der Atmosphären ist jedoch ein geeigneter Zugang zur Wirklichkeit und könnte gerade auch bei Fragen zu Klimaveränderung, Städtebau, Architektur sowie einem gesunden Umfeld hilfreiche Anregungen geben.

- **221.1C006N** Thomas Holtbernd
Samstag, 5. März, 10:00-17:00 Uhr, 26 €, VHS

Workshop: Nietzsches Zarathustra

Im Zarathustra entwickelt Nietzsche seine Idee vom Übermenschen als dem Sinn der Erde. Wir werden uns mit den philosophischen Hintergründen dieser Idee, ihrem Inhalt und ihrer Begründung befassen. Eine charakteristische Eigenschaft des Übermenschen ist die Umwertung von Werten. Einige Beispiele für eine solche Umwertung werden wir gemeinsam analysieren.

- **221.1C008N** Ingvild Oesterschulte
Samstag, 2. April, 11:00-17:00 Uhr, 26 €, VHS

Workshop: Der fast vergessene Ludwig Feuerbach

Ludwig Feuerbach (1804-1872) ist mit seiner Religionskritik bekannt geworden. Seine Auffassung, dass soziale und politische Denkansätze auf materielle Bedürfnisse zurückzuführen sind, wurde von Marx und Engels aufgenommen. Feuerbachs Thesen zur Reform der Philosophie führen jedoch weit über eine Religionskritik und die Phänomenologie des Geistes bei Hegel hinaus. Philosophie ist nach Feuerbach der denkende Mensch selbst. Nur wo Leidenschaft und Sinnlichkeit sind, ist auch Geist. 150 Jahre nach dem Tod dieses Philosophen lohnt es sich, seine Auffassung einer reformierten Philosophie aufzugreifen und seine Aktualität neu zu entdecken.

- **221.1C010N** Thomas Holtbernd
Samstag, 7. Mai, 10:00-17:00 Uhr, 26 €, VHS

CAFÉ PHILOSOPHIQUE

Café philosophique

Gemäß der Konzeption des französischen Philosophen Marc Sautet trifft sich bereits seit zwanzig Jahren regelmäßig ein philosophisches Café – aktuell in der VHS am Burgplatz und im GREND Kulturzentrum in Steele. Dieses Café philosophique der VHS Essen ist eines der ältesten in Deutschland und erfreut sich bei der Diskussion philosophischer Alltagsfragen großer Beliebtheit. Die philosophisch interessierten Teilnehmenden bringen aktuelle oder grundsätzliche Themenvorschläge mit zur Veranstaltung, über die ein kompetenter Moderator abstimmen lässt, um anschließend das ausgewählte Problem bei Kaffee und Wein mit dem Publikum zu diskutieren. Dabei zeigt sich immer wieder: Philosophieren lohnt sich nach wie vor – gerade weil dafür nicht unbedingt philosophische Fachkenntnisse erforderlich sind.



- **221.1C011N** Dr. Anselm Vogt
Sonntag, 20. Februar, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
GREND Kulturzentrum, Steele
- **221.1C012N** Dr. Anselm Vogt
Sonntag, 6. März, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **221.1C013N** Thomas Holtbernd
Sonntag, 20. März, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
GREND Kulturzentrum, Steele
- **221.1C014N** Dr. Peter Findeisen
Sonntag, 3. April, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **221.1C016N** Dr. Anselm Vogt
Sonntag, 8. Mai, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **221.1C017N** Thomas Holtbernd
Sonntag, 22. Mai, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
GREND Kulturzentrum, Steele
- **221.1C018N** Thomas Holtbernd
Sonntag, 12. Juni, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **221.1C019N** Dr. Anselm Vogt
Sonntag, 26. Juni, 11:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
GREND Kulturzentrum, Steele

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

1D VERBRAUCHERFRAGEN



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

VERBRAUCHERFRAGEN

Wie schütze ich mich vor Gewalt und kriminellen Übergriffen? Zivilcourage zeigen, ohne den Helden zu spielen!

In dem Vortrag werden typische Orte und Situationen beschrieben, an bzw. in denen es immer wieder zu gewalttätigen Übergriffen auf Menschen kommt. Den Teilnehmenden werden Sicherheitsvorschläge und Vermeidungsstrategien empfohlen, um gar nicht erst in eine solche Lage zu geraten. Denn wer eine Gefahr kennt, kann ihr aus dem Wege gehen. Und tritt der Fall der Fälle doch einmal ein, gilt es, taktisch abzuwägen zwischen Weglaufen oder Wehren. In diesem Kontext wird auch das Thema Zivilcourage angesprochen: Was ist, wenn andere Menschen Hilfe brauchen? Was kann ich tun, ohne mich selbst in Gefahr zu bringen? Der Referent ist Polizeihauptkommissar a. D. und hat jahrelang in der verhaltensorientierten Prävention gearbeitet.

- **221.1D080K** Horst Wolf
Mittwoch, 27. April, 19:10-20:40 Uhr,
7 €, Anmeldung erforderlich, VHS

Finden Sie Ihr neues Zuhause!

Wir von Vonovia geben Menschen ein Zuhause – mit tollen Wohnungsangeboten für Singles, Senioren, Familien und Wohngemeinschaften.

VONOVIA

Interessiert?
0234 /
414 70 00 02
Mehr Infos unter:
www.vonovia.de



1

2

3

4

5

6

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202
Anmeldung
Annette Völmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

Wie sichere ich mein Haus oder meine Wohnung gegen Einbrecher?

In Zusammenarbeit mit der Polizei Essen Meistens benötigt der Täter nicht einmal eine Minute, um Ihr Zuhause zu betreten. Warum ist Ihr Eigentum so schlecht geschützt? Wann geschehen die meisten Einbrüche? Sind Sie persönlich gefährdet? Wie sollten Sie sich verhalten, wenn Kriminelle im Haus sind oder waren? Welche Vorbeuge- und Sicherungsmaßnahmen sind sinnvoll? Diese und auch Ihre individuellen weiteren Fragen beantwortet ein Experte des Kommissariats Kriminalprävention und Opferschutz der Polizei Essen.

- **221.1D082K** Thomas Hillebrand
Mittwoch, 4. Mai, 18:20-20:40 Uhr,



entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

RATGEBER GELD

In unseren Veranstaltungen erfolgen weder individuelle Beratung noch konkrete Produktwerbung. Vielmehr sollen die Teilnehmenden z. B. auf anstehende Beratungsgespräche oder Anlageentscheidungen fachlich vorbereitet werden. Getreu dem Anlagemotto der Investorenlegende Warren Buffett: „Kaufe nur, was du verstehst!“

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Aktuelle Anlagetrends – Zinsportale, Robo-Advisor, Copy-Trading & Co. Online per Videokonferenz

Privatleute finden eine stetig steigende Zahl von Online-Portalen und -Tools, mit denen sie eigenständig und eigenverantwortlich Geld anlegen können. Der Vortrag stellt diese Trends vor. An konkreten Beispielen, leicht verständlich und mit Humor wird vermittelt, was hinter den Begriffen steckt, welche Vor- und Nachteile, Chancen und Risiken diese Anlageoptionen kennzeichnen. Die Themen: Das magische Dreieck der Geldanlage (Verfügbarkeit, Rendite, Sicherheit). Vorstellung verschiedener Zinsportale, Robo-Advisory- und Copy-Trading-Konzepte, Social-Trading sowie Crowdinvesting. Ferner werden ETC (Exchange Traded Commodities) anhand der Beispiele Xetra-Gold und Bitcoin-ETC dargestellt und kritisch beleuchtet. Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Nach langjähriger Tätigkeit als Senior Produktmanager einer großen Bank ist der Referent gegenwärtig als unabhängiger Finanz-Tutor tätig. – Die Veranstaltung findet als Online-Videokonferenz statt. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie einige Tage vor dem Termin per Mail einen Hyperlink für die Online-Übertragung. Zur Teilnahme benötigen Sie ein Endgerät mit Lautsprechern sowie eine stabile Internetverbindung.

- **221.1D162K** Holger Jünke
Freitag, 29. April, 18:30-21:30 Uhr,
16 €, inkl. Skript

Nullzins und Inflation: keine gute Kombination für Sparer

Schon seit Jahren streben die Zinsen, die bei Sparanlagen zu erzielen sind, gegen null. Mitunter werden sogar Strafzinsen fällig. Im Laufe des Jahres 2021 kletterte dann auch noch die Inflation auf mehr als 4 %. Dadurch verliert gespartes Geld sogar noch an Wert. Eine fatale Kombination! Der Vortrag erklärt zunächst, wie Inflation entsteht, wie sie konkret bemerkbar ist und was sie für Ihr Ersparnis bedeutet. Weiter wird gezeigt, wieso es gleichzeitig Null-Zinsen und steigende Preise für Güter und Dienstleistungen gibt. Abschließend werden intelligente Strategien für die Geldanlage in dieser Lage diskutiert.

Angesprochen sind alle, die sich für Fragen der Geldanlage interessieren. Fachwissen ist nicht erforderlich. Die Inhalte werden allgemeinverständlich vermittelt. Der Referent ist Diplom-Kaufmann und tätig bei der Sparkasse Essen in der Abteilung Kunden- und Produktmanagement.

- **221.1D170K** Dirk Schoppmeier
Donnerstag, 5. Mai, 18:20-20:20 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

Themeninvestments in Aktien: Spannend, aber auch erfolgreich?

Themenbezogene Investments in Aktien oder Aktienfonds waren in den letzten Jahren sehr beliebt. Megatrends wie Digitalisierung, Künstliche Intelligenz, Wasserstoffherzeugung etc. lockten zum Einstieg. Aber sind Themeninvestments auch erfolgreich? Und wie passen sie zu den individuellen Anlagestrategien? Der Vortrag gibt Einblick in das Thema und entwickelt Empfehlungen für unterschiedliche Anlegertypen.

Angesprochen sind alle, die sich für Fragen der Geldanlage interessieren. Fachwissen ist nicht erforderlich. Die Inhalte werden allgemeinverständlich vermittelt. Der Referent ist Sparkassen-Betriebswirt und tätig bei der Sparkasse Essen in der Abteilung Kunden- und Produktmanagement.

- **221.1D172K** Joachim Klein
Donnerstag, 12. Mai, 18:20-20:20 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Nachhaltigkeit: Geldanlage mit Sinn – und Verstand

Der Begriff Nachhaltigkeit wird aktuell sehr oft, aber auch sehr unpräzise verwendet. Im Bereich der Geldanlage wird er darum derzeit neu definiert, damit Anleger/innen wissen, was sie von einem der vielfältigen nachhaltigen Finanzprodukte erwarten können. Zentral sind Begriffe wie Taxonomie, Impact und insbesondere ESG-Kriterien (Environment, Social, Governance – auf Deutsch: Umwelt, Soziales und Unternehmensführung). Der Vortrag erläutert diese Begriffe und diskutiert ihren Nutzen für individuelle Anlageentscheidungen. Der Referent sortiert zudem gemeinsam mit Ihnen, welche Formen und Varianten nachhaltiger Anlageprodukte derzeit verfügbar sind und welche Vor-/Nachteile sie bieten.

Angesprochen sind alle, die sich für Fragen der Geldanlage interessieren. Fachwissen ist nicht erforderlich. Die Inhalte werden allgemeinverständlich vermittelt. Der Referent ist Diplom-Kaufmann und tätig bei der Sparkasse Essen in der Abteilung Kunden- und Produktmanagement.

- **221.1D174K** Dirk Schrief
Donnerstag, 19. Mai, 18:20-20:20 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

Die Immobilienrente: Eine gute Idee für zusätzliches Einkommen?

Sie haben Ihr Eigenheim vollständig abbezahlt. Vielleicht müssen Sie nicht mehr arbeiten, hätten aber gern ein höheres monatliches Einkommen oder finanzielle Spielräume für die Erfüllung lang gehegter Wünsche? Lässt sich da nicht was machen? In den letzten Jahren sind neue Finanzangebote entstanden, die auf den ersten Blick vielversprechend klingen: Sie werden Teilverkäufe, Leibrenten oder Immobilienrente genannt und stellen in Aussicht, die eigenen vier Wände teilweise zu Geld zu machen und dennoch bis zum Lebensende darin wohnen zu können. Der Vortrag erklärt diese gängigsten Modelle und diskutiert deren Vor- und Nachteile, damit Sie gut informiert besser entscheiden können.

Angesprochen sind alle, die sich für Fragen der Geldanlage interessieren. Fachwissen ist nicht erforderlich. Die Inhalte werden allgemeinverständlich vermittelt. Der Referent ist Sparkassen-Betriebswirt und tätig bei der Sparkasse Essen in der Abteilung Kunden- und Produktmanagement.

- **221.1D176K** Stephan Heuser
Donnerstag, 2. Juni, 18:20-20:20 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

Sie können sich auch online anmelden unter www.vhs-essen.de.

Die Rente ist sicher ... niedriger, als Sie denken! Profi-Tipps zu ergänzenden Versorgungsmöglichkeiten

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung Rheinland (DRV)

Sie wollen für Ihr Alter vorsorgen, aber wissen nicht, wie? Dann sind Sie hier genau richtig. In kompakter Form zeigen unabhängige Berater/innen der DRV auf, wie der Einstieg in ein finanziell abgesichertes Rentenalter gelingt. Was können Sie von der gesetzlichen Rente erwarten? Wie ermitteln Sie Ihre Versorgungslücke? Wie können Sie diese mit Riester, Rürup und Co. am besten schließen? Sie erhalten einen schnellen Überblick und fundiertes Grundwissen zu den wichtigsten Fragen der Altersvorsorge.

- **221.1D178K** Marco Langfeldt
Donnerstag, 9. Juni, 19:10-20:40 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

KOLPING
Zukunft
durch
Kompetenz



Berufsbegleitende Weiterbildung für das Sozial- und Erziehungswesen

- Fachwirt/in im Erziehungswesen (KA)
- Gepr. Fachwirt/in im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK)
- Rehabpädagogische Zusatzqualifikation für Ausbilder/innen ReZA (KA)
- Zertifizierter Mediator

Lehrgangsorte:

Bochum, Duisburg und Essen

Weitere Informationen: **Frau Schulz**
Kolping-Bildungswerk DV Essen GmbH
Marienstraße 5, 45307 Essen
Tel. 02 01.50 22 3-41
www.kolping-bildung-essen.de



1

2

3

4

5

6

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke ☎ 0201 88-43220

Elektroautos im Alltag – Tankst du noch oder lädst du schon?

Elektroautos sind immer häufiger auf unseren Straßen zu sehen. Wann werden sie die Verbrennungsmotoren komplett ablösen? Was kommt da auf uns zu? Was läuft bzw. fährt da schon? Welche verschiedenen Typen von voll- oder teilelektrischen Fahrzeugen gibt es auf dem Markt? Was ist beim E-Autokauf zu beachten? Wie klappt es mit den unterschiedlichen Stecker-Systemen und der Ladeinfrastruktur – öffentlich wie privat in der Garage bzw. im Carport? Der Vortrag gibt einen Überblick zu den schon existierenden sowie einen Ausblick auf die absehbar zukünftigen Möglichkeiten. Dabei werden Vor- und Nachteile von elektrisch betriebenen Autos im Vergleich mit Verbrennern benannt. Der Referent ist seit mehr als sechs Jahren per Elektroauto im Ruhrgebiet und sogar im europäischen Ausland mobil. Er berichtet aus praktischer Nutzerperspektive über seine Erkenntnisse, Erfahrungen, Erlebnisse und (Miss-)Erfolge.

- **221.1D182K** Reiner Strehle
Donnerstag, 24. März, 18:00-20:15 Uhr,
11 €, Anmeldung erforderlich, VHS

RATGEBER RECHT



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

Mietrecht aktuell für Mieter und Vermieter

Immer wieder gibt es Streit über Betriebskosten, Wohnungsmängel, Renovierungspflichten, Kündigungsfristen und einiges mehr. Ersparen Sie sich kostspielige Fehler und Konflikte mit Ihrem Mieter/Vermieter. Hüten Sie sich vor der Anwendung von Halbwissen aus der Boulevardpresse. Der Vortrag vermittelt Neues und Wissenswertes zum aktuellen Mietrecht. Aktuelle BGH-Rechtsprechung wird berücksichtigt. Die Referentin ist Rechtsanwältin mit dem Schwerpunkt Mietrecht.

- **221.1D200K** Sandra Drews
Montag, 2. Mai, 18:20-21:30 Uhr,
14 €, Anmeldung erforderlich, VHS

Praxisprobleme rund um die Eigentumswohnung

In Eigentümerversammlungen von Gemeinschaftsimmobilien gibt es immer wieder Streit. Der eine will ständig etwas renovieren. Dem anderen ist das viel zu aufwendig und zu teuer. Informieren Sie sich über Ihre Rechte und Pflichten als Eigentümer einer Wohnung: Wie können Sie Ihre Interessen vertreten? Was ist zu tun, wenn der Hausverwalter untätig ist, es Streit unter Nachbarn gibt oder Tiere unerlaubt gehalten werden? Welche Spielregeln gibt es für die Eigentümerversammlung? Über diese Fragen wird informiert; eine individuelle Beratung erfolgt nicht. Veränderungen des Ende 2020 reformierten Wohnungseigentumsgesetzes werden in ihren Auswirkungen auf Probleme in der täglichen Praxis berücksichtigt. Die Referentin ist Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht.

- **221.1D202K** Anne Kathrin Kitschenberg
Mittwoch, 18. Mai, 18:20-20:40 Uhr,
11 €, Anmeldung erforderlich, VHS

Immobilien optimal privat verkaufen

Sie sitzen beim Notar, um den Verkauf Ihrer Immobilie zu beurkunden. Ihr Wunschpreis ist übertroffen und alle sind begeistert. Glückwunsch, Sie haben es geschafft! Bis diese Vision in Erfüllung geht, bedarf es einer sorgfältigen Vorbereitung, um den Verkaufsprozess sicher und erfolgreich durchzuführen. Der Vortrag richtet sich an alle, die beabsichtigen ihre Immobilie privat zu verkaufen. Sie erhalten Einblick in alle Phasen des Immobilienverkaufs sowie wertvolle Tipps. Die Themen: Ermittlung eines adäquaten Angebotspreises, erforderliche Verkaufsunterlagen besorgen und aufbereiten, Erstellung eines professionellen Exposés, Auswahl geeigneter Verkaufsmethoden und zielgruppenorientierte Insertion, Anfragen selektieren, Besichtigungstermine planen und durchführen, zielorientierte Verhandlungsführung sowie Bonitätsprüfung von ernsthaften Kaufinteressierten, Zusammenstellung der für den Kaufvertrag relevanten Daten. Der Dozent ist Key-Account-Manager mit langjähriger Erfahrung in der Immobilienbranche.

- **221.1D204K** Drasko Pavlovic
Donnerstag, 19. Mai, 18:10-20:30 Uhr,
15 €, Anmeldung erforderlich, VHS

■ Immobilien kaufen und verkaufen

Der Vortrag vermittelt praxisorientiert einen Überblick über die rechtlichen Gesichtspunkte beim Kauf und Verkauf eines Grundstückes, Hauses oder einer Eigentumswohnung. Dabei stellt der Referent die Funktion des Notars, Gestaltung, Inhalt und Funktion des Grundbuches sowie Vertragsgestaltung und Abwicklung in den Mittelpunkt. – Der Dozent ist Rechtsanwalt und Notar a. D. Im Dialog mit den Teilnehmenden beantwortet und diskutiert er Einzelfragen von allgemeinem Interesse.

- **221.1D206K** Harald Haakshorst
Dienstag, 24. Mai, 19:30-21:50 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

■ Selbstbestimmung durch Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Der Vortrag zeigt die Chancen, aber auch die Grenzen der Patientenverfügung auf und informiert über Art und Umfang von Vorsorgevollmachten. An typischen Fällen werden konkrete medizinische Maßnahmen erörtert, die im Zusammenhang von Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten regelmäßig auftreten (z. B. Verweigerung der intensivmedizinischen Behandlung oder der Krankenhausbehandlung allgemein). Zudem gibt es Hinweise, worauf bei der Formulierung und Anwendung von Vorsorgevollmachten bzw. Patientenverfügungen zu achten ist, um die individuelle Selbstbestimmung bestmöglich zu wahren. Der Referent ist Rechtsanwalt und Notar a. D.

- **221.1D221K** Helge H. Lösche
Mittwoch, 6. April, 18:20-19:50 Uhr,
7 €, Anmeldung empfohlen,
auch Abendkasse, VHS

Früh buchen – Platz sichern!



1

2

3

4

5

6

Sicher wie Fallschirmspringen. Vom 1-Meter-Brett. Mit Schwimmflügeln.

Kredit auf Nummer Sparkasse.

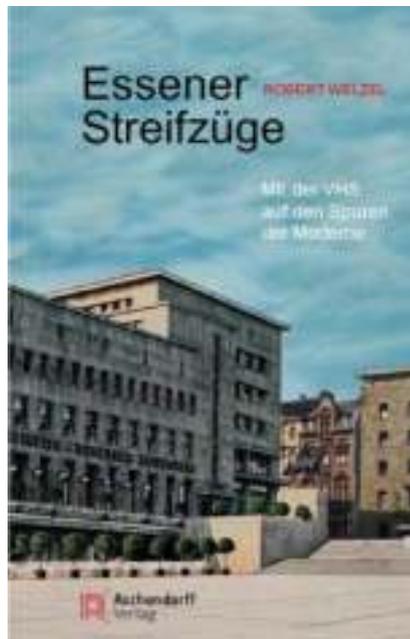
Bei uns finanzieren Sie Ihre Wünsche schnell, transparent und flexibel. Bequem online oder mit Top-Beratung in der Filiale. Hauptsache, immer mit sicherem Gefühl. Jetzt Kredit sichern unter sparkasse-essen.de/privatkredit

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Essen

Essener Streifzüge 4 – Mit der VHS auf den Spuren der Moderne



Auf den Spuren der „Klassischen Moderne“ entführt Autor und VHS-Mitarbeiter Robert Welzel in diesem reich bebilderten Stadt- und Architekturführer in die Epoche der Weimarer Republik zwischen 1919 und 1933. Faszinierende Beispiele des Neuen Bauens, vom Expressionismus bis zur radikalen Neuen Sachlichkeit, zeigen Essen aus einem ungewohnten Blickwinkel. Als roter Faden dient die Geschichte der traditionsreichen Essener Volkshochschule (VHS), der wir quer durch die Stadt, von Borbeck bis Steele und von Bredeney bis Karnap folgen. Herausgegeben werden die Essener Streifzüge, die im Aschendorff-Verlag Münster erscheinen, vom Historischen Verein für Stadt und Stift Essen e. V. in Kooperation mit der Stadt Essen und mit Unterstützung der GENO BANK Essen. Zum Preis von 14,95 € im Buchhandel erhältlich.



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 9

■ Schöffennamt – Ehrenamt – eine Einführung

Der Kurs wendet sich an alle, die sich für ein richterliches Ehrenamt als Schöffin bzw. Schöffe interessieren oder sich konkret auf diese Tätigkeit vorbereiten möchten. An Beispielen aus der juristischen Praxis wird lebensnah erläutert, welche Anforderungen dieses Ehrenamt stellt. Gerd Richter, ehemaliger Jugendrichter am Amtsgericht Essen, erörtert folgende Fragen: Wie werde ich Schöffe? Welche rechtlichen Grundlagen gibt es für das Schöffennamt? Welche Rechtsstellung haben Schöffinnen und Schöffen in der Zusammenarbeit mit den hauptberuflichen Richtern, mit Zeugen, Angeklagten, Verteidigern, Staatsanwaltschaft und Polizei?

- 221.1D223K Gerd Richter
Mittwoch, 1. Juni, 18:20-20:40 Uhr
Mittwoch, 8. Juni, 18:20-20:40 Uhr,
6 Ustd., 18 €, Anmeldung erforderlich, VHS

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202



■ Wirtschaftsmediation – die intelligente und effektive Konfliktlösung Unterhaltsam dargestellt an einem Fall aus dem echten Leben

Ja, es gibt Charaktere, denen nicht mit einer Diskussion, sondern nur mit gerichtlicher Hilfe beizukommen ist. Tatsächlich sind das aber Ausnahmen. In Streitfällen haben meist alle Interesse an einer wirtschaftlichen Lösung und möchten gerichtliche Verfahren vermeiden. Denn die kosten Zeit, Geld und Nerven! Häufige Bilanz: horrende Kosten, Frustration und eine Entscheidung durch einen Dritten (das Gericht), die den Konflikt nicht befriedet. – Mediation erweist sich hier meist als der bessere Weg. Meistens gelingt die Mediation und entlässt die Parteien mit einer selbst erarbeiteten, beide zufriedenstellenden Lösung: ohne die starren Strukturen und prozessualen Beschränkungen gerichtlicher Verfahren. Also alles gälten mit der Mediation? In der Tat ja, wenn man bereit ist, diesen Weg zu gehen und die eigene Lösung zu wollen. Die Veranstaltung zeigt auf unterhaltsame Art, wie das funktioniert. Der Referent ist Rechtsanwalt und Wirtschaftsmediator, Schriftsteller und Fachbuchautor.

- 221.1D225K Dr. Klaus Erfmeyer
Montag, 30. Mai, 18:20-20:40 Uhr,
11 €, Anmeldung erforderlich, VHS

Das Arbeitsverhältnis: Vom Bewerbungsgespräch über das Zwischenzeugnis zur Beendigung

Vor Beginn eines Arbeitsverhältnisses steht meist ein Vorstellungsgespräch. Wie neugierig darf der künftige Arbeitgeber / die künftige Arbeitgeberin eigentlich sein? Sind Fragen nach der sexuellen Orientierung, Vorstrafen, einer Schwangerschaft oder dem Impfstatus zulässig? Muss stets wahrheitsgemäß geantwortet werden oder darf man bei



bestimmten Themen ohne Konsequenzen lügen? Während des Arbeitsverhältnisses benötigen oder wünschen Beschäftigte mitunter ein (Zwischen-) Zeugnis. Haben sie einen Anspruch darauf? In welchen Situationen ist die Anforderung eines Zwischenzeugnisses sinnvoll? Was muss, kann, darf im Zeugnis stehen? Wie ist insbesondere die Leistung der beurteilten Person beschrieben? Und wie ist die übliche „Geheimsprache“ in Zeugnistexten richtig zu deuten? Welche Formen und gesetzlichen Vorgaben schließlich gibt es für die Beendigung bzw. Kündigung eines Arbeitsverhältnisses? In welchen Fällen kann es zur Zahlung bzw. zum Erhalt einer Abfindung kommen? – Der Vortrag wendet sich sowohl an Arbeitnehmer/-innen wie an Arbeitgeber/-innen. Die Referentin ist Rechtsanwältin mit Schwerpunkt Arbeitsrecht.

- **221.1D227K** Silke vom Berg
Dienstag, 26. April, 18:20–20:40 Uhr,
11 €, Anmeldung erforderlich, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

Verein – der Ort für Miteinander und soziales Engagement

Vielen Menschen macht es Freude, Projekte oder Hobbys in netter Gemeinschaft zu betreiben. Eine Gruppe ist zudem durchsetzungsfähiger als eine Einzelperson und auch unter finanziellen Gesichtspunkten bietet gemeinschaftliches Handeln Vorteile. Aber wie gelangt man von der Idee, ein gemeinsames Interesse gemeinsam zu verfolgen, zur Gründung eines gesetzlich definierten Vereins? Kann wirklich jede/r einen Verein gründen und was ist dabei zu beachten? Wie läuft eine Gründung ab? Welche Chancen einerseits, Pflichten und Risiken andererseits kommen auf Mitglieder und Verantwortliche zu? Wer lenkt die Geschicke und bestimmt die Regeln des Vereins? Welche Vereine sind steuerbegünstigt? Diese und weitere Fragen werden im Vortrag erläutert. Er wendet sich an Interessierte, die einen Verein gründen oder ggf. erstmals in einem schon bestehenden Verein aktiv werden wollen. Die Referentin ist Rechtsanwältin.

- **221.1D229K** Silke vom Berg
Dienstag, 10. Mai, 18:20–20:40 Uhr,
11 €, Anmeldung erforderlich, VHS

1

2

3

4

5

6

Wer sich seine Wohnträume erfüllen möchte, ist bei NRW's führendem Wohnungsunternehmen in besten Händen. Denn mit viel Herzblut, einem engagierten Team, jeder Menge Know-how und vielen Top-Services sorgen wir für die Erfüllung Ihrer Wünsche. So schaffen wir ein Zuhause ganz nach Ihren Vorstellungen. **Weil uns unsere Mieter eine Herzensangelegenheit sind.**

WOHNEN, WO DAS SCHLÄGT

++++ NEWS +++++

Mit dem VHS-Newsletter nichts mehr verpassen + immer auf dem Laufenden mit interessanten Veranstaltungen und Informationen aus Ihrer Volkshochschule Essen



Volkshochschule
Essen

Newsletter-Anmeldung

Jetzt unseren Newsletter abonnieren. Weitere Infos
und Anmeldungen unter www.vhs-essen.de/newsletter

**WIR TRAGEN
DIE VERANTWORTUNG,**

**DAMIT SIE DAS
TRAGEN KÖNNEN,
WAS SIE
AM LIEBSTEN
MÖGEN.**

Wir tragen mit zukunftsgerichteten Investitionen dazu bei, unseren Bestand stets auf dem aktuellen Stand der Technik zu halten, um ihn guten Gewissens an künftige Generationen übergeben zu können.

www.essen-nord.de



Essen-Nord
FREUDE AM WOHNEN



Kunst und Kultur

Inhaltsverzeichnis:

2A EXKURSIONEN	
Naturkundliche Exkursionen	28
Stadtgänge	29
Erinnerungsorte	32
Arbeitsplätze vor Ort	33
2B LÄNDERKUNDE	
Studienreisen	34
Aus der Ferne – aus der Nähe	
Länderkundliche Bildervorträge	34
Völker – Horizonte – Sprachen	36
Studium Culturale	37
2C KUNST / KUNSTGESCHICHTE / ARCHITEKTUR	
Kunstabstrachtung	37
2D PLASTISCHES UND TEXTILES GESTALTEN	
Schmuckdesign	38
Plastisches Gestalten	38
Textiles Gestalten	40
Ausstellungen	41
2E DESIGN / FOTOGRAFIE	
Berufsbegleitend Kurse Kunst & Design ..	41
Fotografie – Workshops / Kompaktkurse ..	42
Fotografie – Kurse	45
2F MALEN / ZEICHNEN / GESTALTEN	
Drucken	46
Malerei – Workshops	47
Malen / Zeichnen / Gestalten – Kurse ..	48
Zeichnen – Kurse	50
Zeichnen – Workshops	50
2G MUSIK	
Klassik / Jazz	52
Musikworkshops	52
Ensembles / Stimmbildung /	
Chöre / Gruppenunterricht	55
Musikalische Veranstaltungen	58
2H TANZ	
Ballett / Modern / Jazz	58
Gesellschaftstanz	59
Tanzworkshops	60
Ethnischer Tanz	61
2J THEATER / LITERATUR	
Theater	62
Literatur – Texte schreiben	63

**Unsere Hotline:
0201 88-43100**

**Die NEUE GALERIE •
Kunstgeschichte •
Exkursionen •
Architektur • Plastisches und
Textiles Gestalten • Zeichnen**

Programmbereichsleitung:
N.N.

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
N. N.
Raum 5.31
☎ 0201 88-43212

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Nikolaos Georgakis

**Exkursionen • Länderkunde
• Literatur**

Programmbereichsleiter:

Nikolaos Georgakis
Raum 5.25
☎ 0201 88-43215
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10.30-12.30 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Annette Volmer
Raum 5.34
☎ 0201 88-43102
annette.volmer@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Dr. Björn Mastiaux

Naturkundliche Exkursionen

Programmbereichsleiter:

Dr. Björn Mastiaux
Raum 5.24
☎ 0201 88-43200
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10.30-12.30 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Gabriele Ojstersek
Raum 5.30
☎ 0201 88-43206
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Meike Altenkamp

Design / Fotografie • Malen

Programmbereichsleiterin:

Meike Altenkamp
Raum 4.20
☎ 0201 88-43210
meike.altenkamp@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 11-13 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

N. N.
Raum 5.31
☎ 0201 88-43212

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Lydia Doliva

Musik • Tanz • Theater

Programmbereichsleiterin:

Lydia Doliva
Raum 5.26
☎ 0201 88-43211
lydia.doliva@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

N. N.
Raum 5.31
☎ 0201 88-43212

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

1

2

3

4

5

6

2A EXKURSIONEN



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43200

Anmeldung

Gabriele Ojstersek
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43206

Nähere Informationen siehe Seite 27

NATURKUNDLICHE EXKURSIONEN

■ Wilde Orchideen in der Eifel – Orchideenblüte auf Borstgras- und Kalkma- gerwiesen

In der so genannten Kalkeifel haben sich aufgrund von Riffbildungen im Mitteldevon in Verbindung mit begünstigenden geologischen Prozessen „Inseln“ von „Kalkmulden“ erhalten, auf denen sich Kalkmagerwiesen entwickeln konnten. Diese „Inseln“ sind überwiegend von unterdevonischen Gesteinen umgeben, auf denen sich andererseits auch Borstgraswiesen entwickeln konnten. Es gibt Regionen, wo diese verschiedenen Naturräume mit Orchideen dicht beieinander liegen. Auf diesen Magerwiesen können – je nach Jahreszeit – mehr als 30 verschiedene Orchideen angetroffen werden. Leichte Wanderungen durch die betreffenden Gebiete erschließen die Schönheit der Orchideen in dieser überragenden Kulturlandschaft. Bei der diesjährigen Exkursion sind Orchideen mit Priorität auf Kalkmagerwiesen das Thema. Es werden vorwiegend blütenreiche Standorte besucht. Ein Kursabend liefert Ihnen hierzu die wichtigsten Voraussetzungen. Der exakte Treffpunkt in der Eifel wird am Vorbereitungsabend bekanntgegeben. Die Anfahrt (ca. 2 Stunden von Essen mit dem PKW) erfolgt privat bzw. nach Absprache eventueller Fahrgemeinschaften am Vorbereitungsabend.

- **221.2A022B** Alfred Graff
donnerstags + samstags, 18:40–20:10 Uhr
Beginn 19. Mai, 2 Termine, 25 €, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

■ Frühlingsgeschichten von Ilex, Grasmücke und Erdkröte

Die Natur erwacht zu neuem Leben, es ist wieder Frühling. Auch die Wälder der Stadt Essen stehen nun in voller Blütenpracht. Scharbockskraut, Wiesenschaumkraut, Waldveilchen, Buschwindröschen und viele weitere Arten verwandeln den Waldboden in ein Blütenmeer. Darüber hinaus sind viele Heilkräuter schon zu erkennen. Auf einer Exkursion durch die Hangwälder in Essen–Werden können wir eine ganze Menge dieser Pflanzenarten kennen lernen. Sehen, Schmecken, Riechen, Fühlen – all diese Sinneseindrücke werden wir wahrnehmen können und nebenbei den Gesang von Gimpel, Mönchsgrasmücke und Rotkehlchen hören und vielleicht eine Erdkröte oder einen Bergmolch beobachten können.

- **221.2A024B** Michael Godau
Sonntag, 10. April, 10:00–13:00 Uhr, 10 €
TREFFPUNKT: Klemensborn / Ecke Pastorats-
berg, an der Haltestelle „Jugendherberge“ der
Linie 190

■ Blumenwiesen zwischen Kanal und Emscher

Der Frühsommer ist für seine bunten Farben bekannt und so lässt sich zwischen Emscher und Kanal eine farbenfrohe Blütenpracht erleben. Viele exotische Blumen, Kräuter und Sträucher haben diesen typischen Lebensraum des Ruhrgebiets erobert und verzaubern ihn mit ihrer Farbenpracht. Während unserer Exkursion werden typische Arten vorgestellt, von Sumpfpflanzen an den Gewässerrändern, über Wiesenarten an den Deichen bis hin zu Waldrandbewohnern. Und manche Art ist nicht nur schön anzusehen, sondern auch lecker, gut riechend oder sogar heilend.

- **221.2A026B** Michael Godau
Freitag, 29. April, 17:00–20:00 Uhr, 10 €
TREFFPUNKT: Emscherstraße, Brücke unter der
Autobahn A42



WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

■ Ein Stück Urwald mitten im Ruhrgebiet

Urwaldbestände vermutet man in Brasilien, Vietnam oder in der russischen Taiga, sicherlich aber nicht in Deutschland und schon gar nicht im dicht besiedelten Essen. Doch dieser Gedanke trägt. Auf dem Gelände der ehemaligen Zeche Zollverein ist in den letzten Jahrzehnten ein – vom Forstbetrieb ausgenommener Wald – entstanden, den es in dieser Form nur hier im Ruhrgebiet gibt. Birken, Robinnien und Bergahorn sind die häufigsten Arten. Über 50 weitere Gehölze finden sich zusätzlich. Dazu eine ungeahnte Vielzahl an Stauden, Kräutern und Farnen. Genauso spannend ist die Tierwelt. Nachtigall, Kuckuck und Grünspecht, aber auch Kreuz- und Geburtshelferkröte, Molche und Eidechsen finden wir in diesem Zauberwald.

- **221.2A028B** Michael Godau
Sonntag, 12. Juni, 10:00–13:00 Uhr, 10 €
TREFFPUNKT: Gelsenkirchener Str. an der Hal-
testelle „Zeche Zollverein“ der Straßenbahnli-
nie 107



Beratung / Programmbereichsleiter
 Nikolaos Georgakis
 nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43215
 Anmeldung
 Annette Volmer
 annette.volmer@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43102
 Nähere Informationen siehe Seite 27

STADTGÄNGE

essen.colonialtracks: Auf den Spuren des Kolonialismus in Essen – Workshop und Stadtextkursion



In Zusammenarbeit mit Exile Kulturkoordination e.V.

Die aktuellen Debatten um das koloniale Erbe Deutschlands zeigen, wie wichtig die Auseinander-

setzung mit der deutschen Kolonialgeschichte ist. Koloniale Kontinuitäten sind auch heute noch in globalen Strukturen, aber ebenfalls im städtischen Raum sichtbar. Die Frage des Umgangs mit kolonialen Denkmälern, kolonialen Straßennamen und dem kolonialen Erbe in Museen wird kontrovers diskutiert – auch in Essen. Nach einer kurzen Einführung in den deutschen Kolonialismus und seine bis heute wirkenden Folgen, wie z. B. die Handelsbedingungen zwischen Globalem Süden und Norden, werden die kolonialen Spuren Essens anschaulich in einem Stadtrundgang durch die Essener Innenstadt vorgestellt.

Treffpunkt: Essen-Zentrum, VHS am Burgplatz, ausgewiesener Kursraum

■ **221.2A107N** Kerstin Rosery / Barbara Schneider
 Donnerstag, 28. April, 17:00-20:00 Uhr, 11 €

■ **Katernberg 'mal ganz anders: Vom „Königreich Beisen“ bis zu den „Golanhöhen“**

Bei diesem Gang mit eigentümlichen Ortsbezeichnungen geht es ins „Königreich Beisen“ (Richtung Gelsenkirchen-Rotthausen). Die Exkursion führt vorbei an der denkmalgeschützten Villa Bullmann sowie am Dortmannhof, dem ältesten Haus in Katernberg. Ein besonderes Augenmerk gilt der Siedlung Zollverein 3 mit den Steigerhäusern auf der Ückendorfer Straße. Bei Schacht 3/7/10 erfolgt eine Besichtigung der alten Fördermaschine, bevor es über die Kleingartenanlage Middeldorper Weg (Volksmund „Golanhöhen“) und über den Oelberg zurück zum Ausgangspunkt gehen wird.

Treff- und Endpunkt: Essen-Katernberg, Park+Ride-Bahnhof Zollverein Nord, Maybuschhof 15

■ **221.2A109N** Werner Krisp
 Samstag, 18. Juni, 15:00-17:30 Uhr, 11 €

IHRE ANMELDUNG – EINFACH UND SCHNELL:

online	unter www.vhs-essen.de
schriftlich	per Anmeldekarte, siehe letzte Seite des Programmheftes
persönlich	in der VHS

**GRUGA
 PARK
 ESSEN** Für
 Kunstliebhaber

Wie wäre es mit einem Spaziergang in der Natur und einem gleichzeitigen Museumsbesuch? Im Grugapark ist genau das möglich, mit seiner Sammlung aus mehr als 40 Skulpturen und Plastiken unter freiem Himmel – egal zu welcher Jahreszeit! Mehr unter www.grugapark.de

STADT
 ESSEN



1

2

3

4

5

6

31

Wanderung auf dem Kettwiger Panorama- steig (südlicher Teil)

Er macht seinem Namen alle Ehre: Auf einer Strecke von rund 35 Kilometern bietet der Kettwiger Panorama-Steig entlang der Ruhr einzigartige Rundblicke und zudem ein ganz besonderes Naturerlebnis; und dies mitten in der Großstadt Essen. Die heutige Wanderung beschränkt sich als Rundwanderung auf den südlichen Teil des Steigs mit insgesamt 18 km und knapp 200 Höhenmetern. Die Landschaft am Steig gestaltet sich abwechslungsreich: Südlich des blauen Bandes der Ruhr wechseln sich Wälder mit landwirtschaftlichen Gebieten ab, viele kleine Bäche begleiten den Weg. Entlang der Wege gibt es für Wanderfreunde aber nicht nur viel Grün und Natur, sondern auch spannende Sehenswürdigkeiten zu entdecken. Während der Wanderung erklärt die Wanderführerin Frau Dr. Seiffert sehr anschaulich, was am Wegesrand wächst und gedeiht, oft aber nur als „Unkraut“ wahrgenommen wird.

Treffpunkt: S-Bahnhof Essen Kettwig/Stausee, Werdener Str. 77, 45219 Essen Kettwig, neben dem Bahnhof befindet sich ein Parkplatz mit ausreichend Stellplätzen.

Mitzubringen: Spaß am Wandern, dem Wetter angepasste Kleidung, Wanderschuhe mit gutem Profil, Proviant und Getränke für unterwegs.

- **221.2A111N** Dr. Angela Seiffert
Sonntag, 3. April, 10:00–17:00 Uhr, 19 €

Wanderung auf dem Baldeneysteig: Der Süden

Seit dem Grüne-Hauptstadt-Jahr 2017 hat Essen mit dem Baldeneysteig eine attraktive Wandermöglichkeit mehr. Auf dieser Tour nehmen wir den Baldeneysee zu Fuß und per Schiff in Angriff: Vom S-Bahnhof in Essen-Werden geht es auf geführten und abwechslungsreichen Wegen zu Fuß am Südufer des Sees entlang nach Essen-Kupferdreh. Auf dem Weg erblicken wir viele Attraktionen wie die Villa Hügel auf der anderen Ruhrseite. Der südliche Teil zeichnet sich durch Wald und landwirtschaftlich genutzte Flächen aus. Körperliche Erholung bietet die Fahrt per Schiff der Weißen Flotte von Kupferdreh über den Baldeneysee zum Essener Wehr. Durch die historische Altstadt von Werden geht es dann zurück zum Ausgangspunkt. Auf der etwa 15 km langen Tour sind ca. 300 Höhenmeter zu überwinden, hierzu sind Wanderschuhe bzw. feste Schuhe und eine gute Wandergrundkondition erforderlich. Das Schiffsticket ist vor Ort selbst zu zahlen.

Treff- und Endpunkt: Essen-Werden, S-Bahnhof.

- **221.2A112N** Dr. Angela Seiffert
Sonntag, 19. Juni, 10:00–17:00 Uhr, 19 €

Wanderexkursion: Durchs Boyetal zu den „Braucker Alpen“

Der Bergbau hat auf ursprünglich landwirtschaftlicher Fläche eine große Zahl an Berghalden hinterlassen, die inzwischen durchweg begrünt und mit attraktiven Wegesystemen für die Naherholung erschlossen sind. Im Gladbecker Süden, an der Stadtgrenze zu Gelsenkirchen und Bottrop, befindet sich eine Vielzahl solcher Halden, die Braucker Haldenlandschaft oder auch „Braucker Alpen“ genannt. Die unterschiedlichen und naturnahen Halden gehen fast nahtlos ineinander über, unterscheiden sich aber in Größe, Bewuchs und Gestalt. Bei der Wanderung werden fünf von ihnen erklommen und ihre Besonderheiten erläutert. Die Mottbruchhalde ist mit 100 Metern Höhe die imposanteste von ihnen und wurde bis vor fünf Jahren in Form eines Kraters geschüttet. An ihrem Rande fließt die frisch renaturierte Boye, einer der Hauptzuflüsse der Emscher, mit ihren ebenfalls wieder sauberen Nebenbächen. Bitte bringen Sie etwas Verpflegung für das kleine Picknick mit, das wir in einer Ruhepause genießen wollen. Länge der Wanderstrecke: 13 km.

Start- und Endpunkt: Essen-Karnap, U-Bahn-Haltestelle U11 (Parkplätze an Alter Landstraße/Karnaperstr. vorhanden)

- **221.2A113N** Dr. Vera Bucker
Sonntag, 22. Mai, 11:00–18:00 Uhr, 19 €

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Sprachen für den Beruf
- Führungskräfte-Training und -Coaching
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Betriebliche Gesundheitsförderung

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst. Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird. Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220

Wanderexkursion: Industrie, Natur und Stadtentwicklung

Der Zusammenhang von Industrie, Stadtentwicklung und Landschaftsgestaltung lässt sich kaum irgendwo so gut entdecken wie im Ruhrgebiet, z. B. im Essener Süden. Bei dieser Tageswanderung (ca. 15 km) von Rellinghausen durch den Schellenberger Wald bis zum Baldeneysee/Regattastrecke sollen möglichst viele Aspekte dieser Zusammenhänge entdeckt und in lockerer Form vor Ort erkundet werden. Für die Wanderung wird wetterfeste Kleidung empfohlen, Mittagspause mit eigener Rucksackverpflegung.

Treffpunkt: Essen-Zentrum, vor dem Eingang des ehemaligen Hotels Handelshof am Hbf Essen.

- **221.2A114N** Christoph Wilmer
Sonntag, 17. Juli, 9:00-17:00 Uhr, 19 €, bei Bedarf entstehen zusätzliche ÖPNV-Kosten: ggf. Tagesticket Preisstufe A als Selbstzahler

Radtour zum Deutschen Mühltage – Windmühlen und Wassermühlen

Windmühlen prägten nicht nur das Landschaftsbild am Niederrhein und im Münsterland, sondern auch im heutigen Ruhrgebiet. Wassermühlen spielten ebenfalls als Energieträger eine vielfältige Rolle. Einige Mühlen haben überlebt – und finden seit einiger Zeit wieder Aufmerksamkeit. Wir nutzen den Deutschen Mühltage, um sie noch einmal in Aktion zu sehen und das alte Handwerk erklären zu lassen. Auf grünen, autofreien Wegen besichtigen wir in Hiesfeld eine fast 200 Jahre alte Holländerwindmühle, an der sich noch immer Windmühlenflügel drehen, wie auch die gut 300 Jahre alte Wassermühle. Dabei beschäftigen wir uns auch mit der Geschichte der Mühlen.

Start: Bahnhof Altenessen, 11.00 Uhr, Rückkehr: ca. 18.00 Uhr, Länge der Strecke: ca. 50 km

- **221.2A115N** Dr. Vera Bucker
Montag, 6. Juni, 11:00-18:00 Uhr, 19 €

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

Gemeinsam Essen und Umgebung entdecken / Ein Programm für Ältere

Würde es Sie interessieren, ins Museum zu gehen, Kunst hautnah zu erleben, einer Gerichtsverhandlung beizuwohnen, Näheres über verschiedene Sozialeinrichtungen (z. B. Altenpflege, ambulante Dienste) zu erfahren? Soziales und Kultur, Industrie und Wirtschaft – Essen und seine Nachbarregion haben eine Menge zu bieten. Gemeinsam wollen wir sehen und erleben, uns informieren und diskutieren. Gespräche bereiten die Exkursionen vor und werten sie aus. Fahrt- und Eintrittskosten sind selbst zu tragen. Der erste Termin findet in der VHS statt. Die weiteren Kurstermine und Kurszeiten können je nach zu besuchendem Angebot variieren.

- **221.2A116N** Astrid Heger
dienstags, 10:00-13:10 Uhr
Beginn 1. März, 10 Termine, 98 €
- **221.2A117N** Christoph Wilmer
montags, 9:00-12:10 Uhr
Beginn 14. März, 10 Termine, 98 €



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 27

Gelsenkirchen: Strukturwandel im Zeichen der Kunst

Das Ruhrgebiet gilt als „Europameister“ des Strukturwandels. Besonders sichtbar wird dieser im Gelsenkirchener Süden. Wir starten unsere Exkursion auf dem Gelände eines Ex-Gusstahlwerkes. Heute befindet sich hier der preisgekrönte, 300 m lange Bau des Wissenschaftsparks Gelsenkirchen, wo wir Ausstellungen im Bereich Fotokunst sowie regenerative Energien besuchen. Anschließend wandeln wir in der Siedlung Flöz Dickebank auf den Spuren der Bergleute, für die der Architekt Josef Franke die expressionistische Heilig-Kreuz-Kirche schuf. Sodann folgen wir der Gelsenkirchener Galeriemeile und lernen Ateliers kennen. Abschließend erleben wir das von Herman Prigann im Sinne der ökologischen Ästhetik gestaltete Gelände der früheren Zeche Rheinelbe mit Skulpturenwald, Spiralberg und Himmelstreppe. Hier gibt es wunderschöne Ausblicke auf das Ruhrgebiet. Ca. 4 km; Treffpunkt: Wissenschaftspark Gelsenkirchen (Haupteingang), Munscheidstr. 14, 45886 Gelsenkirchen (1,7 km vom Hbf., S-Bahn 302 Richtung Bochum, 2 Haltestellen).

Der Dozent war lange Zeit Galerist in seiner Geburtsstadt und einer der Mitgründer des Kunst- und Kulturpfads, der heutigen Galeriemeile Gelsenkirchen.

- **221.2A119N** Dr. Stefan Roggenbuck
Samstag, 7. Mai, 11:00-14:00 Uhr, 19 €

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 27

Recklinghausen: Kultur- und Einkaufsstadt im Wandel

Recklinghausen hat als Kreisstadt den Strukturwandel relativ gut hinbekommen und konnte so ihren Ruf als Kultur- und Einkaufszentrum stärken. Insbesondere die Altstadt ist durch zahlreiche Neuerungen in den letzten Jahren aufgewertet worden, auch wenn der Handel unter dem Internet und Corona leidet. Wir nehmen diese Entwicklung unter die Lupe und lernen neben dem preisgekrönten Rathaus den neuen Einkaufsstempel Palais Vest, das umgebaute Ex-Karstadtgebäude, das Ikonenmuseum, alte Sakralbauten sowie neue Kunstwerke im öffentlichen Raum kennen. Ca. 3 km, Treffpunkt: Hbf 45657 Recklinghausen, Große Perdekamp Str. 2

Der Dozent setzt sich als Sozialwissenschaftler mit dem Wandel seiner Heimatstadt auseinander und organisiert Führungen. Für sein Engagement um Nachhaltigkeit bekam er den LOKALEN AGENDA 21-Preis.

- **221.2A120N** Dr. Stefan Roggenbuck
Samstag, 14. Mai, 11:00-14:00 Uhr, 19 €

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Recklinghausen: Kulinarische Exkursion

In Zeiten von Klimawandel und ökologischem Fußabdruck kommt zunehmend die Frage auf, wie oft und wie fern gereist werden sollte. Dabei gibt es eine attraktive Alternative: die Erkundung fremder Welten vor der eigenen Haustür. Durch die anhaltende Zuwanderung ist Deutschland zu einem multiethnischen Land geworden, und dies v. a. im Ruhrgebiet. Oft konzentriert sich „Multi-Kulti“ auf einzelnen Straßenzügen, wo inzwischen Menschen aus vielen Nationen zusammenleben. Die gesellschaftliche Komplexität dieser neuen Welten ist verblüffend. Umso interessanter ist es, so einen Mikrokosmos unter die Lupe zu nehmen. Die Bochumer Straße in Recklinghausen-Süd ist so einer. Hier haben sich mittlerweile Gastronomiebetriebe mit exotischen Angeboten angesiedelt. Im Rahmen der Exkursion lernen wir deren Ursprung kennen und können auf den Geschmack kommen – in einem vietnamesischen Restaurant ist eine Mittagspause (Gerichte 8-10 Euro), in einer syrischen Bäckerei eine Kaffeepause vorgesehen. – In der Kursgebühr sind die selbst zu wählenden Speisen/Getränke nicht enthalten. Ca. 2 km; Treffpunkt: Parkplatz Korkmaz-Arena (Ex-Eintracht-Stadion) an der Bochumer Str. 60, 45661 Recklinghausen (Bus SB20 vom Hbf. Recklinghausen, in ca. 15 Minuten bis Haltestelle König-Ludwig-Straße)

Der Referent engagiert sich als Sozialwissenschaftler für den interkulturellen Dialog im Süden seiner Heimatstadt, wo er aufwuchs.

- **221.2A121N** Dr. Stefan Roggenbuck
Sonntag, 22. Mai, 11:00-14:00 Uhr, 19 €

Ruhrgebiet im Wandel

Bildungsurlaub

150 Jahre lang war das Ruhrgebiet das Zentrum der deutschen Schwerindustrie. Doch seit vielen Jahren erleben wir den Rückzug von Teilen der Großindustrie aus dieser Region. Das Ruhrgebiet ist in die Krise geraten, steht aber im Vergleich mit alten Industrieregionen in England oder Frankreich noch gut da. Offenbar gibt es hier Strategien, die einen ungebremsten Abstiegsstau verhindern. Dazu zählen eine neue Rolle der Kultur sowie der ökologischen Ausrichtung, wie die RUHR.2010 – Kulturhauptstadt Europas sowie die Grüne Hauptstadt Europas 2017 bewiesen. Wo liegen die Chancen für neue Entwicklungen, wo gibt es Probleme, welche Strukturen müssen verändert werden, um dem Ruhrgebiet eine tragfähige Zukunft zu sichern? Der Kurs findet nicht im Seminarraum statt, sondern unterwegs in der Region, im Gespräch mit Akteuren und Verantwortlichen des Strukturwandels. **Für die Fahrten innerhalb des Ruhrgebiets können Kosten entstehen. Das Angebot ist für schwerbehinderte Personen nicht geeignet. Der erste Termin findet in der VHS statt.**

- **221.2A123N** Christoph Wilmer / Paul Hofmann
Montag bis Freitag, 7. bis 11. März,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 63 €
Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.
- **221.2A125N** Christoph Wilmer / Paul Hofmann
Montag bis Freitag, 30. Mai bis 3. Juni,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 63 €
Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

ERINNERUNGSORTE

Die Exkursionsreihe versteht Geschichte als Ausdruck der Erinnerung, die an konkreten Orten besonders lebendig wird. Denn Erinnerung vor Ort hat eine andere, sinnlichere Wirkung als eine literarische Darstellung durch ein Buch. Einer solchen erlebbaren Erinnerungskultur dienen die entwickelten Exkursionen.

Früh buchen – Platz sichern!

Busexkursion: 1.000 Jahre Jüdisches Leben am Rhein – Köln

In Zusammenarbeit mit der Alten Synagoge Essen
Im Rheinland existiert seit ca. 1.000 Jahren jüdisches Leben, dem man insbesondere in der Metropole Köln nachspüren kann: Bei einem Stadtpaziergang durch die Innenstadt besuchen wir u. a. die Archäologische Zone vor dem Rathaus. Nach einem Mittagessen in der koscheren Kantine der Synagogengemeinde Köln an der Roonstrasse (Selbstzahler!) besichtigen wir die in der Pogromnacht zerstörte und im Jahr 1960 rekonstruierte Synagoge, eingeweiht von Konrad Adenauer. Die Exkursion endet mit einem Besuch auf dem Jüdischen Friedhof Bocklemünd, wo neben den Gräbern der Familie Hermann Tietz („Hertie“) sowie dem Denkmal für die jüdischen Gefallenen des Ersten Weltkriegs einige mittelalterliche Grabsteine besichtigt werden können.

- **221.2A122N** Dr. Uri Kaufmann / Dr. Günter Hinken
Sonntag, 6. März, 9:00-16 Uhr, 49 €, Entgelt inkl. Fahrtkosten, Eintritte und Führungen

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Busexkursion: Historische Kulturlandschaft Siebengebirge

Das Siebengebirge ist eine historische Kulturlandschaft besonderer Art. Über Jahrhunderte hat die Tätigkeit der Menschen hier die Landschaft geprägt. Immer wieder hat das Siebengebirge aber auch die Fantasie angeregt und romantische Emotionen wachgerufen. Bei der Tagesexkursion u. a. zur ehemaligen Abtei Heisterbach und zum Petersberg (bei Bonn) werden wir verschiedene wichtige Orte des Siebengebirges auf ihre Bedeutung befragen und das Ganze im Siebengebirgsmuseum vertiefen.

Abfahrts- und Ankunftsort: Essen-Zentrum, Fernbusabfahrtsstelle an der Freiheit (Südausgang Hbf. Essen)

- **221.2A126N** Christoph Wilmer
Sonntag, 19. Juni, 8:00-18:00 Uhr, 51 €, Entgelt inkl. Fahrtkosten, Eintritte und Führungen

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

ARBEITSPLÄTZE VOR ORT

Diese Reihe informiert über Betriebe im näheren und weiteren Umfeld, und das nicht nur theoretisch. Bei Unternehmensbesichtigungen können Sie einen Blick hinter die Werkstore werfen. Vor Ort erfahren Sie mehr über Funktionsabläufe, Organisationsformen und Arbeitsbedingungen in den Betrieben und lernen so die industrielle und gewerbliche Struktur der Region kennen. In diesem Semester werden wir uns vorwiegend mit dem Thema „Medien und Kommunikation“ beschäftigen. Aufgrund des großen Interesses in den letzten Semestern werden jedoch auch andere Themen fortgesetzt.

Für Teilnehmende, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreisen möchten, besteht die Möglichkeit, entweder telefonisch (Tel. 01803 504030) oder über das Internet (www.vrr.de) eine Fahrplanauskunft zu erhalten. Es reicht die Angabe der Zieladresse (Ort, Straße und Hausnummer).

QTRADO – Deutschlands größter Presse-großhändler: Der Presselogsitikstandort in Duisburg

Der Pressegroßhandel unterscheidet sich deutlich von anderen Großhandelsbranchen. Basis ist das im Grundgesetz garantierte Grundrecht aller Bürger auf freie Meinungsäußerung einerseits und umfassende Versorgung mit Presse andererseits. Die Pressegrößen übernehmen in ihrem regionalen Gebiet die neutrale Belieferung sämtlicher Einzelhandelsgeschäfte mit den Zeitungen und Zeitschriften aller Verlage. Aufgrund eines sich wandelnden Medienkonsums verändert sich die Branche in einem rasanten Tempo. Durch Fusion von vier Firmen entstand Anfang 2019 QTRADO als größter Pressegrössist Deutschlands. Am Standort Duisburg nahe am Innenhafen können wir uns vom Wareneingang über die Kommissionierung bis zum Versand der zahlreichen Presseartikel über die Aufgaben des Presse-Grosso und seine Zukunft informieren.

Treffpunkt: Duisburg (nahe Innenhafen), QTRADO Presselogsitikstandort, Am Unkelstein 38.

- **221.2A129N** Andreas Peters
Dienstag, 26. April, 14:00-17:00 Uhr, 14 €

Tageszeitung: Die Axel Springer-Offsetdruckerei in Essen-Kettwig

In der Offsetdruckerei Essen-Kettwig werden die Zeitungen von Axel Springer für den westdeutschen Raum sowie im Lohndruck Titel anderer Verlage produziert. Die Druckerei wurde 1973 als größte und modernste Offsetdruckerei Europas für Zeitungen in Betrieb genommen. Nach einem verheerenden Brand 1998 wurde das Druckhaus komplett erneuert. Heute werden hier auf sechs großen Rotationsdruckmaschinen neben eigenen Blättern wie Bild und Welt im Lohndruck auch Teilaufgaben der Süddeutschen Zeitung und des Handelsblatts gedruckt, täglich bis zu 700.000 Tageszeitungen. Nach einer Einführung werden wir den Weg der Zeitung von der Papierrolle bis zum Versand verfolgen können. Bitte festes Schuhwerk tragen.

Treffpunkt: Essen-Kettwig, Axel Springer Offsetdruckerei, Im Teelbruch 100.

- **221.2A131N** Andreas Peters
Mittwoch, 1. Juni, 18:00-20:30 Uhr, 14 €

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

1

2

3

4

5

6

Früh buchen – Platz sichern!

2B LÄNDERKUNDE



Beratung / Programmbereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 27

STUDIENREISEN

Studienreise nach Israel

In Zusammenarbeit mit der Alten Synagoge Essen Einmal im Leben ins „Heilige Land“ reisen – der Wunsch vieler Menschen, die sich für die Wurzeln unserer Völker und Religionen in einem jahrtausendealten Kulturraum interessieren. In Israel kann man eine Fülle einzigartiger Zeugnisse abendländischer und arabischer Kulturgeschichte sowie einige der bedeutendsten Heiligtümer dreier Weltreligionen finden.

Diese Reise ins Heilige Land bietet für Erstreisende wie für Menschen mit Israelererfahrung ein spannendes Programm: Sie kombiniert die vielen touristischen Attraktionen des Landes mit den Metropolen Tel Aviv und Jerusalem mit einzigartigen Naturlandschaften im Bereich des Jordanflusses – dem Quell des Lebens für die gesamte Region vom Norden Israels und dem besetzten Golan über den See Genezareth bis ins Jordantal an der Grenze zu den palästinensischen Autonomiegebieten (u. a. mit Jericho).

Die zehntägige Studienreise findet vom 28. März bis zum 6. April 2022 statt, sofern die pandemische Lage sowie die Einreisebedingungen Israels dies erlauben bzw. ratsam erscheinen lassen und es keine Reisewarnung des Auswärtigen Amtes für die besuchten Gebiete geben wird. Reiseveranstalter ist INTERCONTACT Gesellschaft für Studien- und Begegnungsreisen mbH

- 221.2A150N Dr. Uri Kaufmann / Dr. Günter Hinken

AUS DER FERNE – AUS DER NÄHE LÄNDERKUNDLICHE BILDERVORTRÄGE

USA: Das gelobte Land? Eine Reise von Washington D.C. nach New York City

Die USA erlebten von 1840-1939 durch die Einwanderung von 55 Millionen Menschen aus Europa einen gewaltigen Aufbruch. Mithilfe des „Homestead Act“, bei dem durch längere Bewirtschaftung Landeigentumsrechte erworben wurden, konnten produktive Kräfte ungeahnten Ausmaßes freigesetzt werden. Der Entwicklungsschub war enorm. Während die Indigenen ihres Landes beraubt wurden, verwirklichte sich für viele Eingewanderte der „amerikanische Traum“. Die USA wurden zum erfolgreichsten Land der Menschheitsgeschichte, das 20. das amerikanische Jahrhundert. Doch die letzten Jahrzehnte brachten ungewohnte Herausforderungen mit sich: 28 Billionen Dollar Staatsschulden, stagnierende Einkommen, wachsende soziale Ungleichheit, Plutokratie, Spaltung der Gesellschaft, Verlust geistiger Vitalität. Quo vadis Amerika? Bilder einer Reise von der Hauptstadt über New Jersey bis New York City bringen Aufschluss über den Zustand der Weltmacht, die zunehmend von China herausgefordert wird.

Der Dozent ist Sozialwissenschaftler und war schon als Austauschschüler in den USA. Seitdem besucht er das Land regelmäßig.

- 221.2B000N Dr. Stefan Roggenbuck
Donnerstag, 17. März, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

Schottland und die Orkney-Inseln

Dudelsack und Kilt, ehrwürdige Castles und romantische Lochs, Nessi und Whisky, sattgrüne Lowlands und raue Steilküsten, menschenleere Highlands und zukunftsweisende Forschung. Die außergewöhnliche Natur, wechselhaftes Wetter und die Randlage haben die Menschen in dem nördlichen Teil des United Kingdoms, der durch den Hadrianswall von England getrennt ist, stark geprägt. In dem Vortrag werden die Vielfalt und Besonderheiten Schottlands und der Orkney-Inseln dargestellt, die Auswirkungen geologischer Prozesse auf deren Naturlandschaften erklärt, Zeugnisse der soziokulturellen und historischen Entwicklung und des Freiheitskampfes eines stolzen Volkes aufgezeigt sowie die Weltkulturerbe-Stadt Edinburgh vorgestellt.

Die Referentin, Karin Horn, ist Geographin. Sie hält in ganz Deutschland Vorträge über unterschiedliche Länder und Regionen und stellt diese unter verschiedenen attraktiven Aspekten mit eigenen vor Ort aufgenommenen Fotos vor.

- 221.2B001N Karin Horn
Donnerstag, 3. März, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.



Beratung / Programmabereichsleiter
Nikolaos Georgakis
nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43215
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 27

CHINA: Auf dem Weg in ein Goldenes Zeitalter? Eine Reise von Shanghai nach Peking

China war lange die größte Volkswirtschaft der Welt, die alte Kultur legendär. Durch Bevölkerungsexplosion, Misswirtschaft und Korruption erlebte das Reich der Mitte Anfang des 19. Jahrhunderts einen enormen Abstieg, von 1842-1949 sogar eine Demütigung durch Besatzungsmächte. Mao Zedong setzte dem ein Ende. Doch seine Maßnahmen waren radikal und forderten viele Opfer. Erst mit Deng Xiaopings Kurs der Öffnung begann ein neuer Aufschwung. Die letzten 30 Jahre wurden gar zu den erfolgreichsten in der 3.000-jährigen Geschichte. Viele Menschen schafften den Aufstieg von der Armut in die Mittelschicht, chinesische Firmen eroberten Weltmärkte, die Neue Seidenstraße brachte weltpolitischen Einfluss. Doch gleichzeitig wurde eine digitale Diktatur errichtet, die die Menschen permanent überwacht. Damit einher ging der Personenkult um Präsident Xi Jinping. Kann dies auf Dauer gut gehen? Oder wird das autoritäre System sogar die USA als Weltmacht hinter sich lassen? Bilder einer Reise von Shanghai zur Hauptstadt Peking sollen Klarheit bringen.

Der Dozent ist Sozialwissenschaftler und hat bei seiner letzten Asienreise Chinas rasante Entwicklung unter die Lupe genommen.

- **221.2B002N** Dr. Stefan Roggenbuck
Donnerstag, 28. April, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

Paris: Liebenswerter und grüner als jemals zuvor?

Paris ist für viele Menschen ein Sehnsuchtsort – und gleichzeitig eine der am dichtesten bebauten Hauptstädte der Welt. Geschäftigkeit und Hektik des modernen Lebens prägen den Alltag. Ein ökologischer Um- und Ausbau soll Abhilfe schaffen und die „Metropole du Grand Paris“ hervorbringen. Sie soll grüner und lebenswerter werden, von jedem Ort aus soll in kurzer Zeit alles zu finden sein, was zum Alltag nötig ist. Schon jetzt sind spektakuläre Ergebnisse der Stadterneuerung zu sehen. Gleichzeitig gibt es noch immer Räume für Muße und Beschaulichkeit – vor allem im Frühjahr und Sommer, wenn Liebes- und Brautpaare sich hier tummeln. Auch die Begegnung mit anderen „Flaneuren“ wird zu einem Erlebnis. Der Lichtbildvortrag begibt sich auf Spurensuche zu den neugestalteten und romantischen Orten der Seine-Metropole und schließt auch Tipps für eine qualitätvolle Reise mit ein.

Der Referent ist Sozialwissenschaftler und bereist die französische Hauptstadt seit seiner Jugend. Von seiner letzten Reise brachte er eindrucksvolle Fotos mit.

- **221.2B004N** Dr. Stefan Roggenbuck
Donnerstag, 19. Mai, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

Nordpakistan – wilde Natur, außergewöhnliche Menschen und faszinierende Städte

„...werden wir uns jemals wiedersehen?“ – dies fragte mein Gegenüber ungläubig, als ich von meinen Reiseplänen erzählte. Ich bin wiedergekommen und war beeindruckt von einer außergewöhnlichen Reise durch ein faszinierendes Land – Pakistan. Reisen Sie mit mir auf dem Karakorum Highway, einer der höchstgelegenen Fernstraßen der Welt in das nördliche Pakistan. Erleben Sie gastfreundliche Menschen in wilder Natur. Steigen Sie entlang schneeweißer Gletscher auf Berge jenseits von 4.000 Meter. Lernen Sie den lokalen Klimawandel kennen und tauchen Sie ein in quirlige, bunte Großstädte von Punjab oder in antike Bauwerke aus dem Mogulreich des 16. Jahrhunderts. Der Bildervortrag bietet ein vielfältiges und farbenprächtiges Bild eines Landes jenseits gängiger Klischees.

- **221.2B010N** Björn M. Grün
Donnerstag, 24. Februar, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

Kuba – Zuckerbarone, Che Guevara, Castro: Vergangenheit und welche Zukunft?

Die Reise durch Kuba war noch zu Lebzeiten von Fidel Castro, sein Bruder hatte jedoch bereits die Amtsgeschäfte übernommen. Der Wunsch nach Wandel war bereits überall zu spüren. Manche Badeorte hatten sich schon auf Massentourismus eingestellt, aber die Infrastruktur war weder perfekt noch zuverlässig. Ins Internet kam man nur an einigen öffentlichen Plätzen. Die Pracht der Vergangenheit in Havannas Straßen lässt sich noch erkennen, scheint aber größtenteils dem Verfall überlassen. Lediglich die sorgfältig gepflegten historischen Autos aus den USA der 1950er/60er-Jahre schmücken noch das Stadtbild und sind die! Touristenattraktion. Es gibt noch zwei Währungen: die für die Standardversorgung der armen Bevölkerung und die Touristenwährung, mit der man alles kaufen kann.

Die Fahrt durch die Insel zeigt tropische Vegetation, architektonische Hinterlassenschaften der Zuckerbarone, den Anbau von Zuckerrohr und die Verarbeitung zu Rum. Havanna und Zigarren verschmelzen zu einem Begriff und sind wohl das begehrteste und teuerste Souvenir. Im Süden bei Santiago geschah ein Teil der Revolutionsgeschichte. Karneval, afrokubanische Einflüsse und charakteristische Musik gehören zum kulturellen Erbe.

Gieslind Brodde reist seit Jahren sehr individuell in wenig entdeckte Regionen und unbekannte Kulturen; sie berichtet beeindruckend über ihre außergewöhnlichen Begegnungen mit wunderschönen Fotos.

- **221.2B011N** Gieslind Brodde
Donnerstag, 17. Februar, 19:30-21:00 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS



1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Johanna Hellermann
johanna.hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 27

VÖLKER – HORIZONTE – SPRACHEN

FRANKREICH

Le tour de la France en chansons – Eine musikalische Reise durch Frankreich – Zum Mitsingen und Zuhören

So vielfältig wie unser Nachbarland sind die Chansons, die seine Menschen, seine Landschaften und seine Städte besingen.

Walter Weitz, Amateurmusiker und Frankreichfreund, stellt die Chansons vor, erläutert die Texte, gibt Hintergrundinformationen, stimmt die Lieder an und begleitet sie auf Gitarre, Banjo und Ukulele. Die Texte werden projiziert.

Unsere musikalische Reise führt uns von der Heimat der Ch'tis (im Norden) in die „France profonde“, das ländliche Frankreich. Wir reisen zu keltischen Klängen durch die Bretagne; Chansons lassen uns teilhaben an Marseille und seinem pulsierenden Leben, an der „ville rose“ (Toulouse) und an Lyon, der historischen Heimat der Seidenweber. Die „Route nationale 7“ führt uns in den Süden, wo wir die Düfte und Farben der Provence genießen und wo uns das Blau des Mittelmeers lockt. Über die Berge des Zentralmassivs und der Alpen gelangen wir ins Elsass, mit seiner alemannisch geprägten Kultur. Und wo sonst sollte diese Reise enden, wenn nicht in der „ville-lumières“ – dem in so vielen Liedern besungenen Paris?

Neben traditionellen Liedern singen wir Chansons von Charles Trenet, Jean Ferrat, Georges Brassens, Juliette Gréco, Gilbert Bécaud u. a.

Dauer: 2 Stunden mit 20-minütiger Pause

Auch Abendkasse; Anmeldung dringend empfohlen

- **221.2B090T** Walter Weitz
Freitag, 10. Juni, 19:00-21:20 Uhr,
10 €, Abendkasse, VHS

ITALIEN

Le canzoni di Adriano Celentano – Hommage an ein Lebensgefühl

Der Sänger und Schauspieler Adriano Celentano ist mit seinen über 80 Jahren immer noch der Inbegriff der Italo-Coolness; sein „24.000 baci“ als erster Rock 'n Roll-Song auf dem San Remo-Festival ist unvergessen. Celentanos Dynamik und Draufgängertum wurden seine Attribute, mit denen er die Tradition der Canzone italiana aufpeppte. „Azzurro“ wurde sein bekanntester Song, eine Hymne über Tagträume unter azurblauem italienischem Himmel. Er steht noch immer für das Gefühl, dass man sich nicht schämen muss, das Leben leicht zu nehmen, wie in „Una festa sui prati“. Und eingemischt in politische Fragen hat er sich auch immer.

Walter Weitz unterhält mit Anekdoten aus dem Leben von Adriano Celentano, erläutert die Texte zu seinen Liedern, singt sie gemeinsam mit Ihnen und präsentiert Videoausschnitte.

„Buon divertimento“ – viel Spaß!

Dauer: 2 Stunden mit 20-minütiger Pause

Auch Abendkasse; Anmeldung dringend empfohlen

- **221.2B092T** Walter Weitz
Freitag, 6. Mai, 19:00-21:20 Uhr,
10 €, Abendkasse, VHS

ENGLAND

Die Windsors – eine deutsche Dynastie?

Im November 2020 hielt der englische Thronfolger Prinz Charles eine Rede vor dem Deutschen Bundestag. Das Besondere war, dass er sie auf Deutsch hielt. Auch findet sich im Wappen des Prince of Wales ein deutschsprachiges Motto. Von seinem Vater Prinz Philip ist bekannt, dass auch er fließend Deutsch sprach.

Die Verbindungen des englischen Königshauses zu Deutschland gehen aber noch weiter und sind tief in der Familiengeschichte verwurzelt. Daher antwortet der Vortrag auf die provokante Frage: Wie Deutsch ist das englische Königshaus?

- **221.2B180E** Dr. Ulrich Morgenroth
Donnerstag, 28. April, 19:00-20:30 Uhr, 8 €, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCH[€]ECK
Machen Sie sich etwas – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/fofb

GRIECHENLAND

Multivision: Amorgos, Ios Folegandros, Astipalea, Sikinos

... eine Reise zu den weniger bekannten Kykladeninseln von Konrad und Margarete Langer

Konrad und Margarete Langer stellen in ihrer Multivision die weniger bekannten Kykladeninseln vor, die noch nicht unter dem Ansturm von Tagestouristen der Kreuzfahrtschiffe oder unter dem Hochzeitsfoto-Tourismus stöhnen. In der Regel sind es Inseln, die nur mit dem Schiff oder mit einem Propellerflugzeug zu erreichen sind. Diese romantischen Orte, oft um ein venetianisches Kastell gruppiert, versprechen ein Inselerlebnis mit natürlichem Charme.

Die Veranstaltung wird vom Deutsch-Griechischen Studienclub an der VHS Essen präsentiert.

- **221.2B015M** Margarete und Konrad Langer
Mittwoch, 2. März, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Filmvorführung: "Athos – Im Jenseits der Welt"

Abgeschieden von der Außenwelt leben über 2000 Mönche auf der Halbinsel Athos in Griechenland. Viele Menschen pilgern zu dieser Mönchsrepublik, die nur mit einem Visum zugänglich ist. Der Film erzählt in Tagebuchform aus dem Leben dreier Athos-Mönche. Für den Zuschauer eröffnet sich eine spirituelle Welt fernab des modernen Lebens.

Die Veranstaltung wird vom Deutsch-Griechischen Studienclub an der VHS Essen präsentiert.

- **221.2B016M** Annegret Koch
Montag, 9. Mai, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

STUDIUM CULTURALE



Beratung / Programmbereichsleiterin
 Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43211
 Anmeldung
 N.N.
 ☎ 0201 88-43212
 Nähere Informationen siehe Seite 27

Wissenschaft für alle: generationsübergreifend, zeitgemäß, mit Niveau!

- Sie möchten einen Überblick über das Wissen unserer Zeit gewinnen, Allgemeinbildung tanken?
- Sie möchten Kenntnisse auffrischen und Ihren Horizont erweitern?
- Sie wollen sich anregen lassen, an aktuellen Diskussionen teilnehmen?
- Sie legen Wert auf hohe Qualität und kompetente Expert/-innen?
- Sie möchten Gleichgesinnte kennen lernen und Ihre Freizeit sinnvoll gestalten?

Herzlich willkommen beim Studium Culturale!

Der Bereich „Gesellschaft und Kultur“ gibt Ihnen einen fundierten und fachkompetenten Überblick über die Bereiche Geschichte, Philosophie, Kunst, Musik, Literatur. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt, so dass Zeit und Raum für Fragen und Diskussionen bestehen. Und selbstverständlich bemühen wir uns um einen besonderen Service, damit Ihnen das Lernen im Studium Culturale viel Vergnügen bereitet.

Auch neue Kursteilnehmende sind herzlich willkommen, Vorkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich.

Studium Culturale: Romantik

- **221.2B100G** Sigrd Godau / Annika Lucht / Dr. Ulrich Morgenroth / Dr. Bozena Anna Badura / Matthias Pflaum
 mittwochs, 17:30-20:00 Uhr
 Beginn 16. Februar, 15 Termine, 170 €, VHS



Studium Culturale: Moderne

- **221.2B101G** Sigrd Godau / Ingvild Oester-schulte/ Dr. Ulrich Morgenroth / Dr. Bozena Anna Badura / Matthias Pflaum
 montags, 16:00-18:30 Uhr
 Beginn 14. Februar, 15 Termine, 170 €, VHS

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner

für das Qualitätsmanagement:
 Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

2C KUNST / KUNSTGESCHICHTE



Beratung / Programmbereichsleitung
 N.N.
 Anmeldung
 N.N.
 ☎ 0201 88-43212
 Nähere Informationen siehe Seite 26

KUNSTBETRACHTUNG

Der Genter Altar – Ein ABC der christlichen Kunst

Der Genter Altar oder mit vollem Titel "Die Anbetung des Lamm Gottes" von den Brüdern van Eyck gilt weltweit als Ausnahmekunstwerk und wird als eins der einflussreichsten Gemälde aller Zeiten betrachtet. Die insgesamt 18 Tafeln des Flügelaltars, die biblische Szenen und Porträts der Auftraggeber zeigen, wurden zwischen 2012 und 2019 umfassend restauriert und untersucht. Dadurch erstrahlt das Bild in neuem Glanz und es wurden sehr überraschende Details freigelegt. Die durchaus vermenschlichte Darstellung des Lammes ging zum Beispiel in den sozialen Netzwerken viral. In diesem Vortrag werden Ihnen neben einer Erklärung der reichen Symbolik des Gemäldes neue kunsthistorische und technische Einsichten vermittelt.

- **221.2C007J** Reintje Benders
 Freitag, 21. Januar, 18:40-20:10 Uhr, 9 €, Abendkasse, VHS

Der Impressionismus – Wie das Licht auf die Leinwand kam

Der Impressionismus revolutionierte im 19. Jahrhundert die Kunst: Nach einer anfänglichen Ablehnung eroberten die Impressionisten die damalige Kunstszene. Ihre Werke gehören heute zu den Höhepunkten renommierter Sammlungen. Dieser Vortrag bietet Ihnen einen Blick hinter die Kulissen dieses Kunststils, indem Ihnen moderne technologische Aufnahmen der Bilder und spannende Details gezeigt werden, die kleine und größere Geheimnisse der Maler ans Licht kommen lassen. Wie spontan malte van Gogh? Arbeiteten die Künstler immer im Freien? Wie war das Wetter bei der Entstehung eines Bildes? Woran erkennt man ein gefälschtes Bild? Wann war ein Bild fertig? Diese und andere Fragen werden am Beispiel mehrerer Meisterwerke von u. a. Monet, van Gogh, Renoir und Caillebotte beantwortet.

- **221.2C008J** Reintje Benders
 Freitag, 18. Februar, 18:40-20:10 Uhr, 9 €, Abendkasse, VHS

1

2

3

4

5

6

KONZERTE IN DER VHS: DAS BESONDERE ERLEBNIS

Immer nah dran an den Künstler/innen
und der Musik

Niki de Saint Phalle Lust – Frust – Frauenpower

Niki de Saint Phalle ist für ihre farbenfrohen und überlebensgroßen Nana-Figuren bekannt. Die Künstlerin sagt über sich „Ich war eine zornige junge Frau“ und dennoch war sie als attraktives Modell auf der Titelseite der Vogue. Von Aktionskunst und Schießbildern bis hin zu ihrem Tarotgarten in Italien oder der Grotte in den Herrenhäuser Gärten Hannover bietet ihr Werk vielfältige Facetten. Besonders beliebt sind die Gemeinschaftswerke mit ihrem Mann Jean Tinguely wie der aberwitzige Strawinsky-Brunnen in Paris oder der Life-Saver in Duisburg. Der Bildervortrag gibt einen Überblick über das spannende Werk der außergewöhnlichen Künstlerin.

- **221.2C010J** Ariane Hackstein
Mittwoch, 11. Mai, 19:00-20:30 Uhr,
9 €, Abendkasse, VHS

Zurück auf Los?

Über den Wert der Kunst in diesen Zeiten

Wie sieht unser Leben nach der Pandemie aus? Angesichts der dramatischen Einschnitte sehnen wir uns nach einer Rückkehr zum Status quo. Ist diese Sehnsucht realistisch oder ermutigt uns die Krise vielmehr, neue Wege zu erkunden? Der Workshop startet mit der Erkundung der Sammlung des Museum Folkwang.

Was lehren uns die Künste?

Ausgehend von einem weiten Kunstbegriff à la Joseph Beuys suchen wir den Dialog über unser Erleben und (Er-)Träumen einer veränderten Gegenwart. Unsere vielfältigen Eindrücke wollen wir am zweiten Tag zusammentragen und zu einer Landkarte der (un-)gezählten Aufbrüche verdichten.

- **221.2C014J** Angela Weber
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
11:00-16:15 Uhr, 14 Ustd., 70 €, VHS

2D PLASTISCHES UND TEXTILES GESTALTEN



Beratung / Programmbereichsleitung
N.N.
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 26

SCHMUCKDESIGN

Goldschmieden

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Unter gestalterischer und handwerklicher Anleitung erarbeiten Sie Schmuckstücke oder Objekte aus Messing, Kupfer oder Silber. Mit den Goldschmiede-Grundtechniken der Schmuckerstellung fertigen Sie Broschen, Anhänger, Ringe oder Ohringe. Für die Entwurfsarbeiten zu Beginn sind eigene Zeichenutensilien erforderlich. Wenn eigene Werkzeuge vorhanden, bitte mitbringen! Materialien werden bereitgestellt und im Kurs abgerechnet.

- **221.2D100J** Hilde Janich
montags, 16:55-19:15 Uhr
Beginn 7. Februar, 10 Termine, 108 €, VHS
- **221.2D101J** Hilde Janich
montags, 19:30-21:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 10 Termine, 108 €, VHS
- **221.2D105J** Janine Awater
mittwochs, 9:00-11:20 Uhr
Beginn 9. Februar, 10 Termine, 108 €, VHS
- **221.2D106J** Janine Awater
mittwochs, 11:40-14:00 Uhr
Beginn 9. Februar, 10 Termine, 108 €, VHS
- **221.2D110J** Janine Awater
donnerstags, 18:00-21:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 10 Termine, 144 €, VHS



Schmuck-Werkstatt

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Sie erhalten gestalterische und handwerkliche Anleitung und erarbeiten ein Schmuckstück oder ein Objekt aus Messing, Kupfer oder Silber. Für die Entwurfsarbeiten zu Beginn sind eigene Zeichenutensilien erforderlich. Wenn eigene Werkzeuge vorhanden, bitte mitbringen. Materialien werden bereitgestellt und im Kurs abgerechnet.

- **221.2D115J** Janine Awater
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-16:30 Uhr, 16 Ustd., 72 €, VHS
- **221.2D120J** Hilde Janich
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai,
11:00-17:30 Uhr, 16 Ustd., 72 €, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

PLASTISCHES GESTALTEN

Holz ist KUNST-STOFF

Holzbildhauerei für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Seit jeher ist Holz eines der faszinierendsten Materialien. Inspiriert durch die dynamischen Qualitäten des Naturmaterials kann in der gut ausgestatteten Holzwerkstatt auf dem Gelände der Zeche Zollverein der dreidimensionalen Entdeckerlust nachgegangen werden. Nach eigenen Entwürfen erarbeiten Sie naturalistische oder abstrakte Formen und Figuren. Stammstücke und Werkzeuge sind ausreichend vorhanden. Sie lernen das Arbeiten mit verschiedenen Bildhauerwerkzeugen und erfahren Wissenswertes über den Wert- und Kunst-Stoff Holz. Material und Werkzeugleihe: 15 €.

- **221.2D130J** Christine Ermer
Freitag, 25. Februar, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 26. Februar, 11:00-18:00 Uhr
Sonntag, 27. Februar, 10:00-17:00 Uhr,
22 Ustd., 161 €
- **221.2D131J** Christine Ermer
Freitag, 29. April, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 30. April, 11:00-18:00 Uhr
Sonntag, 1. Mai, 10:00-17:00 Uhr,
22 Ustd., 161 €

■ Klappmaulpuppen selbst gemacht. Spielen – Sprechen – Lernen

Der Workshop bietet die Möglichkeit, eine einfache Klappmaulpuppe aus Schaumstoff selbst zu bauen. Nach eigenen Vorstellungen wird unter Anleitung eine voll funktionstüchtige Puppe – wie beispielsweise aus der Sesamstraße bekannt – inkl. Körper und Armen/Händen gebaut, die anschließend bekleidet und dekoriert wird. Klappmaulpuppen sind in vielen Kontexten gewinnbringend einzusetzen und eignen sich besonders zur Vermittlung von Inhalten in pädagogischen Bereichen. Zeichnerisches Talent oder Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Die Dozentin bringt das komplette Material mit, dafür entstehen zusätzliche Materialkosten von 30 € pro Person, die im Kurs abgerechnet werden.

- **221.2D140J** Tabea Hower
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
11:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 62 €, VHS

■ Skulpturen aus Speckstein

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Speckstein lässt sich mit Raspeln und Feilen bearbeiten, schmirgeln und abschließend glatt polieren. Auch als Steatit bekannt, eignet sich dieses Material hervorragend zum Herstellen von Kleinskulpturen. Einsteiger und Fortgeschrittene lernen auf experimentelle Weise die Gestaltungsmöglichkeiten des Specksteins kennen. Sie arbeiten frei oder an Themen, die dem Einzelnen Raum lassen, einen individuellen Ausdruck zu entwickeln. Anteilige Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

- **221.2D150J** Regine Bergmann
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-17:00 Uhr, 18 Ustd., 72 €, VHS

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Bildung schenken mit dem Geschenkgutschein der VHS Essen!

Siehe Seite 169

■ Einführung in die Steinbildhauerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt Grundlagen verschiedener Steinbildhauertechniken. Beim Arbeiten am Stein lernen wir die Vielfalt der Gestaltungsmöglichkeiten, unterschiedliche Materialien (weißer Alabaster, Sandstein) und die entsprechenden Werkzeuge kennen. So entstehen Skulpturen im freien experimentellen Gestalten. Anteilige Materialkosten werden im Kurs abgerechnet. Aufgrund der Corona-Schutzmaßnahmen muss jeder Teilnehmende eine eigene Schutzbrille und Mund- und Nasenschutz mitbringen.

Gewerbliche Schule Mitte, Schwanenkampstr. 53

- **221.2D200J** Christina Clasen
montags, 18:00-21:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 14 Termine, 180 €
- **221.2D208J** Regine Bergmann
freitags, 15:00-18:00 Uhr
Beginn 18. Februar, 12 Termine, 154 €

■ Faszination Ton Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt die handwerklichen Grundkenntnisse der unterschiedlichen Aufbautechniken in der Arbeit mit Ton. Gleichzeitig lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten der Gestaltung dieses faszinierenden Materials kennen. Oberfläche, Form, Struktur – die lebendige Geschmeidigkeit des Werkstoffes Ton zu „begreifen“ und in eine kreative Form zu bringen, ist das Ziel. Anregungen und Hilfe bei der Verwirklichung eigener Ideen gehören genauso zum Kursinhalt wie zahlreiche Beispiele aus der Kunst- und Gebrauchskeramik.

- **221.2D220J** Doris Brändlein
montags, 9:00-11:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS
- **221.2D223J** Doris Brändlein
montags, 11:40-14:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS
- **221.2D227J** Doris Brändlein
montags, 14:20-16:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS
- **221.2D228J** Doris Brändlein
dienstags, 9:00-11:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS
- **221.2D230J** Doris Brändlein
dienstags, 16:50-19:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS
- **221.2D232J** Doris Brändlein
dienstags, 19:30-21:50 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 162 €, VHS



1

2

3

4

5

6

Früh buchen – Platz sichern!

Figürliches Gestalten mit Ton Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Ausgehend von einfachen Figuren oder Masken entwickeln Sie an eigenen Themen Ihr individuelles Formgefühl. Porträtstudien und Studien des menschlichen Körpers schulen die Beobachtungsgabe und das Gefühl für Proportionen. Die Kombination von Ton mit anderen Materialien ist vorgesehen. Für den Ton fallen zusätzliche Materialkosten an.

- **221.2D236J** Norbert Pielsticker
mittwochs, 18:40-21:50 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 192 €, VHS

Freies plastisches Gestalten Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Sie arbeiten mit verschiedenen Materialien wie Ton, Speckstein oder beziehen auch Fundstücke aus der Natur mit in die Gestaltung ein. Sie erhalten Anregungen der Kursleiterin oder gestalten nach eigenen Ideen und Entwürfen.

- **221.2D240J** Ute Seidel-Hartung
donnerstags, 9:00-12:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 192 €, VHS

TEXTILES GESTALTEN

Nähen kompakt für Fortgeschrittene

Wir verfeinern und vertiefen Techniken des Schneidens. In kleiner Gruppe können wir an einem Wochenende konzentriert und effektiv an der Fertigstellung eines Kleidungsstückes arbeiten oder ein neues, umfangreicheres Nähobjekt beginnen. Wir lernen, wie man ein Kleidungsstück optimal an den Körper anpasst. Unter fachlicher Anleitung können Details des Schnittes abgeändert werden. Nähmaschinen sind vorhanden, eine eigene Maschine kann gerne mitgebracht werden.

- **221.2D244J** Sigrid Lachnitt
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 80 €, VHS
- **221.2D247J** Sigrid Lachnitt
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 80 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleitung
N.N.
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 26

Nähmaschinenbedienung und kleine Stoffkunde Zur Vorbereitung der Anfänger/-innen aller Nähkurse

Wie funktioniert die Nähmaschine? Welchen Stoff wähle ich für ein Kleidungsstück?

Sie lernen Zubehör und Stichprogramme kennen und üben ihre unterschiedlichen Anwendungen ein. Anschließend fertigen Sie einen Beutel und ein Kissen mit Reißverschluss. Hier werden zahlreiche Stoffarten vorgestellt, wie z. B. Oberstoffe, verschiedene Gewebearten, Einlage- oder Futterstoffe und wir besprechen, für welches Kleidungsstück sich diese eignen. Nähmaschinen sind vorhanden, die eigene kann gerne mitgebracht werden.

- **221.2D245J** Sigrid Lachnitt
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 80 €, VHS

Schnittmuster anpassen und gestalten für Fortgeschrittene

Lernen Sie Ihre Fertigschnitte von Oberteil, Kleider, Rock zu modifizieren. Die Möglichkeiten der Schnittveränderung werden erst an einer verkleinerten Grundschnittzeichnung vorgeführt und geübt. Erweiterungen, Verkleinerungen können vorgenommen, Abnäher verlegt oder kreierte, Teilungsnähte angelegt werden. Darüber hinaus schneiden wir den Schnitt gezielt auseinander und setzen ihn zur passgenauen Form wieder zusammen. So lassen sich z. B. Oberweite und Vorderlänge oder auch der hohle bzw. runde Rücken korrigieren. Die Veränderungen werden in den eigenen Schnitt übertragen. Einige Schnittideen, wie z. B. eine gerade Form in eine glockige oder einen glatten Ausschnitt zum „Wasserfall“ zu verwandeln, können umgesetzt werden, auch Falten, Stufen, Abtrennungen, Kragen und anderes mehr.

- **221.2D246J** Sigrid Lachnitt
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 10:00-16:00 Uhr,
16 Ustd., 88 €, VHS



Kleidung selber nähen Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse des Zuschneidens und der Nähtechniken und eröffnet Ihnen die Möglichkeit, individuelle Kleidungsstücke nach Ihren eigenen Vorstellungen anzufertigen. Falls eine eigene Nähmaschine zu Hause nicht existiert, sollten Sie eine Anschaffung planen. Der erste Termin umfasst auch eine Beratung zu Schnitt und Stoffauswahl.

- **221.2D253J** Annelore Herzberg
mittwochs, 17:30-20:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 162 €
KETTWIG, Theodor-Heuss-Gymnasium,
Hauptstr. 148

Nähen – Oberteile, Kleider und Röcke Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Wir lernen Kleidungsstücke nach Schnitten in verschiedenen Schwierigkeitsgraden zu fertigen. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse und weiterführende Schneidertechniken wie Ausschnittverarbeitung, das Einsetzen des Ärmels, Knopfleiste oder Reißverschluss, Kragen und Manschetten. Der Fertigungsprozess besteht aus vielen kleinen Schritten, die sorgfältig erklärt und geübt werden. Es stehen einige Nähmaschinen zur Verfügung.

- **221.2D254J** Sigrid Lachnitt
mittwochs, 17:30-19:45 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 135 €, VHS

Nähen für Fortgeschrittene mit eigenen Projekten Nur für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen, die Unterstützung für ihre eigenen Projekte suchen. Ob Sie eine Bluse, einen Blazer oder Kinderkleidung nähen – hier bekommen Sie kompetente Unterstützung.

- **221.2D255J** Claudia Held
donnerstags, 19:00-21:30 Uhr
Beginn 3. März, 12 Termine, 108 €, VHS

Nähmaschinenbedienung und kleine Stoffkunde Zur Vorbereitung der Anfänger/-innen aller Nähkurse

Wie funktioniert die Nähmaschine? Welchen Stoff wähle ich für ein Kleidungsstück?

Sie lernen Zubehör und Stichprogramme kennen und üben ihre unterschiedlichen Anwendungen ein. Anschließend fertigen Sie einen Beutel und ein Kissen mit Reißverschluss. Hier werden zahlreiche Stoffarten vorgestellt, wie z. B. Oberstoffe, verschiedene Gewebeanlagen, Einlage- oder Futterstoffe und wir besprechen, für welches Kleidungsstück sich diese eignen. Nähmaschinen sind vorhanden, die eigene kann gerne mitgebracht werden.

- **221.2D260J** Sigrid Lachnitt
freitags, 15:00-18:00 Uhr
Beginn 4. März, 4 Termine, 80 €, VHS

AUSSTELLUNGEN

Große Teilnehmenden-Ausstellung der Fotografiekurse „Stadtleben“

1. Februar bis 25. März 2022

Die VHS Essen bietet ein sehr breites Spektrum im Bereich Fotografie an. Die entstandenen Arbeiten zum Thema „Stadtleben“ präsentiert die VHS in der großen Fotoausstellung 2022. Lassen Sie sich überraschen, wie unterschiedlich dieses Thema umgesetzt und interpretiert werden kann.

Die Eröffnung findet am 1. Februar um 19:00 Uhr statt.

Montag bis Freitag, 9:00 -21:00 Uhr,
in den Ferien: 9:00 -15:00 Uhr Uhr, entgeltfrei
Zu sehen auf allen Etagen.

Große Teilnehmenden-Ausstellung der Malerei und Gestaltungskurse „Stadtleben“

17. Mai bis 24. Juni 2022

Die VHS Essen bietet ein sehr breites Spektrum kreativer Kurse an. Hier können Sie malen, fotografieren, zeichnen, plastisch gestalten und goldschmieden. Diese Vielfalt präsentiert die VHS in der großen Teilnehmenden-Ausstellung 2022. Das Thema zur Ausstellung lautet: „Stadtleben“. Lassen Sie sich überraschen, wie unterschiedlich dieses Thema umgesetzt und interpretiert werden kann.

Die Eröffnung findet am 17. Mai um 19 Uhr statt.
Mo. bis Fr. 9 bis 21 Uhr, in den Ferien: 9-15 Uhr, entgeltfrei

Zu sehen auf allen Etagen und der Neuen Galerie.

2E DESIGN / FOTOGRAFIE



Beratung / Programmbereichsleiterin

Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de

☎0201 88-43210

Anmeldung

N.N.

☎0201 88-43212

Nähere Informationen siehe Seite 27

BERUFSBEGLEITEND KUNST UND DESIGN

Einen Workflow mit Lightroom & Photoshop aufbauen



Archivierung und Bildbearbeitung Grundlagenkurs
Sie lernen strukturiert und effektiv die grundlegende Bildarchivierung und -bearbeitung kennen und anzuwenden. Wir arbeiten exemplarisch mit Lightroom und Photoshop, denn das Gelernte ist gut auf andere Programme übertragbar. Sie lernen die Voreinstellungen (u. a. die Programmeinstellungen, das Farbmanagement), den Import, die Selektion, die Kennzeichnung von Bilddaten kennen, machen Tonwert- und Farbkorrekturen und beheben Objektiv- und Perspektiv-Verzerrungen. Ziel ist es, ein solides Fundament für seinen Workflow zu erstellen. Im Entgelt sind die Kosten für das Skript und die Nutzung des Video-Tutorials enthalten. Der Intensivkurs ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz von NRW anerkannt.

- **221.2E010R** Thomas Bocian
Montag bis Donnerstag, 15. bis 18. August,
9:30-16:00 Uhr, 232 €, VHS

Digitale Fotografie – von der Aufnahme bis zur Präsentation



Dank digitaler Fotografie ist es leichter geworden, technisch akzeptable Fotos zu machen, gleich ob für berufliche oder private Zwecke. Ganz von selbst entstehen die Bilder jedoch noch immer nicht in der gewünschten Qualität. Hier erfahren Sie den Workflow der digitalen Fotografie von der Aufnahme bis zur Präsentation. Sie lernen Elemente digitaler Foto- und Aufnahmetechnik in den Bereichen der Porträt-, Produkt- und Architekturfotografie kennen. Nachdem Fragen der Bildgestaltung erörtert sind, werden Sie während des Kurses unter Anleitung fotografieren und für eine Bildpräsentation die Bilder mit Photoshop bearbeiten. Voraussetzung: Windows-Kenntnisse und eigene DSLR Kamera, die Sie bitte inklusive Handbuch mitbringen. Im Entgelt sind die Kosten für das Skript und die Nutzung des Video-Tutorials enthalten. Besitzer von Kompakt- und Systemkameras mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten sind auch gern gesehen. Der Intensivkurs ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz von NRW anerkannt.

- **221.2E012R** Thomas Bocian
Montag bis Mittwoch, 20. bis 22. Juni,
9:30-16:30 Uhr, 3 Termine, 184 €, VHS



1

2

3

4

5

6

Präsent auf Instagram: Image aufbauen durch starken Content!

Mit eigenem Instagram-Profil können Sie schnell und einfach digital präsent sein. Als Unternehmer, Freiberufler, Künstler oder als Privatperson. Sie können Ihre Gedanken, Überzeugungen oder Dienstleistungen und Produkte teilen, um die Sichtbarkeit und den Wiedererkennungswert zu steigern. Sie können auch Ihr Image und das Image Ihres Unternehmens durch hochwertigen Content (Inhalt) aufbauen. Sie müssen kein Fotograf sein, um selbst Bilder zu erstellen. Mit ganz einfachen Mitteln geht es auch mit Ihrem Smartphone.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Instagram tickt. Sie erfahren:

- wie Sie Follower/Kunden gewinnen

- wie Sie richtig kommunizieren

- wie Beiträge, Stories und Header funktionieren

Durch viele praktische Aufgaben erarbeiten Sie sich Inhalte speziell für Ihren Instagram-Auftritt. Der Schwerpunkt liegt in der Entwicklung einer eigenen Bildersprache. Ihr fertiges Produkt am Ende des Kurses ist ein Profil mit starkem Header und Contentplan.

■ **221.2E020R** Xenia Gromak
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-17:15 Uhr, 18 Ustd., 99 €, VHS

■ **221.2E023R** Xenia Gromak
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-17:15 Uhr, 18 Ustd., 99 €, VHS



FOTOGRAFIE WORKSHOPS / KOMPAKTKURSE



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Workshop: Die hohe Kunst der Fotografie

In diesem Workshop durchlaufen Sie exemplarisch die kreative Schaffensweise einer fotografischen Arbeit vom Ideenfinden (es stehen verschiedene Themen zur Auswahl), Planen, Vorbereiten und dem letztendlichen Fotografieren bis zur anschließenden konstruktiven Kritik. Der Schwerpunkt liegt auf der gestalterischen und kreativen Ebene, technische Probleme werden auf einem fortgeschrittenen Niveau geklärt. Ziel ist das Erarbeiten von ausdrucksvollen Fotografien bei gemeinsamen, praktischen Übungen und einer Fotoexkursion. Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet. Voraussetzung: digitale Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten

■ **221.2E030R** Tina Delia Umlauf
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-16:30 Uhr, 16 Ustd., 96 €, VHS

Grundlagen-Workshop: Photoshop

Sie erlernen durch praktisches Arbeiten den Umgang mit den wichtigsten Werkzeugen und Befehlen von Photoshop CS6. So lernen Sie Schritt für Schritt das Programm und seine Funktionen kennen. Sie erfahren alles über die grundlegenden Werkzeuge, den Maskierungsmodus und Auswahlen. Sowohl die globale als auch die lokale Bildkorrektur bezüglich Helligkeit und Farbe stehen im Fokus. Ziel ist ein sicherer Umgang mit Farbräumen und Bildformaten. Durch praktische Übungen an Beispielbildern werden die erlernten Fähigkeiten anschließend vertieft. Am Ende entsteht ein Gesamteindruck des fotografischen Workflows. Entgelt inkl. Zugang zu den Online-Tutorials, die Sie auch nach der Veranstaltung zum vertiefenden Lernen nutzen können.

■ **221.2E034R** Thomas Bocian
Samstag, 5. März, 10:00-16:45 Uhr, 78 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

Aufbau-Workshop: Photoshop Schwerpunkt: Ebenen

Sie erlernen den Umgang mit den wichtigsten Funktionen der Ebenentechnik. Sie nähern sich praxisorientiert Schritt für Schritt diesem Thema. Angefangen von Effektebenen geht es hinüber zu den Text- und später zu den Pixelebenen. Das Arbeiten verfeinern Sie mithilfe von Einstellungsebenen und Ebenenmasken. Alle diese Techniken erlauben die non-destruktive Bildbearbeitung, die bis zu komplexen Montagen führt. Das Ziel ist ein sicherer Umgang mit der komplexen Ebenentechnik. Voraussetzung: gute PC-Kenntnisse, Kenntnisse im Umgang mit Windows-Programmen. Entgelt inkl. Zugang zu den Online-Tutorials, die Sie auch nach der Veranstaltung zum vertiefenden Lernen nutzen können.

■ **221.2E038R** Thomas Bocian
Sonntag, 6. März, 10:00-16:45 Uhr, 78 €, VHS

Smartphone-Fotografie Die kleinen Geheimnisse gelungener Fotografie

Das Smartphone ist überall mit dabei und die integrierte Kamera ist jederzeit bequem einsetzbar. Viele spontane Ereignisse lassen sich festhalten. Dieser Basis-Workshop vermittelt das Know-how für bessere Bilder. Mit praktischen Übungen werden wir Grundlagen über Lichtrichtung, Intensität und Kontraste kennenlernen. Aber auch die technischen Bedienelemente des Smartphones, die oft ungenutzt bleiben, werden in praktischen Übungen erarbeitet. Zudem wird eine Auswahl beliebter Foto-Apps und deren Nutzung vorgestellt. Sie schärfen Ihren Blick und entwickeln ein Feingefühl für ansprechende, spannungsreiche Fotos, so werden Ihre Bilder echte Hingucker. Schnell sind Ihnen die Themen Plastizität, Linienführung, Bildkontrast oder goldener Schnitt geläufig, denn das theoretische Wissen probieren wir praktisch an Ort und Stelle aus.

■ **221.2E040R** Roland Artur Berg
Samstag, 12. März, 10:00-16:15 Uhr, 60 €
Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

Faszination Lightpaintings Einsteigerworkshop

Beim Lightpainting fotografieren Sie in dunkler Umgebung mit Stativ und Langzeitbelichtung. Während der Belichtung können mit verschiedenen Lichtquellen Objekte, Wörter und Bilder in das Foto gemalt werden. Nach einer Einführung in die Langzeitbelichtung fotografieren Sie gemeinsam draußen und erschaffen in der Gruppe spannende Motive und Effekte. So lernen Sie in der Praxis die Tricks und Kniffe der faszinierenden Technik besser kennen. Am Sonntag besprechen Sie eine Auswahl der entstandenen Fotos in der VHS. Voraussetzung: Fotografisches Grundwissen, Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten, ein Stativ.

- **221.2E042R** Tina Delia Umlauf
Samstag, 2. April, 17:30–23:30 Uhr
Sonntag, 3. April, 11:00–14:00 Uhr,
12 Ustd., 66 €, VHS

Bildbearbeitung mit dem Programm GIMP Grundlagen

Lernen Sie an nur einem Samstag die Grundfunktionen der Bildbearbeitung kennen.

GIMP ist ein lizenzfreies Bildbearbeitungsprogramm, das alle wichtigen Funktionen für die Bearbeitung von Fotos bietet. Sie lernen die Grundfunktionen zur Korrektur und Optimierung Ihrer Fotos kennen und bekommen eine Einführung in die Ebenentechnik, die für Bildmontagen benötigt wird. GIMP gibt es für alle Betriebssysteme (Windows, Linux, Apple OS). Voraussetzung: Sie sollten mit einem Windows-PC umgehen können.

- **221.2E046R** Hans Laczny
Samstag, 2. April, 9:30–16:30 Uhr, 44 €, VHS



Unter Tage ist es schön?! Fotoexkursion zum Trainingsbergwerk Recklinghausen

Auf den Spuren der Kumpel. Fototour durch das ehemalige Trainingsbergwerk Recklinghausen. Derzeit wird versucht, das Trainingsbergwerk Recklinghausen auch nach Beendigung des Deutschen Steinkohlenbergbaus zu erhalten und für interessierte Besucher zu öffnen. In dieser einmaligen Erlebniswelt kann jede/r hautnah erfahren, wie Steinkohlenbergbau bis zum 31.12.2018 in Deutschland betrieben wurde. Das merkwürdige Gefühl, 1000 m unter der Oberfläche zu sein, befällt selbst altgediente Hauer, die Zeit ihres Lebens in die Grube eingefahren sind. Der typische Geruch der Grube und die Streckenquerschnitte sind in dieser Form wohl einmalig in Deutschland. Themenbereiche sind Langzeitbelichtungen, hohe ISO-Bereiche, Fotoarbeiten unter schwierigen Bedingungen. Entgelt inkl. Eintrittsgeld und Gebühr für die nicht-kommerziellen Verwendungsrechte der Bilder.

- **221.2E050R** Torsten Thies
Freitag, 8. April, 16:30–21:00 Uhr, 73 €
Treffpunkt: Trainingsbergwerk,
Wanner Straße 30, 45661 Recklinghausen.

KONZERTE IN DER VHS: DAS BESONDERE ERLEBNIS

Immer nah dran an den Künstler/innen
und der Musik

Einstieg in die Makrofotografie Ein Workshop für Detailverliebte

Sie interessieren sich für die kleinen Details und möchten diese gerne anderen näherbringen? Hier können Sie sich mit folgenden Themen vertraut machen: Naheinstellgrenzen, Abbildungsmaßstab, ideale Blende oder optimale Nutzung der Schärfentiefe. In praktischen Übungen beschäftigen Sie sich mit der Lichtgestaltung, der Fokussierung und der Belichtungskontrolle. Darüber hinaus zeigt der Dozent Möglichkeiten auf, wie man der Welt der kleinen Objekte, je nach Anspruch und Budget, noch näher kommt.

- **221.2E052R** Roland Artur Berg
Samstag, 30. April, 10:00–17:00 Uhr, 48 €
Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/bfwp

Wuppertaler Schwebbahn Fototour bei Nacht

Diese Tour führt uns zu verschiedenen Haltestellen der Wuppertaler Schwebbahn. Gemeinsam bewegen wir uns mit der Schwebbahn entlang der Strecke und bearbeiten an verschiedenen „Fotospots“ die gestellten Fotoaufgaben. Wir kreieren gemeinsame Bildideen und setzen diese um. Themen werden u. a. sein: Architekturfotografie, Mitzieher, Streetfotografie und weitere Themen. Die Tour ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Von der Villa Rü aus fahren Sie gemeinsam nach Wuppertal. Entgelt inkl. Fahrtkosten. Kleingruppe 4–8 Personen.

- **221.2E066R** Torsten Thies
Freitag, 13. Mai, 16:00–23:30 Uhr, 89 €
Villa Rü, Girardetstr. 21

Bildbearbeitung mit dem Raw-Format Grundlagen

Mit dem JPEG-Format kann man eine gute Bildqualität erzielen. Wer dieses Niveau steigern will und auch problematische Aufnahmen retten möchte, sollte seine RAW-Formate mit einem RAW-Konverter entwickeln. Erweitern Sie Ihre Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit dem kostenlosen RAW-Konverter 'Darktable'. Er ist verfügbar für Windows, macOS und Linux. 'Darktable' kann als eigenständiges Programm genutzt oder mit dem ebenfalls kostenlosen Bildbearbeitungsprogramm GIMP kombiniert werden. Voraussetzung: Sie sollten Vorerfahrungen mit einem Bildbearbeitungsprogramm haben.

- **221.2E071R** Hans Laczny
Samstag, 7. Mai, 9:30–16:30 Uhr, 48 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Workshop Beautyfotografie: Das Zusammenspiel von Fotografie und Bildbearbeitung

Sie lernen grundlegende Lichtsetups der Beautyfotografie kennen und erfahren, worauf es bei der Ausleuchtung ankommt und welche Lichtformer sich dafür besonders eignen. Die Inhalte und Bildideen werden praxisorientiert vermittelt und lassen Freiraum für wichtige Fragen zur Ausrüstung, dem Make-up und dem Finden von Modellen. Anschließend erfolgt die Bearbeitung der erstellten Bilder, bei denen die gezielte Retusche der Haut und das Angleichen von Helligkeiten ebenso im Vordergrund stehen, wie das sogenannte Dodge & Burn und das Verflüssigen. Anhand geeigneter Fotos wird eine beispielhafte Beauty-Bildbearbeitung durchgeführt. Am Ende des Kurses können Sie anhand des erlernten Workflows eigene Bilder mit Leichtigkeit umsetzen. Voraussetzungen: eigene Kamera mit Blitzschuh Mittenkontakt und manuellen Einstellungsmöglichkeiten. Kosten für das Modell, Visagistin und Equipment (50 € p. P.) werden im Kurs abgerechnet.

- **221.2E074R** Thomas Bocian
Sonntag, 8. Mai, 9:00-17:30 Uhr, 60 €, VHS

Duisburg bei Nacht Stadt von Feuer und Wasser

„Duisburg schläft nie...“ und das macht diese Stadt für eine Nachttour besonders interessant. Der Duisburger Hafen gilt als größter Binnenhafen der Welt. Er prägt die Wirtschaft der Stadt genauso wie die Eisen- und Stahlindustrie. Fast ein Drittel des in Deutschland erzeugten Roheisens stammt aus den acht Duisburger Hochöfen. Der Trans-Eurasia-Express verkehrt mit etwa 60 Zügen wöchentlich zwischen Duisburg und China, damit ist Duisburg ein bedeutender Knotenpunkt der „neuen chinesischen Seidenstraße“. Auf dieser Fototour besuchen wir unter anderem den Duisburger Innenhafen, Rhein Orange und den Alsumer Berg. Der praxisorientierte Kurs ermöglicht die sofortige Besprechung und Analyse Ihrer Fotos. Treffpunkt: Villa Rü. Zu Beginn findet eine umfassende Einführung in das Thema Nachtfotografie und Langzeitbelichtung statt. Voraussetzung: Kamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten für Blende, Zeit und ISO.

- **221.2E078R** Torsten Thies
Samstag, 21. Mai, 18:00-01:40 Uhr
10 Ustd., 135 €

Fototour Landschaftspark Duisburg bei Nacht

In dem über 90 Jahre alten, ehemaligen Hüttenwerk lässt sich Industriegeschichte der Stahlindustrie im Ruhrgebiet erleben und fotografieren. Der Fotokurs in der illuminierten Industriekulisse gibt viele praktische Tipps und Tricks zum Thema Nachtfotografie. Wir werden den Landschaftspark bei Nacht erkunden und uns mit dem Thema Nachtaufnahmen/Langzeitbelichtung beschäftigen. Der besondere Reiz liegt in der Fotografie der durch den Lichtkünstler Jonathan Park mit Kunstlicht illuminierten Industriekulisse Landschaftspark bei Nacht. Licht, Spiegelungen und Reflexe spielen hier eine besondere Rolle. Der praxisorientierte Kurs ermöglicht die sofortige Besprechung und Analyse Ihrer Fotos. Es findet eine umfassende Einführung in das Thema Nachtfotografie und Langzeitbelichtung statt. Voraussetzung: Kamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten für Blende, Zeit und ISO. Es entstehen zusätzliche Kosten von 30 € p. P. für den Zugang zu Orten, die nur in Verbindung mit Wachpersonal begehbar sind (blaue Bunkertasche, rote Bunkertasche, Aussichtsplattform, Hochofen 5).

- **221.2E082R** Torsten Thies
Samstag, 28. Mai, 19:00-23:30 Uhr, 66 €
Treffpunkt: Landschaftspark Duisburg Nord,
Pförtnerhaus, Emscherstr. 71, 47147 Duisburg

Expedition Lensball im Landschaftspark Duisburg Nord

Die Glaskugel oder der Lensball erlaubt uns einen einzigartigen Blick auf die Welt. Eine scheinbar schwerelos, auf dem Kopf stehende Welt, gefangen in einer Glaskugel. Sie bietet uns eindrucksvolle 180°-Ansichten und gibt neue Inspiration und Darstellungsformen. So entsteht viel Raum für Kreativität! Sie erhalten einen Einblick in die Möglichkeiten und erfahren verschiedene kreative Ansätze für neue Fotoideen, die Sie im Landschaftspark Duisburg umsetzen. Sie erhalten Einblick in die Möglichkeiten und kreative Ansätze, die über die Landschaftsfotografie hinausgehen. Die Lensballs werden zur Verfügung gestellt, aber Sie können auch gerne Ihre eigenen mitbringen.

- **221.2E086R** Torsten Thies
Sonntag, 29. Mai, 12:00-16:30 Uhr, 36 €
Treffpunkt: Landschaftspark Duisburg Nord,
Pförtnerhaus, Emscherstr. 71, 47147 Duisburg



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Bildbearbeitung mit dem Programm GIMP Aufbau-Workshop

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bisher die Grundfunktionen der Bildbearbeitung genutzt haben. Gimp bietet viele weitere Funktionen zur Bildbearbeitung an. Sie lernen die Ebenentechnik und die Verwendung von Ebenenmasken kennen. Diese Techniken werden für anspruchsvollere Bildbearbeitungen gebraucht, z. B. um Unterbelichtungen auszugleichen, HDR-Bilder zu erstellen, Schrift zu gestalten, für Mehrfachbelichtungen und Freistellungstechniken. Darüber hinaus lernen Sie das Hinzufügen von Gimp-Erweiterungen (Scripts und Plugins), die kostenlos im Netz angeboten werden.

- **221.2E090R** Hans Laczny
Samstag, 11. Juni, 9:30-16:30 Uhr, 48 €, VHS

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**

Porträtfotografie mit natürlichem Licht

Jedes Gesicht ist anders, jedes Gesicht ist schön. Aber diese Tatsache allein ist keine Garantie für ein gelungenes Porträt-Foto. Hier gilt es, den Menschen, vor allem das Gesicht mit all seinen Facetten und Emotionen ins richtige Licht zu setzen. Wir beschäftigen uns intensiv mit dem natürlichen Licht, aber auch andere Faktoren wie Bildausschnitt, Augen, Haare und Mimik thematisieren wir. Sie haben abwechselnd die Möglichkeit, ein routiniertes Fotomodell zu porträtieren, um das Gelernte umzusetzen. Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, ansprechende Porträtbilder selbstständig zu erstellen. Voraussetzungen: eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten. Kosten für das Modell (50 €) werden im Kurs abgerechnet.

- **221.2E094R** Thomas Bocian
Sonntag, 12. Juni, 10:00-16:45 Uhr, 48 €, VHS

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Sommerkurs Digitale Fotografie Das Startpaket für Einsteiger

Das Paket enthält: theoretische Grundlagen, foto-praktische Übungen, Bildbearbeitung am PC, ein Softwarepaket zum Mitnehmen. Sie lernen die Funktionen Ihrer Digitalkamera kennen und wenden diese bei Fotospaziergängen an mehreren Seminartagen an. Sie erfahren die wichtigsten Funktionen für die Bildkorrektur und Bildoptimierung am PC. Alle Programme, die Sie im Seminar für die Bildbearbeitung und Bilderschau benutzen, können Sie entgeltfrei mit nach Hause nehmen. Voraussetzungen: allgemeine PC-Kenntnisse und eine Digitalkamera. Der Kameratyp spielt keine Rolle.

- **221.2E098R** Hans Laczný
Montag - Freitag, 13.-17. Juni
9:30-16:30 Uhr, 4 Termine, 120 €, VHS

Oberhausen – Wiege der Ruhrindustrie

Auf dieser Fototour entdecken wir die urbane Landschaft Oberhausens. Unterwegs sehen wir, wie Eisenbahn und Großindustrie eine Stadt entstehen ließen. Wir steuern wichtige Zeugen eines glanzvollen Kapitels der Oberhausener Stadtentwicklung an. Hier erfahren wir, wie die Industrialisierung den Städtebau beeinflusst hat. Einige dieser Kleinode sind nachts beleuchtet und zeigen allen, die nicht aus Oberhausen kommen, wie schön doch dieser Teil der Metropole Ruhr am Kanal und an der Emser sein kann. Kleingruppe 4 bis 8 Personen.

Treffpunkt: Villa Rü, Girardetstr. 21

- **221.2E102R** Torsten Thies
Samstag, 18. Juni, 16:00-23:30 Uhr, 100 €

1 x 1 der Fotografie Grundlagenworkshop

Die Kamera besitzt eine Vielzahl technischer Bedienelemente, die oftmals nur in professionellen Modi genutzt werden können. Zu Beginn lernen Sie die technischen Grundlagen wie Zeit, Blende, ISO und ihre Zusammenhänge bei der Belichtungsmessung kennen. Weißabgleich, Autofokus, Schärfentiefe sowie die Wahl des richtigen Objektivs werden außerdem thematisiert. Sie erhalten praktische Tipps und können Ihr hinzugewonnenes Wissen unter professioneller Anleitung sofort im Workshop ausprobieren. So gewinnen Sie noch mehr Spaß an schönen Fotos. Eine entsprechende Ausrüstung steht zur Verfügung. Es ist jedoch sinnvoll, Ihre eigene Spiegelreflexkamera oder Kompaktkamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten mitzubringen. Der Workshop ist auch für Teilnehmende geeignet, die Fotografie beruflich nutzen möchten. Veranstaltungsort: Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

- **221.2E106R** Roland Artur Berg
Samstag, 9. Juli, 10:00-16:15 Uhr, 68 €
Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

FOTOGRAFIE KURSE

Fotokurs mit Laborarbeit Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In der Schnellebigkeit der digitalen Bilderflut erscheint das Arbeiten mit der analogen Schwarz-Weiß-Fotografie erholend, geradezu meditativ. Hier erlernen oder vertiefen Sie die technischen und gestalterischen Grundlagen der Fotografie. Sie fotografieren zu verschiedenen Themen (Landschaft, Porträt, Stilleben) auf Schwarz-Weiß-Filmen und entwickeln diese selbst. Von Ihren Bildfavoriten fertigen Sie im Labor eigenhändig Vergrößerungen. Genießen Sie die Langsamkeit der Bilder. Für Materialien wird ein Kostenbeitrag erhoben.

- **221.2E200R** Ralf Roller
dienstags, 18:40-21:50 Uhr
Beginn 1. März, 10 Termine, 140 €, VHS



Thematisches Arbeiten in Farbe und Schwarz-Weiß

Wir versuchen die Schnelligkeit der heutigen Fotografie zu reduzieren und praktizieren „entschleunigte“ Fotografie, indem wir uns Raum und Zeit geben, individuelle Bildideen zu entwickeln und zu verwirklichen. Gemeinsam lassen wir eine Idee für ein „Semestertema“ entstehen, welches individuell und in einer gemeinsamen Exkursion umgesetzt wird. Der Schwerpunkt liegt auf der gestalterischen und kreativen Ebene, technische Probleme werden auf einem fortgeschrittenen Niveau geklärt. Ziel ist das Erarbeiten von ausdrucksvollen Fotografien und Foto-Serien. Das SW-Labor steht während des Kurses für eigene Vergrößerungen zur Verfügung. Für Materialien wird ein Kostenbeitrag erhoben.

- **221.2E202R** Sebastian van den Akker
mittwochs, 9:00-12:10 Uhr
Beginn 23. Februar, 14tg., 9 Termine,
126 €, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Fotografie-Aufbaukurs

Auf der Basis fotografischer Grundkenntnisse konzentriert sich der Kurs mehr auf die Bildgestaltung. Für Ihre Fotos ist wichtig, was Sie mit ihnen ausdrücken möchten. Sie experimentieren praktisch mit Gestaltungsregeln, denn wer die Regeln kennt, kann sie anwenden oder auch absichtlich brechen. Willkommen sind alte, neue, perfekte und unperfekte Bilder. Am Ende steht die Bildaussage! Entstandene Fotos werden im Kursverlauf gemeinsam besprochen. Voraussetzung: digitale Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten und fotografische Grundkenntnisse.

- **221.2E254R** Katrin Lingen
montags, 18:00-20:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 14tg., 8 Termine, 89 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Fotokurs für Individualisten mit Vorkenntnissen

Angesprochen sind alle, die ihre eigenen Ideen inhaltlich und gestalterisch weiterentwickeln möchten oder gerne in der Gruppe zu Themen arbeiten. Ein vertieftes Wissen über die Gesetzmäßigkeiten der gestalterischen Mittel führt Sie zu einer besseren Bildgestaltung. Sie erhalten individuelle Einzelkorrekturen, verbunden mit konstruktiver Kritik und Anregungen. Zwei Exkursionen finden nach Absprache an Wochenenden statt, dafür entfallen zwei Termine (27.03., 14.05.2022) in der VHS. Am ersten Kursabend besprechen Sie die Themen. Voraussetzung: digitale Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten und der Besuch eines Grundkurses.

- **221.2E258R** Torsten Thies
dienstags, 18:40–20:55 Uhr
Beginn 8. Februar, 10 Termine, 105 €, VHS

Die hohe Kunst der Fotografie Online und in Präsenz

Diese zu erlernen, geht sicherlich über die Ansprüche eines einzelnen Kurses hinaus. Mit seinen Fotografien zu bewegen, Zuspruch und Begeisterung zu erwecken, ist schon einfacher. Der Kurs begleitet Sie bei der kreativen Schaffensweise vom Ideenfinden, Planen, Vorbereiten und dem letztendlichen Fotografieren bis zur anschließenden Kritik. Der Schwerpunkt liegt auf der gestalterischen und kreativen Ebene, technische Probleme werden auf einem fortgeschrittenen Niveau geklärt. Ziel ist das Erarbeiten von ausdrucksvollen Fotografien. Der Kurs findet an 8 Terminen online und an 5 Terminen (8.2., 8.3., 29.3., 3.5. 24.5.) in Präsenz in der VHS statt. Sie benötigen zur aktiven Teilnahme einen Computer mit Internetzugang und Kamera und Mikrofon.

- **221.2E262R** Tina Delia Umlauf
dienstags, 18:00–20:15 Uhr
Beginn 8. Februar, 13 Termine, 108 €

VHS f/3 (Freies-Foto-Forum)

Hier stehen der Spaß an der Fotografie und der Austausch mit Gleichgesinnten im Mittelpunkt. Voneinander und miteinander Theorie und Praxis lernen, egal ob Anfänger/-in oder Fortgeschrittene(r), egal ob Smartphone oder Profiausrüstung. Jede/r ist herzlich willkommen. Das Forum besteht aus den Treffen in der VHS (monatlich), an denen die Teilnehmenden Themen selbst vorschlagen, Fragen stellen und eigene Bilder besprechen. Außerdem werden Themen wie Nacht-, HDR-, Natur-, Architektur-, Makro-, Panorama-, Studio-, Porträtfotografie, Bildgestaltung, technische Grundlagen, Druck und Belichtung vorgestellt und besprochen. Zwischen den VHS-Treffen findet jeweils eine Exkursion zu interessanten Orten oder Ausstellungen statt. Ort, Zeit und Dauer wird im Kurs festgelegt.

- **221.2E266R** Torsten Thies
montags, 19:00–21:15 Uhr
Beginn 14. Februar, 8 Termine, 95 €, VHS

Digitalkamera-Einsteigerkurs

Digitalkameras sind mit einer kaum überschaubaren Menge von Funktionen ausgestattet, die für Kameraneulinge schwer verständlich sind. Die Notlösung besteht häufig darin, immer den Automatikknopf zu benutzen. In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Kamera gezielt zu steuern und die vorhandenen Möglichkeiten Ihrer Kamera auszuschöpfen, theoretisch und praktisch. Darüber hinaus lernen Sie die Grundfunktionen der digitalen Bildbearbeitung zur Optimierung Ihrer Bilder kennen. Sie brauchen keine Vorkenntnisse, nur eine Digitalkamera.

- **221.2E310R** Hans Laczny
dienstags, 17:00–19:20 Uhr
Beginn 29. März, 10 Termine, 105 €, VHS
- **221.2E312R** Hans Laczny
freitags, 15:00–17:20 Uhr
Beginn 18. Februar, 10 Termine, 105 €, VHS

2F MALEN / ZEICHNEN / GESTALTEN



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

DRUCKEN

Radiierwerkstatt – Klassische Tiefdrucktechnik

Klassische Techniken wie Kaltnadel, Strichätzung, Aquatinta etc. werden in der Radiertechnik das Thema sein. Kreative und experimentelle Ansätze sind im Workshop auch möglich: sei es der Druck von mehreren Platten, die Einarbeitung von verschiedenen Papieren oder Collage-Elementen, die Verwendung von Fundstücken und Materialien mit unterschiedlichen Oberflächen. Anfänger/-innen und Fortgeschrittene sind willkommen. Es entstehen Materialkosten (Verbrauchsmaterial, Platten, Papier, etc.) von max. ca. 40 €, die im Kurs abgerechnet werden. Kleingruppe: 6 bis 8 Teilnehmende

- **221.2F010R** Susanne Faber
Freitag, 20. Mai, 18:00–21:00 Uhr
Samstag/Sonntag, 21./22. Mai,
10:30–17:00 Uhr
20 Ustd., 100 €
STOPPENBERG, ARKA-Kulturwerkstatt, Zeche
Zollverein, Halle 12, Gelsenkirchener Str. 181



BILDUNGSURLAUB – IHRE CHANCE

Die Volkshochschule Essen führt Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz durch. Dieses Gesetz eröffnet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern das Recht, bei Fortzahlung ihrer Bezüge zur Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr von der Arbeit für berufliche und politische Weiterbildung freigestellt zu werden.

Weitere Informationen finden Sie auf S. 7

KONZERTE IN DER VHS: DAS BESONDERE ERLEBNIS

Immer nah dran an den Künstler/innen
und der Musik

Drucken was das Zeug hält – Experimentelle und kreative Techniken

Wir arbeiten mit den vielfältigen Möglichkeiten von künstlerischen Druckverfahren. Mit Tief-, Hoch- und Schablonendruck, selbst hergestellten Druckplatten, allerlei Fundstücken und mithilfe der Druckpresse kombinieren wir individuelle Grafiken. Farbige Originale und Unikate, Monotypien, auch kleine Druckauflagen sind bei diesen Techniken möglich. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Es entstehen Materialkosten (Verbrauchsmaterial, Platten, Papier, etc.) von max. 40 €, die im Kurs abgerechnet werden.

- **221.2F012R** Susanne Faber
Freitag, 24. Juni, 18:00-21:00 Uhr
Samstag/Sonntag, 25./26. Juni,
10:30-17:00 Uhr
20 Ustd., 100 €
STOPPENBERG, ARKA-Kulturwerkstatt, Zeche
Zollverein, Halle 12, Gelsenkirchener Str. 181

Druckwerkstatt – Druck trifft Malerei

Grafische und malerische Elemente in ein Spannungsfeld zu bringen, wird eine Herausforderung sein, der wir uns im Kurs stellen wollen. Durch die Kombination der beiden Techniken, schwerpunktmäßig Acrylfarben und die Hochdrucktechnik, oft sogar ohne Druckpresse eingesetzt, lassen sich Schritt für Schritt neue Ideen und Erfahrungen in der Bildgestaltung sammeln. Inspirierend für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene! Es entstehen zusätzl. Materialkosten von ca. 40 € p. P., die im Kurs abgerechnet werden. Kleingruppe: 6 bis 8 Teilnehmende.

- **221.2F013R** Susanne Faber
Freitag, 29. Juli, 18:00-21:00 Uhr
Samstag/Sonntag, 30./31. Juli,
10:30-17:00 Uhr
20 Ustd., 100 €
STOPPENBERG, ARKA-Kulturwerkstatt, Zeche
Zollverein, Halle 12, Gelsenkirchener Str. 181

MALEREI WORKSHOPS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Stadtleben – malerisch umgesetzt Workshop für Fortgeschrittene

Hass, Liebe, Frust, Freude, Einsamkeit, Gesellschaft, Urbanität, Natur und vieles mehr fällt uns ein, wenn wir an unser Stadtleben denken. In diesem Workshop befassen Sie sich inhaltlich und gestalterisch mit dem Thema „Stadtleben“. Diese Ideen dann kreativ in Bildern malerisch umzusetzen ist die Herausforderung, der wir uns stellen werden. Die entstandenen Bilder können in der Ausstellung „Stadtleben“ im Mai 2022 in der VHS präsentiert werden. Material ist selbst mitzubringen.

- **221.2F050R** Anja Steffen
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-16:45 Uhr, 16 Ustd., 96 €, VHS



Workshop: Aquarellmalerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Workshop lernen Sie die Techniken des Aquarellierens und üben sich darin, im eigenen individuellen Prozess einen malerischen Weg zu finden. Oft bringt das gemalte Bild unerwartete Ereignisse mit sich, was fasziniert und motiviert, weitere malerische Werke zu schaffen. Durch flüssige Farbe kann man abstrakte Bilder malen und sich überraschen lassen: Die Techniken der Aquarellmalerei sind vielseitig und ideenreich. Die Resultate fallen je nach Beschaffenheit des Papiers und der Auswahl des Pinsels individuell aus. Sie verfeinern Ihr Handwerk und üben, indem Sie Landschaften oder auch Stilleben aquarellieren und den eigenen Kunststil ausbauen und kennen lernen.

- **221.2F054R** S. Sherin Moeck
Samstag, 2. April, 10:00-17:00 Uhr, 100 €, VHS

Der Mensch im Mittelpunkt Collageworkshop für Fortgeschrittene

Ein ausdrucksstarkes Porträt von sich selbst oder einem anderen Menschen zu gestalten ist Ziel dieses Workshops. Dabei steht der Dialog zwischen Malerei und Papiercollage im Mittelpunkt Ihres kreativen Schaffens. Verschiedenste Papiere, Zeitungs- und Bilderausschnitte ergänzen auf inhaltlicher und gestalterischer Ebene die Acrylmalerei und ergeben so eine spannende Symbiose. Bringen Sie gerne ein Foto (20 x 30 cm) von sich oder einer anderen Person als Grundlage mit. Material ist selbst mitzubringen. Ergänzendes Collage-Material kann gegen einen Unkostenbeitrag (ca. 5 €) bei der Dozentin erworben werden.

- **221.2F060R** Anja Steffen
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 10:00-16:45 Uhr,
16 Ustd., 96 €, VHS



1

2

3

4

5

6

Grundlagen der Acrylmalerei Workshop

In diesem Workshop lernen Sie die unterschiedlichen Formen der malerischen Umsetzung kennen und entdecken umfangreiche Techniken und Fertigkeiten, um ein farbenfrohes und kreatives Bild nach Ihrem Bedürfnis zu gestalten. Mit der malerischen Gestaltung eines Bildes geben Sie Ihrer Seele den kreativen Raum, sich auszudrücken: eine Reise zu sich selbst. Dies können Sie durch verschiedene Ausdrucksformen und Techniken erproben und umsetzen. Eine Alternative zum intuitiven Malen ist die genaue künstlerische Darstellung. Hier berücksichtigen Sie die Motivwahl und die Auswahl der Farben.

- **221.2F066R** S. Sherin Mocek
Samstag, 11. Juni, 10:00-17:00 Uhr, 54 €, VHS

Tierisch zeichnen lernen Wie zeichne ich Tiere?

Von der Skizze bis zur fertigen Zeichnung lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie tolle, realistische Darstellungen von Tieren kreativ umsetzen. Dabei lernen Sie grundlegende zeichnerische Konzepte durch verschiedene Zeichenaufgaben. So üben Sie, wie man Tiere perspektivisch richtig zeichnet, erhalten Kenntnisse über die Anatomie und Form des Tieres und wie Sie diese zeichnerisch darstellen. Verschiedene theoretische Grundlagen, wie die grafische Umsetzung von Schatten/Licht und die exakte Erfassung der Proportionen des Tieres, sind ebenfalls wichtige Hilfsmittel, mit denen Sie sich beschäftigen.

- **221.2F070R** S. Sherin Mocek
Sonntag, 12. Juni, 10:00-16:30 Uhr, 48 €, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 1000 € erhalten?

BILDUNGS SCHÖCK
Machen Sie sich schick - es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/foj

Die wunderbare Welt der Farbe Sommerkurs

In entspannter Atmosphäre und unter künstlerischer Anleitung erlangen Sie rasch die nötigen Fertigkeiten, Ihre kreativen Vorstellungen und Gefühle malerisch umzusetzen. Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, eine oder mehrere Maltechniken (Aquarell-, Acryl- und Buntstiftmalerei) kennenzulernen und Ihren persönlichen bildnerischen Ausdruck zu finden. Mit der Technik erschaffen Sie Ihr luftiges Aquarell, Ihr leuchtendes Acrylbild oder Ihre zarte Buntstiftzeichnung. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Material muss selbst mitgebracht werden.

- **221.2F074R** Anja Steffen
Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
17:00-21:00 Uhr, 5 Termine, 125 €, VHS



Sommerakademie auf Zollverein Spurensuche mit Stift und Farbe

Auf dem Gelände des Welterbes Zollverein finden wir im Zusammenspiel von Architektur und Natur zahlreiche kreative Anregungen. Diese dienen lediglich als Ausgangspunkt für Ideen, die abstrakt oder gegenständlich umgesetzt werden. So nähern wir uns einer spannenden Vielfalt, dabei arbeiten wir mit Zeichenstiften und malerischen Mitteln (Acrylfarben). Wir besprechen gemeinsam inhaltliche und technische Schwerpunkte in der individuellen Arbeitsweise. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene. Materialkosten für Farben, Stifte, diverses Verbrauchsmaterial können individuell im Kurs abgerechnet werden. Kleingruppe 6 bis 8 Teilnehmende.

- **221.2F078R** Susanne Faber
Montag bis Mittwoch, 1. bis 3. August,
16:00-20:00 Uhr
15 Ustd., 75 €
STOPPENBERG, ARKA-Kulturwerkstatt, Zeche
Zollverein, Halle 12, Gelsenkirchener Str. 181

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**
Siehe Seite 169

Sommerkurs: Im Farbenspiel der Malerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs bringen Sie Ihre ideenreichen und künstlerischen Vorstellungen zum Ausdruck. Sie lernen verschiedene Maltechniken und die Vielfalt der Materialien kennen. Ob Aquarell oder Acryl, ob motivisch oder intuitiv. Sie entscheiden, welche Richtung Sie wählen möchten und ob Sie eigenständig arbeiten oder gerne unter Anleitung der Kursleiterin auf kreative Entdeckungsreise gehen. Je nach Bedarf erhalten Sie Unterstützung und Begleitung in allen Arbeitsphasen, wie dem Findungsprozess eines Bildthemas, der Korrektur im Bereich der Farbgebung, Bildkomposition und gestalterischen Umsetzung. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.

- **221.2F082R** S. Sherin Mocek
Montag bis Freitag, 15. bis 19. August,
10:00-13:10 Uhr, 5 Termine, 100 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

MALEN / ZEICHNEN / GESTALTEN KURSE

In diesen Kursen können Sie verschiedene Techniken ausprobieren oder vertiefen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Kurse setzen sich immer aus Anfängerinnen und Anfängern und Fortgeschrittenen zusammen, was ein gegenseitiges Lernen und einen intensiven Erfahrungsaustausch ermöglicht. Das Material ist nicht in den Kursentgelten enthalten und muss selbst angeschafft werden.

Künstlerische Praxis Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an alle, die Orientierung in der künstlerischen Praxis suchen. Mit wechselnden Arbeitsweisen bearbeiten Sie bildnerische Aspekte und machen sich so mit zeichnerischen, malerischen und grafischen Gestaltungsformen vertraut. Schwerpunktmäßig lernen Sie zwei bis drei Techniken im Semester kennen. Eine intensive, individuelle Beratung begleitet Ihre bildnerischen Vorhaben. Es entstehen Materialkosten von ca. 15 € p.P.

- **221.2F208R** Rainer Engelke
montags, 15:00-18:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter ww.vhs-essen.de/Newsletter

Zeichnen und Malen lernen Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Wollten Sie immer schon Ihrer Kreativität bildnerisch Ausdruck verleihen? Hier können Sie es erlernen. „Garantiert Zeichnen lernen“ heißt das Lehrbuch der bekannten amerikanischen Kunstpädagogin Betty Edwards, deren Methoden wir anwenden, um wirklich hinzusehen und zeichnen zu üben. Sie werden staunen. Sie lernen verschiedene Techniken (Aquarell, Acryl- und/oder Ölmalerei und Zeichnung) kennen. Ihre Phantasie und Vorstellungskraft wird mit speziellen Verfahren gefördert, die Ihnen den Einstieg in das Entdecken einer eigenen Bildsprache ermöglicht.

- **221.2F212R** Cornelia Fichtner
dienstags, 17:45-20:00 Uhr
Beginn 22. Februar, 12 Termine, 105 €, VHS

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Im Farbenspiel der Malerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs bringen Sie Ihre ideenreichen und künstlerischen Vorstellungen zum Ausdruck. Sie lernen verschiedene Maltechniken und die Vielfalt der Materialien kennen. Ob Aquarell oder Acryl, ob motivisch oder intuitiv. Sie entscheiden, welche Richtung Sie wählen möchten und ob Sie eigenständig arbeiten oder gerne unter Anleitung der Kursleiterin auf kreative Entdeckungsreise gehen. Je nach Bedarf erhalten Sie Unterstützung und Begleitung in allen Arbeitsphasen, wie dem Findungsprozess eines Bildthemas, der Korrektur im Bereich der Farbgebung, Bildkomposition und gestalterischen Umsetzung. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.

- **221.2F226R** S. Sherin Mocek
dienstags, 10:00-13:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS
- **221.2F230R** S. Sherin Mocek
freitags, 10:00-13:10 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS

Auf den Spuren der Ornamentmalerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs malen Sie mit unterschiedlichen Materialien wie Acryl, Aquarell, Gouache oder auch Pastellkreide orientalische Bilder. Das prägende Element ist die Umsetzung und Auseinandersetzung mit Ornamenten. Ein vielseitiges Repertoire, etwa geometrische Grundformen, florale Ornamente, Zierdekore oder einfache Linienmuster stehen Ihnen in dem künstlerischen Prozess zur Verfügung. Sie können sowohl motivisch als auch abstrakt malen und erhalten viele künstlerische Anregungen, Hilfestellungen und kreative Unterstützung.

- **221.2F228R** S. Sherin Mocek
montags, 18:40-21:50 Uhr
Beginn 7. März, 10 Termine, 116 €, VHS

Die wunderbare Welt der Farbe Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In entspannter Atmosphäre und unter künstlerischer Anleitung erlangen Sie rasch die nötigen Fertigkeiten, Ihre kreativen Vorstellungen und Gefühle malerisch umzusetzen. Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, eine oder mehrere Maltechniken (Aquarell-, Acryl- und Buntstiftmalerei) kennenzulernen und Ihren persönlichen bildnerischen Ausdruck zu finden. Mit der Technik erschaffen Sie Ihr luftiges Aquarell, Ihr leuchtendes Acrylbild oder Ihre zarte Buntstiftzeichnung. Material muss selbst mitgebracht werden.

- **221.2F235R** Anja Steffen
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS



Aquarellieren - Spagat zwischen Zeichnung und Malerei

Wir befassen uns mit dem Zeichnen und Aquarellieren. Die Reduzierung auf das Nützliche und Notwendige steht dabei im Mittelpunkt. Wir erfahren die vereinfachten Grundlagen der Farblehre und des Mischens von Farben, dabei erproben wir systematisch die Charakteristiken der verschiedenen Papiere, Pinsel, Farben, Hilfsmittel und der handwerklichen Verfahren. Der Kurs ist durch seine individuellen Übungen für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Details zum Thema und eine Materialliste gibt es am ersten Kurstag.

- **221.2F250R** Robert Horn
montags, 11:30-14:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 12 Termine, 140 €, VHS
- **221.2F252R** Robert Horn
montags, 17:00-20:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 12 Termine, 140 €, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

1

2

3

4

5

6

51

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Acrylmalerei Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Das Malen mit Acrylfarben bietet viele Möglichkeiten. Wir probieren unterschiedliche Techniken des Farbauftrags und erproben diese an gemeinsamen Aufgaben aus dem gegenständlichen oder abstrakten Bereich. So lernen wir die Vielseitigkeit von Werkzeug, Material und Farbe kennen. Anfänger/-innen und Fortgeschrittene sammeln auf unkomplizierte Weise Erfahrungen in der Malerei und können ihr Wissen für die Umsetzung eigener Bildideen nutzen. Wir reflektieren unsere Arbeit in Einzel- und Gruppengesprächen.

- **221.2F254R** Susanne Herdick
dienstags, 13:30-16:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS

Atelierkurs: Acrylmalerei Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene

In offener Atmosphäre erforschen wir gemeinsam die unterschiedlichen Möglichkeiten der Acrylmalerei und entwickeln dabei den persönlichen, malerischen Ausdruck. Wir probieren unterschiedliche Techniken des Farbauftrags aus und verwenden sie auf verschiedenen Untergründen. Fotos dienen häufig als Ausgangspunkt für die Bildmotive, aber auch ungegenständliche Farbzusammenstellungen und ihre Wirkung können erprobt werden. Wir reflektieren unsere Arbeit in Einzel- und Gruppengesprächen.

- **221.2F256R** Notburga Jenny-Niederprüm
donnerstags, 18:20-21:30 Uhr
Beginn 24. Februar, 10 Termine, 116 €, VHS

Malen mit Ölfarben Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt erste Erfahrungen mit Ölfarben und führt in ein gegenständliches Malen ein. Ziel ist es, aus einer anfangs eingeschränkten Farbpalette ein differenziertes Farbempfinden zu entwickeln. Dies schafft eine Grundlage, von der aus Sie zu eigenen Ausdrucksmöglichkeiten und Bildern finden können. Beispiele der Künstler Morandi, Cézanne, Gris führen gestalterische und technische Probleme vor. In Absprache mit den Teilnehmenden erfolgt eine Reihe von Übungen und Malaktionen.

- **221.2F265R** Sebastian Walter-Lilienfein
freitags, 15:00-18:10 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS
- **221.2F266R** Sebastian Walter-Lilienfein
freitags, 18:15-21:25 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS

ZEICHNEN KURSE



Beratung / Programmbereichsleiterin
Meike Altenkamp
meike.altenkamp@vhs.essen.de
☎0201 88-43210
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Aktzeichnen und Gestalten Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Zu Beginn werden Methoden zur Erfassung der Figur und zur linearen Zeichnung des menschlichen Körpers vorgestellt und vereinfachte anatomische Grundlagen geübt. Wir arbeiten vor einem Modell, analysieren verschiedene Darstellungs- und Wahrnehmungsverfahren und zeichnen in kleinen Serien mit Grafit- und Bleistiften. Wahlweise kann mit Kolorierungen experimentiert werden. Im Vordergrund der Übungen steht es, den Menschen mit einer entspannten und interessanten Linie in seiner typischen Haltung darzustellen, nicht aber zu kopieren. Modellkosten pro Person und Kurs bei acht Teilnehmenden 75 €.

- **221.2F281J** Ulrich Wittke
dienstags, 17:30-20:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 174 €, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Basiskurs Freihandzeichnen Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Wir üben den Umgang mit den zeichnerischen Mess- und Darstellungstechniken und trainieren Ihre Wahrnehmungs- und Gestaltungsfähigkeiten im grafischen Sektor. Unsere Motive sind alltägliche Gegenstände, die wir linear zeichnen werden. Wir beschäftigen uns mit den Grundlagen von Perspektive und Gestaltung der Freihandzeichnung. Ziel ist die realitätsnahe, treffende und spannende Darstellung des Gesehenen mittels Ihrer eigenen und typischen Handschrift. Dieser Kurs ist auch für Menschen geeignet, die für eine gestalterische Bewerbungsmappe das Zeichnen üben möchten.

- **221.2F283J** Ulrich Wittke
donnerstags, 15:00-18:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 10 Termine, 112 €, VHS



ZEICHNEN WORKSHOPS

Porträtzeichnen Für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Nichts ist individueller, intimer und anspruchsvoller, als das menschliche Porträt zu zeichnen. Der Schlüssel zum gelungenen Porträt sind die Schärfung der eigenen Wahrnehmung, zeichnerische Techniken und regelmäßige Übung. Sie werden sehen, wie leicht es sein kann, zu einem guten Ergebnis zu kommen. Spielerische Übungen und fröhliches Draufloszeichnen umrahmen die Lektionen. Als Modell wechseln wir uns ab.

- **221.2F289J** Christoph Benedikt Heine
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 80 €, VHS
- **221.2F290J** Christoph Benedikt Heine
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai,
10:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 80 €, VHS

Grundlagen Zeichnen Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Häufig bringen wir zeichnerisch das Motiv zu Papier, welches wir in unserem Kopf gespeichert haben. Bei der konkreten Zeichnung eines Gegenstandes ist es jedoch vorteilhaft, das genaue Hinschauen zu lernen. Den Gegenstand mit unserem Auge präzise zu untersuchen und zeichnerisch zu erfassen, ist ein Teilbereich des Workshops. Wir erlernen aber auch die Grundlagen des Zeichnens: wie Linienübungen, das perspektivische Zeichnen, die Proportionen des Gegenstandes richtig zu erfassen, Schraffierungstechniken, Schattierungen, Grautöne/Tonwerte, die Komposition im Bild, der Goldene Schnitt und Skizzenübungen. Kohle, Bleistift, Fineliner und Pastellkreiden sollten mitgebracht werden, um sich mit dem Material ausprobieren zu können.

■ **221.2F058R** S. Sherin Mocek
Sonntag, 3. April, 10:00-16:30 Uhr, 48 €, VHS

Tierisch zeichnen lernen Wie zeichne ich Tiere?

Von der Skizze bis zur fertigen Zeichnung lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie tolle, realistische Darstellungen von Tieren kreativ umsetzen. Dabei lernen Sie grundlegende zeichnerische Konzepte durch verschiedene Zeichenaufgaben. So üben Sie, wie man Tiere perspektivisch richtig zeichnet, erhalten Kenntnisse über die Anatomie und Form des Tieres und wie Sie diese zeichnerisch darstellen. Verschiedene theoretische Grundlagen, wie die grafische Umsetzung von Schatten und Licht und die exakte Erfassung der Proportionen des Tieres, sind ebenfalls wichtige Hilfsmittel, mit denen Sie sich beschäftigen.

■ **221.2F070R** S. Sherin Mocek
Sonntag, 12. Juni, 10:00-16:30 Uhr, 48 €, VHS

Urban Sketching:

Natur, Architektur und Menschen

Urban Sketching ist eine Art visueller Journalismus, denn getreu dem Motto „Wir zeigen die Welt, Zeichnung für Zeichnung!“ erkunden wir ausgestattet mit Skizzenbuch und Zeichen- bzw. Malmaterial unser Umfeld. Es geht hierbei nicht um Perfektion, sondern um die kreative Auseinandersetzung mit urbaner Architektur, ihrem Umfeld und den Menschen darin sowie dem Schaffen von ganz persönlichen Zeugnissen. Die Workshops

sind ausdrücklich offen für alle. Sie werden erleben, dass Sie zeichnen können. Nach einer kurzen Einführung legen wir direkt los. In mehreren Einheiten fertigen Sie einzelne selbst gewählte Motive an, wobei Sie individuell betreut werden. Ihre persönlichen Anliegen wie beispielsweise Bildausschnitt, Perspektive, Komposition, Farbwahl und Fragen zu Zeichen- bzw. Maltechniken stehen hierbei im Mittelpunkt. Nach jeder Einheit besprechen wir gemeinsam Ihre angefertigten Werke und gehen dabei auf sich ergebende Fragen und übergreifende Themen ein.

Urban Sketching auf Zeche Zollverein

Treffpunkt: Haupteingang des Ruhr Museums (Vor der Rolltreppe),

Gelsenkirchener Str. 181, 45309 Essen

■ **221.2F296J** Sascha Gademann
Sonntag, 13. März, 10:00-16:00 Uhr, 42 €

Urban Sketching rund um Schloss Borbeck

Treffpunkt: Haupteingang von Schloss Borbeck, Schloßstraße 101, 45355 Essen

■ **221.2F297J** Sascha Gademann
Sonntag, 10. April, 10:00-16:00 Uhr, 42 €

Urban Sketching rund um die Zeche Carl

Treffpunkt: Vor dem Café Malakow, Zeche Carl, Wilhelm-Nieswandt-Allee 100, 45326 Essen

■ **221.2F298J** Sascha Gademann
Sonntag, 15. Mai, 10:00-16:00 Uhr, 42 €

Urban Sketching rund um die Kokerei Zollverein

Treffpunkt: Haupteingang des Ruhr Museums (vor der Rolltreppe),

Gelsenkirchener Str. 181, 45309 Essen

■ **221.2F299J** Sascha Gademann
Sonntag, 26. Juni, 10:00-16:00 Uhr, 42 €

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220

1

2

3

4

5

6

2G MUSIK



Beratung / Programmbereichsleiterin
Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

KLASSIK / JAZZ

Aalto Musiktheater – was wird gespielt?

Wie entsteht eigentlich ein Theaterabend? Was passiert zwischen einer ersten Spielplanidee und dem Abend der Premiere? Und wie arbeiten die Abteilungen des Theaters gemeinsam an einer Inszenierung? In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, Einblicke in die Entstehung von drei Inszenierungen zu gewinnen. Geplant sind die Opern „Don Carlo“ (9. März 2022) und „Arabella“ (5. Mai 2022) sowie das Ballett „Drei Schwestern“ (7. April 2022).

- **221.2G160G** Christian Schröder
Mittwoch, 9. März, 19:00-20:30 Uhr
Donnerstag, 7. April, 19:00-20:30 Uhr
Donnerstag, 5. Mai, 19:00-20:30 Uhr,
6 Ustd., 18 €
ZENTRUM, Bühneneingang des Aalto-Theaters,
Cafeteria, Opernplatz 10

All That Jazz

Die Musiker, die Songs, die Platten und Plattenlabels, die Hauptströmungen und die kreativen Nebenwege – Schlaglichter auf Geschichte und Gegenwart des Jazz. Anhand von Ton- und Filmbeispielen entsteht ein Kaleidoskop des Sounds, der von Amerika aus um die Welt ging und heute so viele verschiedene Gesichter hat. Aktuelle Live-Tipps ergänzen das Programm. Der Kursleiter ist freier Musikjournalist und künstlerischer Leiter der Reihe „Jazz in Essen“ im Grillo-Theater.

- **221.2G180G** Dr. Berthold Klostermann
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 15. Februar, 12 Termine, 72 €, VHS

Smoky Stage in concert: Blues in Samt und Glitter

Sonntag, 3. April 2022, 15:30 Uhr
Siehe **221.2G460G**, Seite 58

MUSIKWORKSHOPS

Anti-Aging für Ihre Stimme – Stimmbildung 55+

Sie merken, dass sich Ihre Stimme verändert hat, plötzlich heiser wird? Sie können nicht mehr so hoch oder tief singen wie früher? Fürchten Sie, den Chor, in dem Sie so gerne gesungen haben, verlassen zu müssen? Dann kann Ihnen die Stimmbildung helfen, Ihre Stimme besser kennenzulernen. Die richtige Gesangstechnik ist keine Zauberei und kann Ihnen in einem geschützten Rahmen helfen, Ihre Stimmpräsenz zu stärken, schöner und freier zu singen. Im Anschluss an die Stimmbildung werden wir das Erlernete im gemeinsamen Singen einfacher Lieder anwenden.

- **221.2G250G** Mareen Teske-Wochermaier
Sonntag, 3. April, 11:00-12:30 Uhr, 12 €, VHS

Onlineworkshop: Entdecke die Stimme in Gesang und Sprache

In diesem Workshop erhalten Sie ein modernes Online-Stimmtraining. Sie sind hier richtig, wenn Sie in Ihrem Alltag viel sprechen oder gerne singen. Das Alter und die Musikrichtung sind egal! Entdecken Sie Ihre Stimme in diesem Onlineworkshop mit Lehrvideos, Übungen und professionellem Basiswissen. Sie üben zuhause und im Alltag in freier Zeiteinteilung und erhalten auf Wunsch während der Kursdauer individuelle Unterstützung vom Coach Bettina Kupetz. Effektiv, zeitsparend und umweltfreundlich: Sie sind in Ihrer vertrauten Umgebung und können doch online von und mit anderen Teilnehmenden lernen.

- **221.2G253G** Bettina Kupetz
Freitag, 4. März, 17:30-19:00 Uhr
Mittwoch, 9. März, 20:00-21:30 Uhr
Freitag, 11. März, 17:30-19:00 Uhr,
6 Ustd., 35 €

Onlineworkshop: Gesundheitliche Vorteile durch bewusstes Sprechen und Singen im Alltag

Siehe **221.3C022G**, Seite 69

Vorhang auf! Workshop für Gesang und Bühnenpräsenz

Dieser Workshop richtet sich an gesangsbegeisterte Laien und Amateure, die zum ersten Mal solo auf der Bühne stehen oder ihre Bühnenpräsenz ausbauen möchten. Voraussetzungen für die Teilnahme sind zwei bis drei gut vorbereitete Stücke, das Genre ist frei wählbar. Wichtig sind Freude und Interesse am Inszenieren und Darstellen. Zum Abschluss werden die Ergebnisse in einem Konzert präsentiert. Der Workshop findet in der Kleingruppe mit maximal acht Teilnehmenden statt und wird durchgeführt von Nora Mosch (Sängerin) und Ainoa Padrón (Pianistin).

- **221.2G254G** Nora Mosch / Ainoa Padron
Samstag, 11. Juni, 10:00-18:00 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 10:00-17:00 Uhr,
18 Ustd., 160 €, VHS

Sie haben Interesse am Abschlusskonzert des Workshops?

Siehe **221.2G480G**, Seite 58

Afrikanisches Trommeln für Einsteiger/-innen

In diesem Workshop lernen Sie mehrere afrikanische Rhythmen kennen: Sie entdecken verschiedene Schlagtechniken für die Trommeln und erarbeiten sich einen guten Sound. Gespielt wird auf verschiedenen Perkussionsinstrumenten wie Trommel, Glocke oder der aus einem Kürbis hergestellten Kalebasse. Wir musizieren gemeinsam und entwickeln mit den gelernten Rhythmen kleine Arrangements für unsere „Trommelband“. Alles vermittelt mit Hirn, Herz und Humor!

Die Instrumente werden gestellt.

- **221.2G255G** Andreas Brunk
Samstag, 2. April, 11:00-15:00 Uhr, 35 €, VHS
- **221.2G256G** Andreas Brunk
Samstag, 18. Juni, 11:00-15:00 Uhr, 35 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

Cajon spielen für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene

Die Idee, eine einfache Holzkiste als Schlagzeug zu benutzen, hatten die Sklaven in der peruanischen Kolonialzeit. In den 1970er Jahren hat sich das Cajon dann im spanischen Flamenco etabliert und mittlerweile wird es bei jeder unverstärkten Musik eingesetzt. Unsere Themen sind: richtige Sitztechnik und Schlagpositionen, kräftige Grooves, verschiedene Stile, Koordination und "von Hand zu Hand"-Spielweise. Des Weiteren: musikalische Phänomene wie Shuffle, afrikanisch beeinflusste Rhythmik, ungerade Takte, Break-Bausteine, etc.

- **221.2G260G** Martin Hesselbach
Sonntag, 20. März, 10:00-16:00 Uhr, 45 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Martin Hesselbach ist als Profimusiker in vielen unterschiedlichen Bands tätig und spielte in Musicals wie Starlight Express. Als Dozent gibt er Workshops zu den Themen Percussion, Cajon und Cajon-Bau.

Cajon Workshop – Play along zu meinem Song

JungeVHS!

In diesem Workshop lernst du, wie du deinen Lieblingssong direkt auf der Cajon mitspielen kannst! Die Cajon, eine Holzkiste, ursprünglich als Ersatz für eine Trommel gedacht, erfreut sich enormer Beliebtheit. Eine Cajon ist nämlich äußerst praktisch, weil du sie überall mit hinnehmen kannst und dich beim Spielen direkt darauf setzt. Cajon spielen ist simpel, weil jeder Schlag einen tollen Klang fabriziert: Jeder Rhythmus besteht aus zwei Klängen, die auf unsere zwei Hände verteilt werden, und schon geht es gemeinsam los. Dass noch viel mehr möglich ist und wie man das erreicht, zeigt der Kursleiter Martin Hesselbach außerdem. Wenn du (noch) keine eigene Cajon besitzt, wird dir ein Instrument gestellt. Wenn du keinen Lieblingssong hast, werden dir eine Fülle davon vorgeschlagen.

Dieser Kurs ist auch für Jugendliche ab 14 Jahren geeignet, falls du noch nicht 18 bist, müssen deine Eltern dich anmelden.

- **221.2G261G** Martin Hesselbach
Samstag, 11. Juni, 9:30-15:30 Uhr, 45 €, VHS

Meine ersten Klavierstunden

Wenn Sie unsicher sind, ob Klavier das richtige Instrument für Sie ist, oder Sie noch nie auf einem Klavier gespielt haben, gibt der Kurs Ihnen Gelegenheit zu ersten, praktischen Erfahrungen. Nach einfachen, spielerischen Übungen bringen Sie Ihr erstes Stück zum Klingen. Außerdem erhalten Sie viele Informationen rund um das Thema Klavier. Sie benötigen keine Vorkenntnisse und kein eigenes Instrument. Der Kurs findet in der Kleingruppe statt, so können Sie sich „entspannt“ auf das Thema Klavier einlassen.

- **221.2G264G** Beate Freis
Samstag/Sonntag, 19./20. März,
10:00-11:30 Uhr, 4 Ustd., 45 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23
- **221.2G265G** Beate Freis
Samstag/Sonntag, 19./20. März,
11:45-13:15 Uhr, 4 Ustd., 45 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

- **221.2G266G** Beate Freis
Samstag/Sonntag, 19./20. März,
13:30-15:00 Uhr, 4 Ustd., 45 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Klezmer und jiddische Lieder für Einsteiger/-innen

Die Musik in diesem Workshop kann man unter dem Oberbegriff "Musik aus dem jüdischen Kulturkreis" zusammenfassen. Juden haben schon sehr früh in der Diaspora gelebt und unterschiedliche musikalische Traditionen in ihre Musik integriert. Unter dem Begriff Klezmer versteht man die Instrumentalmusik der Juden aus Osteuropa. Nach der Anmeldung zum Workshop werden Noten zur Vorbereitung versendet. Erarbeitet werden verschiedene Tanzformen und Lieder.

- **221.2G270G** Mark Rovner
Samstag, 19. März, 15:30-18:30 Uhr, 20 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23



Musik für alle Generationen!

Bei uns findet ihr genau den Unterricht, der zu euch passt:

von musikalischer Früherziehung über Kooperationsprogramme mit Kitas, Schulen und Seniorenheimen bis zu Veeh-Harfen-Ensembles

Hohenzollernstr. 56-58 • 45128 Essen • Tel.0201-8777347
post@tonleiter-musikschule.de • www.musikschule-tonleiter.com



Musik ist unsere Leidenschaft!

Und das schon seit 1919.

Sie finden bei uns eine große Auswahl an Instrumenten zum Kauf oder zur Miete, Noten, Zubehör und musikalischen Geschenkartikeln.

Eigene Geigenbauwerkstatt im Haus!

Hohenzollernstr. 56 • 45128 Essen • Tel.0201-775525
essen@musik-glaesel.de • www.musik-glaesel.de

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiterin
Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Achtsames Musizieren – Mit Körper und Instrument

Ob Schmerzen nach der Orchesterprobe oder Verkrampfungen beim Musizieren: In diesem Workshop geht es darum, sich bewusst mit dem Zusammenspiel von Körper und Instrument auseinanderzusetzen. Entdecken Sie eine neue Freiheit im Musizieren durch achtsames Instrumentenspiel und bewusste Bewegung. Grundlagen für die Übungen mit und ohne Instrument sind die Pädagogik Heinrich Jacobis sowie Tai-Chi und Feldenkrais.

Der Kursleiter Dr. Michael Weigelt-Liesenfeld ist stellvertretender Leiter der Musikschule Hagen und hat sich in seiner Promotion intensiv mit dem Workshopthema auseinandergesetzt.

- **221.2G273G** Dr. Michael Weigelt-Liesenfeld
Samstag, 7. Mai, 15:00-18:00 Uhr, 15 €, VHS

Improvisation in traditioneller Musik

Entdecken Sie auf Ihrem Instrument eine neue Freiheit jenseits von klassischen Noten und bekannten Melodien. Egal, ob Anfänger/-in oder Fortgeschritten. Melodien haben die Fähigkeit, verschiedene Menschen zusammenzubringen und zu verbinden. Aus ihnen entstehen Musiksessions, Tänze und gemeinsame Abende, an denen gesungen wird. In dem Workshop schauen wir mit zwei Improvisationskonzepten, wie wir ein Stück Musik zwischen Form und Freiheit gestalten. Dafür brauchen wir lediglich

- ein Instrument (jeglicher Art),
- die Fähigkeit, Musik in "irgendeiner Form" festzuhalten oder aufzuschreiben! Zum Beispiel durch Notation/ ABC/ Gemälde/ Skizzen/ Keilschrift -
- ein Stück Musik, das sie gerne haben.

- **221.2G275G** Jonas Liesenfeld
Samstag, 18. Juni, 10:00-15:30 Uhr, 32 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23



Ukulele für Anfänger/-innen

Entertainer wie Stefan Raab und Götz Altmann haben sie immer bei sich, auf Hawaii begrüßt sie uns musikalisch: die Ukulele. Dabei ist das Instrument nicht nur klein und witzig, sondern auch noch preiswert, leicht zu lernen und für so manche Überraschung gut. Wenn Sie beim Kauf eines Instrumentes Hilfe wünschen, melden Sie sich bitte 5 bis 6 Wochen vor dem Workshop-Termin unter der Nummer: 0170 366 444 7. Ein Leihinstrument wird nicht gestellt. Im Kursentgelt ist ein Begleitbuch als Lernmittelgebühr einberechnet.

Weitere Informationen: www.michaelvoelkel.de.

- **221.2G292G** Michael Völkel
Sonntag, 20. März, 10:00-17:00 Uhr, 50 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23
- **221.2G294G** Michael Völkel
Sonntag, 19. Juni, 10:00-17:00 Uhr, 50 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23



Didgeridoo zum Selberbauen – Der klingende Stock Australiens

Das Didgeridoo, traditionelles Musikinstrument der Ureinwohner Australiens, ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte. Bauen Sie Ihr eigenes Didgeridoo mit unikaten Klang- und Spieleigenschaften! Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Holzrohling aus australischer Esche oder Eukalyptus aus. Dieser wird mit Feile, Raspel, Schleifpapier in Form gebracht. Eine Mischung aus ausgesuchten Ölen versiegelt das Instrument und bringt dem Holz einen seidenmatten Glanz. Die Klangcharakteristik gestalten Sie durch Wahl des Mundstücks und Stimmes Ihres Instruments selbst. Alle Werkzeuge werden gestellt, Materialkosten ab 65 €.

Bei all den Arbeiten handelt es sich um handwerklich sehr einfache Aufgaben, die wirklich **jede/r** kann! Also bitte keine Angst davor. Zusätzlich lernen Sie das basale Spieltechniken auf dem selbstgebaute Didgeridoo, die Sie in dem anschließenden Spielkurs **221.2G297G** vertiefen können.

- **221.2G296G** Anton Nachbauer
Samstag, 2. April, 10:00-15:00 Uhr, 25 €, VHS

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohner Australiens, der Aborigines. Es wird durch eine spezielle Atemtechnik, die Zirkularatmung, zum Klingeln gebracht. Der unverwechselbare Ton wird im Mundraum des Spielers erzeugt.

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Didgeridoo Spielkurs: Klang, Entspannung und Antischnarchtraining

Didgeridoo spielen macht Spaß und entspannt! Der Workshop vermittelt die Zirkularatmung, Grundtöne auf dem Instrument und das Erlernen verschiedener "typischer" Effekte am Didgeridoo sowie kulturell-historische Hintergründe. Zur Ergänzung werden Musikbeiträge unser Bild über die Kultur der australischen Ureinwohner abrunden.

Daneben hat das Didgeridoo auch gesundheitliche Effekte: Eine kontrollierte Studie der Universität Zürich und der Züricher Höhenklinik Wald hat ergeben, dass sich Didgeridoo spielen nach einiger Zeit positiv auf das Schnarchen und die Schlafqualität auswirkt. Ursache hierfür: Bei Menschen, die schnarchen, hat das Gaumensegel an Elastizität verloren und wenn ein Schlafapnoe-Syndrom vorliegt, sind die Muskeln, welche die oberen Atemwege offen halten, schwächer ausgebildet. Beim Didgeridoo spielen wird genau dies dank der speziellen Atemtechnik stark beansprucht und trainiert, so dass der Schweregrad des Schnarchens abgemildert werden kann.

Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Instrumente stehen zur Verfügung (Leihgebühr: 5 €).

- **221.2G297G** Anton Nachbauer
Samstag, 2. April, 16:00-18:00 Uhr, 12 €, VHS

Indianische Flöte: Ein Kurs zum Selberbauen

Wunderbarer Klang und Entspannung: Die Flöte der nordamerikanischen Ureinwohner beruhigt und ist imstande, den Menschen tief zu berühren. Die Flöte, die wir gemeinsam bauen, ist von Haus aus in einer 5-Ton-Moll-Pentatonik gestimmt. Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Rohling aus, der dann bearbeitet wird. Es stehen verschiedene Flötenarten und Holzarten zur Auswahl. Alle Werkzeuge werden gestellt, handwerkliche Kenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Gegenstände zum Schmücken der Flöte (Leder, Federn, Anhänger, etc.)

Wichtig: Notenkenntnisse und handwerkliche Erfahrung sind **nicht** erforderlich! Materialkosten ab 65 €

- **221.2G298G** Anton Nachbauer
Sonntag, 3. April, 10:00-16:00 Uhr, 30 €, VHS

Indianische Flöte: Gemeinsames Musizieren

Wunderbarer Klang und Entspannung. Die Flöte der nordamerikanischen Ureinwohner beruhigt und ist imstande, den Menschen tief zu berühren. Die Flöte ist von Haus aus in einer 5-Ton-Moll-Pentatonik gestimmt. In diesem Kurs geht es um ein gemeinsames musikalisches Erfahren des Klanges. Instrumente stehen zur Verfügung (Leihgebühr: 5 €).

Wichtig: Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

- **221.2G299G** Anton Nachbauer
Sonntag, 3. April, 17:00-18:00 Uhr, 6 €, VHS

ENSEMBLES / STIMMBILDUNG / CHÖRE / GRUPPENUNTERRICHT

Meine ersten Klavierstunden – Semesterkurs

Wenn Sie unsicher sind, ob Klavier das richtige Instrument für Sie ist, oder Sie noch nie auf einem Klavier gespielt haben, gibt der Kurs Ihnen Gelegenheit zu ersten, praktischen Erfahrungen. Nach einfachen, spielerischen Übungen bringen Sie Ihr erstes Stück zum Klingen. Außerdem erhalten Sie viele Informationen rund um das Thema Klavier. Sie benötigen keine Vorkenntnisse und kein eigenes Instrument. Der Kurs findet in der Kleingruppe statt, so können Sie sich "entspannt" auf das Thema Klavier einlassen.

- **221.2G300G** Beate Freis
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 15. Februar, 12 Termine, 175 €, VHS

Klavier für leicht Fortgeschrittene

Sie haben früher Klavier gespielt oder spielen es noch aktuell, haben aber lange keinen Unterricht mehr gehabt und brauchen neue Inspirationen? Sie können Noten lesen und Melodien mit einer Hand spielen? Dann sind Sie in unserer kleinen Gruppe genau richtig. Die fachkundigen Ratschläge gibt die erfahrene Profi-Pianistin Polina Merkulova, die uns schon mehrfach mit ihren Konzerten in der VHS begeistert hat. Aber keine Sorge: Auch die Arbeit an "kleinen Stücken" ist hier möglich. Trauen Sie sich!

- **221.2G301G** Polina Merkulova
montags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 12 Termine, 175 €, VHS

Klavier für Fortgeschrittene

Sie haben früher Klavier gespielt oder spielen es noch aktuell, haben aber lange keinen Unterricht mehr gehabt und brauchen neue Inspirationen? Dann sind Sie in unserer kleinen Gruppe genau richtig. Die fachkundigen Ratschläge gibt die erfahrene Profi-Pianistin Polina Merkulova, die uns schon mehrfach mit ihren Konzerten in der VHS begeistert hat. Aber keine Sorge: Auch die Arbeit an „kleinen Stücken“ ist hier möglich. Trauen Sie sich!

- **221.2G302G** Polina Merkulova
montags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 12 Termine, 175 €, VHS

Klavier- und Kammermusik-Meeting

Sie lieben es, Klavier oder ein anderes Instrument zu spielen, entweder solo oder im Ensemble, und wollen heraus aus dem „stillen Kämmerlein“? Jeder Einzeltermin bietet Ihnen die Chance, Gleichgesinnten in entspannter Atmosphäre einen musikalischen Beitrag vorzustellen, sich auf die Darbietungen der anderen Teilnehmenden einzulassen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Zudem besteht die Möglichkeit, mit neuen Partnern gemeinsam zu musizieren. Anfänger/-innen, Fortgeschrittene und ambitionierte Amateure sind gleichermaßen willkommen.

- **221.2G303G** Annette Laufs
Dienstag, 8. Februar, 18:20-19:50 Uhr, 8 €, VHS
- **221.2G305G** Annette Laufs
Dienstag, 8. März, 18:20-19:50 Uhr, 8 €, VHS
- **221.2G306G** Annette Laufs
Dienstag, 3. Mai, 18:20-19:50 Uhr, 8 €, VHS
- **221.2G307G** Annette Laufs
Dienstag, 14. Juni, 18:20-19:50 Uhr, 8 €, VHS

Stimmbildung in der Gruppe – für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Ein Kursangebot für singbegeisterte Laien, die ihre Stimme besser kennen lernen und ihre stimmlichen Möglichkeiten erweitern möchten. Auf Basis der funktionalen Stimmbildung stärken und entwickeln Sie Ihr Instrument: Mit allgemeinen Stimm- und Körperübungen schulen Sie in Gruppenarbeit die Körperhaltung, die Atmung und die Stimme (Resonanzräume, Tragfähigkeit, Stimmumfang).

- **221.2G314G** Nora Mosch
montags, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 14. Februar, 12 Termine, 125 €, VHS

1

2

3

4

5

6

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Workshop: "Bella Voce" für Anfänger/-innen – Stimmbildung

Wenn Sie noch nie gesungen haben, es aber schon immer ausprobieren wollten, sind Sie hier herzlich willkommen. Mithilfe der klassischen Gesangstechnik und der über 10-jährigen Erfahrung der Kursleiterin Diana Petrova entdecken Sie die versteckten Möglichkeiten

Ihrer Stimme. Themen: Gesangsübungen und einfache einstimmige Lieder oder Kanons. Musikerfahrung ist nicht nötig.

- **221.2G315G** Diana Petrova
Samstag, 5. März, 10:00-11:30 Uhr, 10 €, VHS
- **221.2G316G** Diana Petrova
Samstag, 2. April, 10:00-11:30 Uhr, 10 €, VHS
- **221.2G317G** Diana Petrova
Sonntag, 12. Juni, 10:00-11:30 Uhr, 10 €, VHS

Workshop: "Bella Voce" für Fortgeschrittene – Stimmbildung und Ensemblesong

Sie singen regelmäßig im Chor oder haben früher dort gesungen und wollen nach einer Pause wieder einsteigen? Dann brauchen Sie neue Impulse, um Ihre Stimme optimal einsetzen zu können. Mithilfe der klassischen Gesangstechnik und über 10-jährigen Erfahrung der Kursleiterin Diana Petrova entdecken Sie die versteckten Möglichkeiten Ihrer Stimme. Themen: Gesangsübungen und einstimmige Lieder oder Kanons.

- **221.2G319G** Diana Petrova
Samstag, 5. März, 11:45-13:15 Uhr, 10 €, VHS
- **221.2G320G** Diana Petrova
Samstag, 2. April, 11:45-13:15 Uhr, 10 €, VHS
- **221.2G321G** Diana Petrova
Sonntag, 12. Juni, 11:45-13:15 Uhr, 10 €, VHS

Semesterkurs: Anti-Aging für Ihre Stimme – Stimmbildung 55+

Sie merken, dass sich Ihre Stimme verändert hat, plötzlich heiser wird? Sie können nicht mehr so hoch oder tief singen wie früher? Fürchten Sie den Chor, in dem Sie so gerne gesungen haben, verlassen zu müssen? Dann kann Ihnen die Stimmbildung helfen, Ihre Stimme besser kennenzulernen. Die richtige Gesangstechnik ist keine Zauberei und kann Ihnen in einem geschützten Rahmen helfen, Ihre Stimmpräsenz zu stärken, schöner und freier zu singen. Im Anschluss an die Stimmbildung werden wir das Erlernte im gemeinsamen Singen einfacher Lieder anwenden.

- **221.2G325G** Mareen Teske-Wochermaier
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 17. Februar, 7 Termine, 75 €, VHS

Essener Volksliederkreis

Für alle, die in ihrer Jugend gut und gerne gesungen haben, bietet der Kurs eine Gelegenheit zur Erinnerung und zur Wiederbelebung der eigenen Gesangskultur. Über elementare Körper- und Singübungen kommen wir „in Stimmung“ und machen uns so bereit für den wunderbaren Schatz deutscher und europäischer Volkslieder aus der Zeit der Romantik und „Des Knaben Wunderhorn“, den wir zunächst einstimmig singen. Über leichte Kanons und Quodlibets kommen wir dann langsam zu einem mehrstimmigen Chorerlebnis. Besonders Männer sind ausdrücklich willkommen.

- **221.2G330G** Evgenij Vitovski
mittwochs, 12:50-14:20 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 75 €, VHS

Lieder der Welt – Musik ist die Muttersprache der Menschen

Für alle, die gerne Volkslieder und bekannte klassische Lieder oder Arien aus Oper und Operette singen möchten, wenn gewünscht auch in anderen Sprachen und mehrstimmig.

- **221.2G332G** Evgenij Vitovski
mittwochs, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 75 €, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen



Beratung / Programmbereichsleiterin
Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Blockflötenensemble

Angesprochen sind alle mit fortgeschrittenen Spielfähigkeiten, die mit anderen zusammen musizieren möchten. Wir spielen Blockflötenstücke von der Renaissance bis zur Gegenwart. Bei Interesse nehmen Sie bitte vorher Kontakt mit der Kursleiterin auf (Tel. 0201-423914). Voraussetzung: "Barocke Griffweise".

- **221.2G341G** Ulrike Diekmann
dienstags, 10:30-12:00 Uhr
Beginn 15. Februar, 14 Termine, 125 €, VHS

HolzBlasSpaß

Sie spielen ein Blasinstrument und möchten mit anderen in der Gruppe spielen? Dann sind Sie hier richtig. Wir spielen Stücke verschiedener Genres, die auf die Gruppe zugeschnitten sind, u. a. Klezmermusik. Leiter der Gruppe ist der erfahrene russische Klarinetist und Klezmermusiker Mark Rovner. Er wird insbesondere Bläsern wertvolle musikalische Tipps mit auf den Weg geben. Voraussetzungen: mindestens zwei Jahre Instrumentalunterricht und erste Ensemble-Erfahrungen.

- **221.2G346G** Mark Rovner
freitags, 19:00-20:30 Uhr
Beginn 11. Februar, 12 Termine, 104 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Klezmerensemble für Fortgeschrittene

Wir sind eine feste Gruppe und erarbeiten gemeinsam Arrangements zu südosteuropäischer Folklore mit dem Schwerpunkt Klezmer. Wer neu hinzukommen möchte, bitte vorher melden bei Michael Weigelt-Liesefeld: miweli@web.de.

- **221.2G350G** Dr. Michael Weigelt-Liesefeld
freitags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 11. Februar, 14 Termine, 121 €, VHS

VHS-Jazz Combo

Neben einer historischen Einführung und dem Hören von Aufnahmen werden wir Arrangements verschiedener Jazzstandards spielen und bei Interesse auch darüber improvisieren, kurz: Musik hören und gestalten. Vorerfahrungen mit Improvisation sind nicht nötig. Für Blasinstrumente und Gesang sind ein ausreichendes Niveau im Blattlesen und am Instrument Voraussetzung. Bass, Schlagzeug, Gitarre und Klavier sollten mit einem Leadsheet Stücke begleiten können.

- **221.2G354G** Ruven Weithöner
montags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 14. Februar, 14 Termine, 90 €, VHS

VHS-Bigband

Das engagierte Ensemble wurde im Herbst 2002 gegründet und hat mittlerweile ein für Amateure bemerkenswertes Niveau erreicht, was es auch in vielen Konzerten bewiesen hat. Falls Sie sich vorstellen können mitzuspielen, sprechen Sie einfach mit unserem Kursleiter Ruven Weithöner (Tel. 0173 3902759) und kommen zur ersten Probe. Besonders freuen wir uns über Klavier-, Schlagzeug-, Bass- und Gitarrenspielende. Auch Posaunenspielende sind willkommen.

- **221.2G355G** Ruven Weithöner
montags, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 14. Februar, 14 Termine, 90 €, VHS

Gitarrengruppe für Anfänger/-innen

Die preiswerte Alternative für Anfänger/-innen, um in lockerer Atmosphäre die Grundlagen des Gitarrenspiels in einer Gruppe zu erlernen. Neben der einfachen Liedbegleitung von Volksliedern, Chansons, Pop- und Folksongs lernen wir auch in kurzer Zeit leichte Instrumentalstücke aus den Bereichen Klassik, Blues und Flamenco kennen. Ideal für Personen, die sich einen Jugendtraum erfüllen oder die die Gitarre als Pädagoge oder Jugendgruppenleiter beruflich einsetzen wollen.

- **221.2G377G** Uli Pergher
freitags, 20:00-20:45 Uhr
Beginn 18. Februar, 15 Termine, 65 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Gitarrengruppen für Fortgeschrittene

In Kleingruppen arbeiten die Kursteilnehmenden entsprechend ihren Vorerfahrungen weiter. Im Kurs werden Lehrbücher (ca. 20 €) verwendet, die von jedem Teilnehmenden zu zahlen und Voraussetzung für die Teilnahme sind.

Gitarrengruppe für leicht Fortgeschrittene (ca. 2. Semester)

- **221.2G378G** Uli Pergher
freitags, 19:00-19:45 Uhr
Beginn 18. Februar, 15 Termine, 65 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Gitarrengruppe für Fortgeschrittene (ca. 3. Semester)

- **221.2G379G** Uli Pergher
donnerstags, 20:00-20:45 Uhr
Beginn 17. Februar, 14 Termine, 61 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Gitarrengruppe für Fortgeschrittene (ca. 4. Semester)

- **221.2G382G** Uli Pergher
mittwochs, 20:00-20:45 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 65 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon
- **221.2G383G** Uli Pergher
freitags, 18:00-18:45 Uhr
Beginn 18. Februar, 15 Termine, 65 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Gitarrengruppe für Fortgeschrittene (ca. 5. Semester)

- **221.2G388G** Uli Pergher
mittwochs, 19:00-19:45 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 65 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Gitarrengruppe für sehr weit Fortgeschrittene

In Kleingruppen arbeiten hier Kursteilnehmende weiter, die in den letzten Jahren Anfängerkurs und Fortgeschrittenenkurse besucht haben. Wer neu einsteigen möchte, melde sich bitte unter: fwh1756@yahoo.de, da eine vorherige Beratung sinnvoll ist. Im Kurs werden Lehrbücher (ca. 20 €) verwendet, die von jedem Teilnehmenden zu zahlen und Voraussetzung für die Teilnahme sind. Der Kurs ist nicht ermäßigbar (Kleingruppe).

- **221.2G392G** Uli Pergher
donnerstags, 18:00-18:45 Uhr
Beginn 17. Februar, 14 Termine, 61 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon
- **221.2G393G** Uli Pergher
donnerstags, 19:00-19:45 Uhr
Beginn 17. Februar, 14 Termine, 61 €
Realschule am Schloss Borbeck, Pavillon

Instrumental- oder Vokalkurse für Erwachsene im Einzelunterricht oder in Kleingruppen der Folkwang Musikschule

Haben auch Sie sich den Traum, ein Instrument zu spielen oder Ihre Stimme zu entwickeln, für das Erwachsenenalter aufgespart? Seit 2004 hat es sich die Folkwang Musikschule zu ihrer Aufgabe gemacht, auch Erwachsenen ein fachkundiges Angebot zu unterbreiten. Als Lehrkräfte stehen Ihnen pädagogisch und künstlerisch bestens ausgebildete Lehrende zur Seite, die bereits seit Jahren mit der Ausbildung erwachsener Laien betraut sind. Hierbei ist es unerheblich, ob Sie ein Instrument ganz neu erlernen oder aber an bereits Gelerntes anknüpfen möchten. Die Lehrenden sind stets bestrebt, in Einklang mit Ihren Wünschen ein sinnvolles Unterrichtskonzept zu entwickeln. Dabei ist lediglich Voraussetzung, dass Sie ein eigenes (oder geliehenes) Instrument besitzen und dass sich am besten täglich Zeit für Ihr Instrument nehmen. Auf diese Weise erzielen Sie Erfolge, die Sie vielleicht nicht für möglich gehalten haben.

Das vollständige Instrumentalangebot umfasst nahezu alle Instrumente: Drum Set, Stimmbildung in Kleingruppen oder Gesang im Einzelunterricht, Blockflöte, Querflöte, Oboe, Klarinette, Fagott, Saxophon, Jazztrompete, Trompete, Violine, Violoncello, Akkordeon, Klavier, Keyboard, Jazzklavier, Gitarre, Barockgitarre, E-Bass, Folkgitarre. Genauere Informationen finden Sie unter der Internetadresse der Folkwang Musikschule www.fms.essen.de.

Der Unterricht wird wahlweise als Einzelunterricht 45 Minuten, Einzelunterricht 30 Minuten und Partner- bzw. Kleingruppenunterricht angeboten. Allerdings bieten wir nur dann Gruppenunterricht an, wenn sich sinnvolle Gruppenkonstellationen ergeben.

Anmeldeformulare und Angaben zu den Kursentgelten finden Sie zum Download unter der Internetadresse www.fms.essen.de.

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Folkwang Musikschule:

Regine Sommer, Tel. 88 44 103

Axel Wild, Tel. 88 44 020

Früh buchen – Platz sichern!

1

2

3

4

5

6

KULTUR IN ESSEN.

TUP

PREMIEREN AALTO-THEATER

DIDO AND AENEAS
Oper von Henry Purcell
Premiere 2. Januar 2022

**IL TRITTIKO
(DAS TRIPTYCHON)**
Opern von Giacomo Puccini
Premiere 22. Januar 2022

HERZOG BLAUBARTS BURG
Oper von Béla Bartók
Premiere 19. Februar 2022

DON CARLO
Oper von Giuseppe Verdi
Premiere 12. März 2022

DREI SCHWESTERN
Ballett von Valery Panov
Premiere 9. April 2022

ARABELLA
Oper von Richard Strauss
Premiere 14. Mai 2022

Tickets T 02 01 81 22-200
www.theater-essen.de



Don Carlo
Foto: Hansjörg Michel

AALTO-THEATER

MUSIKALISCHE VERANSTALTUNGEN

Smoky Stage in concert: Blues in Samt und Glitter

Nora Mosch (Gesang) und Heinz Peter Reidmacher (Piano) verbindet die Begeisterung für freie und ausdrucksstarke Gestaltung von Melodie und Harmonie. Lassen Sie sich von ihrer Leidenschaft für jazzige und bluesige Klangwelten mitreißen und in glanzvolle Sphären entführen.

- **221.2G460G** Nora Mosch / Heinz Peter Reidmacher
Sonntag, 3. April, 15:30-17:30 Uhr, 12 €, Abendkasse (ermäßigt 8 € Schüler/Studenten), VHS



Vorhang Auf! Semesterabschlusskonzert Mit Nora Mosch (Sopran) Ainoa Padron (Klavier) und den Teilnehmenden des Workshops „Vorhang Auf!“

Das abwechslungsreiche Programm wartet mit einigen Überraschungen auf, denn hier werden die Ergebnisse des vorausgegangenen Bühnenpräsenz-Workshops präsentiert.

Die Kursleiterinnen Ainoa Padron (Klavier) und Nora Mosch (Gesang) verfeinern das Ganze mit einigen ihrer Lieblingsstücke, so dass Sie sich auf einen humorigen, dramatischen und melancholischen Nachmittag freuen dürfen!

- **221.2G480G** Nora Mosch / Ainoa Padron / Diana Petrova
Sonntag, 12. Juni, 15:30-17:00 Uhr, 10 €, Abendkasse (ermäßigt 5 € Schüler/Studenten), VHS

Sie würden gerne selbst auftreten? Sammeln Sie Bühnenerfahrung im Workshop von Nora Mosch:

Siehe 221.2G254G, Seite 52

2H TANZ



Beratung / Programmbereichsleiterin
Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43211
Anmeldung
N.N.
☎ 0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

Die Tanzkurse der VHS Essen vermitteln nicht nur die Bewegungsmuster und Schrittfolgen. In den Veranstaltungen werden unmittelbar auch die Konzentration, die Koordination und das Gedächtnistraining gefördert. Ethnische Tänze stehen immer in einem engen Zusammenhang mit ihrer jeweiligen Entstehung und Herkunft. So werden im Rahmen der Tanzkurse auch kulturelles Lernen vermittelt und die interkulturellen Kompetenzen gefördert. Bei der Erarbeitung kleiner Choreografien werden das Musikverständnis und die Ausdrucksfähigkeit der Teilnehmenden erweitert. Und es soll auch nicht fehlen, was den Tanz ausmacht: Durch den Spaß an der Sache werden Körperfreude und Bewegungskunst gefördert!



BALLETT / MODERN / JAZZ

Klassisches Ballett für Anfänger/-innen

Haben Sie sich in Ihrer Jugend immer gewünscht, Ballett zu lernen, aber es ist nie dazu gekommen? In diesem Semester startet die ehemalige Primaballerina wieder einen Anfängerkurs so dass Ihr Wunsch endlich in Erfüllung gehen kann.

- **221.2H115G** Veronika Nagy
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 14 Termine, 122 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Klassisches Ballett für Fortgeschrittene

Der Kurs wendet sich an alle, die eine gewisse Vorerfahrung mitbringen. In entspannter Atmosphäre arbeiten wir weiter an verschiedenen Arm- und Beinpositionen. Der Kurs beinhaltet Übungen an der Stange und führt über Schritte und kleinere Kombinationen zu Sprungvariationen und Drehungen.

- **221.2H116G** Veronika Nagy
donnerstags, 18:35–20:05 Uhr
Beginn 10. Februar, 14 Termine, 122 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Modern Dance für Anfänger/-innen und solche mit Vorkenntnissen

Die Kurse richten sich an alle, die Modern Dance einmal kennenlernen oder ausprobieren möchten. Tanzerfahrungen sind nicht notwendig. Aufgrund der Effektivität und Intensität des Trainings wenden sie sich sowohl an Fitnessinteressierte als auch an Tänzer aller Fächer und Leistungsstufen, die ihre Körpermitte finden und festigen, Kraft entwickeln und sich kreativ und mit Freude bewegen wollen.

- **221.2H122G** Elena Kofina
dienstags, 18:40–20:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 14 Termine, 122 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Jazz-Dance

Die Kurse basieren auf der Jazz-Tanz-Technik. Wir erarbeiten voneinander völlig unterschiedliche Choreographien zu den verschiedensten Musikstilen (Soul, Hip-Hop, Street-Dance, Musical) miteinander. Warm-ups zur Dehnung und auch Vorbereitung auf Kicks, Drehungen, Sprünge sind jeweils inbegriffen sowie zum Abschluss jeder Stunde ein Low-down. Spaß und Wohlfühlen im Team kommen neben dem Erlernen der Technik nicht zu kurz. Kein Paartanz!

- **221.2H125G** Veronika Nagy
donnerstags, 20:10–21:40 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 122 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

GESELLSCHAFTSTANZ

Gesellschaftstanz/Paartanz für Anfänger/-innen

Das Schönste, was Füße tun können, ist tanzen. Genau! In diesem Kurs gibt es das Grundhandwerkszeug für die klassischen Standard- und Lateintänze wie z. B. Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Chacha oder Rumba. Ergänzend kann in Modetänze wie Discofox, Salsa oder Tango Argentinio hineingeschnuppert werden. Keine Angst, trotz Gründlichkeit steht der Spaß im Vordergrund! Jede/r ist herzlich willkommen. Der Kurs richtet sich an Paare sowie Singles. Für alle Singles gilt: Bitte vor der Anmeldung kurz beim Team der VHS melden: wir bemühen uns so gut wie möglich um eine ausgeglichene Herren- bzw. Damenquote.

Im Kursentgelt inbegriffen ist die Sommer-Tanzparty der VHS (221.2H135G).

- **221.2H130G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
montags, 18:20–19:50 Uhr
Beginn 14. Februar, 13 Termine, 96 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Gesellschaftstanz/Paartanz Mittelstufe

Für alle, die mehr wollen! Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon Tanzerfahrung mitbringen. Das Level des Kurses ist offen, wobei mindestens die Grundschritte der Tänze sicher beherrscht werden sollten, da der Kurs auf der Anfängerstufe aufbaut. Auch hier wird's gründlich, aber immer lustig! Auch hier gilt: Jede/r ist herzlich willkommen. Der Kurs richtet sich an Paare und Singles. Männer sind immer gesucht. Für alle Singles gilt: Bitte vor Anmeldung kurz beim Team der VHS melden: wir bemühen uns so gut wie möglich um eine ausgeglichene Herren- bzw. Damenquote.

Im Kursentgelt inbegriffen ist die Sommer-Tanzparty der VHS (221.2H135G).

- **221.2H131G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
freitags, 18:20–19:50 Uhr
Beginn 18. Februar, 13 Termine, 96 €, VHS

Gesellschaftstanz/Paartanz für Fortgeschrittene

Wer über fortgeschrittene Tanzerfahrung verfügt und mehr möchte als erste Basisfiguren, ist hier gut aufgehoben! Wir kümmern uns nun ums „Eingemachte“. Es gibt sowohl Know-how zum Themenbereich „Technik“ (z. B. Fußarbeit, Paarbalken, Führen/Folgen) als auch komplexere Figurenkombinationen. Das Level ist offen gehalten und geht von Bronzekurs- bis Breitensport/Tanzkreis-Niveau. Jede/r ist willkommen. Der Kurs richtet sich an Paare und Singles. Für alle Singles gilt: Bitte vor Anmeldung kurz beim Team der VHS melden: wir bemühen uns so gut wie möglich um eine ausgeglichene Herren- bzw. Damenquote.

Im Kursentgelt inbegriffen ist die Sommer-Tanzparty der VHS (221.2H135G).

- **221.2H133G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
montags, 20:10–21:40 Uhr
Beginn 14. Februar, 13 Termine, 96 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23
- **221.2H134G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
freitags, 20:10–21:40 Uhr
Beginn 18. Februar, 13 Termine, 96 €, VHS

VHS-Sommer-Tanzparty Gesellschaftstanz/Paartanz

Auf der Sommer-Tanzparty von Stefanie Drensek und Gerhard Schröder kann endlich wieder 'live und in Farbe' ein wunderbarer Abend erlebt werden! Die beiden sorgen für einen schönen Abend, Musik, Programm und Ambiente. Verpflegung (Snacks und Getränke) bringt jede/r selbst mit.

Dresscode: Es darf so gefeiert und getanzt werden, wie jede/r sich wohl fühlt. Ob in Abendgarderobe oder in gehobener, legerer Kleidung – alles bis auf „Jeans, Turnschuhe und T-Shirt“ ist erlaubt! Also nichts wie los und schnell angemeldet, Schuhe poliert und auf geht's! Einlass und Willkommens-Empfang ab 18.30 Uhr.

Die Sommer-Tanzparty bildet den Abschluss der Tankurse von Stefanie Drensek und Gerhard Schröder und ist offen für alle interessierten Tänzerinnen und Tänzer. Das Entgelt von 5 € gilt pro Person.

- **221.2H135G** Stefanie Drensek
Freitag, 10. Juni, 19:00–21:45 Uhr, 5 €, (Einlass ab 18.30 Uhr), VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

1

2

3

4

5

6

61

Onlinekurs: Paartanz für Anfänger/-innen

In diesem Kurs gibt es das Grundhandwerkszeug für die klassischen Standard- und Lateintänze wie z. B. Langsamer Walzer, Cha Cha oder Rumba sowie für Partytänze wie z. B. Discofox oder Reihentänze ohne Partner. Das Besondere bei diesem Kurs: All das findet komplett als Video-Tanzkurs für zu Hause statt. Die Inhalte bieten einen vollständigen Anfänger-Tanzkurs mit allem „Drum und Dran“ und sind auf das heimische Platzangebot ausgelegt. Also: Jogginghose angezogen, runter vom Sofa, Tisch zur Seite geschoben und los geht es! Mit Ihrer Anmeldung erhalten Sie während des gesamten Semesters den Zugang zur VHS Plattform Moodle und somit zu allen Video-Tutorials des jeweils gebuchten Kurses. Über das kursinterne Forum erhalten Sie zudem eine weitergehende Betreuung. Hier kann Kontakt mit der Kursleitung aufgenommen werden, man kann sich mit Mitschreitern austauschen, Dateien zum Üben können heruntergeladen werden und vieles mehr.

- **221.2H136G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
Beginn 7. Februar, 8 Videolektionen, 40 €

TANZWORKSHOPS

West Coast Swing – Der Tanz, der süchtig macht

West Coast Swing wird Ihre bisherige Tanzwelt auf den Kopf stellen! Mögen Sie neue Menschen kennenlernen und einen Abend mit jeder Menge Spaß erleben? Hören Sie gerne Musik aus den Bereichen RnB, Pop, Rock, House, Blues oder den Charts? Können Sie sich vorstellen, dass beide Tanzpartner die Führung übernehmen dürfen und dass man mit wechselnden Tanzpartnern sogar schneller lernt? Neugierig geworden? Weitere Infos, inklusive Tanzvideo: www.wcs-ruhrgebiet.de. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich, das Entgelt gilt pro Person.

- **221.2H160G** Carsten Schmitz
Samstag, 7. Mai, 15:00-18:00 Uhr, 16 €, VHS

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**



Discofox: für jede Feier bereit! Grundlagen

Discofox ist DER Tanz für jede Party, Feier, Stimmung und zu fast jeder Musik gut zu tanzen. In diesem Workshop lernen Sie eine kleine und unkomplizierte Choreographie kennen und tanzen. Damit sind Sie auf die kommenden Feste bestens vorbereitet. Sie können sich nur mit einem festen Tanzpartner / einer festen Tanzpartnerin zu diesem Kurs anmelden.

- **221.2H162G** N. N.
Sonntag, 20. März, 11:00-13:15 Uhr, 15 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Discofox: für jede Feier bereit! Aufbaukurs

Discofox ist DER Tanz für jede Party, Feier, Stimmung und zu fast jeder Musik gut zu tanzen. In diesem Workshop lernen Sie eine kleine und unkomplizierte Choreographie kennen und tanzen. Damit sind Sie auf die kommenden Feste bestens vorbereitet. Sie können sich nur mit einem festen Tanzpartner / einer festen Tanzpartnerin zu diesem Kurs anmelden.

- **221.2H164G** N. N.
Sonntag, 20. März, 13:30-15:45 Uhr, 15 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Paartanz Express für Anfänger/-innen

Die Wochenenden richten sich an alle Paare, die schon immer einmal tanzen lernen wollten, aber nie dazu kamen. Für Feiern, Bälle oder sonstige Anlässe, bei denen man bisher immer sitzen bleiben musste. Mit viel Spaß und trotzdem mit Gründlichkeit lernen wir das „Grundhandwerkszeug“ von den am häufigsten getanzten Standard-, Latein- und Modetänzen. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich, das Entgelt gilt pro Person.

- **221.2H172G** Stefanie Drensek
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
11:00-14:00 Uhr, 8 Ustd., 40 €, VHS

Paartanz Express für Fortgeschrittene

Das Wochenende richtet sich an die Paare, die in den letzten Semestern den Eingangsworkshop „Paartanz Express“ absolviert haben. Der Kurs ist als Kleingruppe kalkuliert. Dadurch erhalten Sie eine besonders intensive Betreuung. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich, das Entgelt gilt pro Person.

- **221.2H174G** Stefanie Drensek
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
14:30-17:30 Uhr, 8 Ustd., 40 €, VHS

Tango Argentino für Anfänger/-innen

Kein anderer Paartanz bietet so viele Möglichkeiten der Variationen und des Ausdrucks. Der Workshop ist zum ersten Probieren, um zu spüren und zu hören, wie es einem mit dem Tango „geht“. Der argentinische Tango kennt keine festen Schrittfolgen. Schwerpunktmäßig geht es um die Themen „Kontakt – das Miteinander“ und „Führen und Folgen“.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich, das Entgelt gilt pro Person. Tanzpartner/-in fehlt? Tango-Tanzpartnerbörse hilft: <http://www.Tango-Ruhrgebiet.de>

- **221.2H180G** André Amberge / N. N.
Donnerstag, 24. März,
18:30-21:30 Uhr, 25 €, VHS
- **221.2H182G** André Amberge / N. N.
Samstag, 11. Juni, 16:00-19:00 Uhr, 25 €, VHS

Kreativer Tanz Dialog

Raus aus dem Kopf, rein in den Körper, – drücken Sie unter Anleitung der Tanztherapeutin Simone Götz mit Ihrem Körper aus, was Sie bewegt! Gefangen in Alltagsstrukturen, erlauben sich viele nicht, ihre ehrliche Meinung zum Ausdruck zu bringen. Nicht ausgedrückte Gefühle blockieren Körper, Geist und Seele. Entdecken Sie in dem Workshop, was Sie wirklich bewegt und was geschieht, wenn all dies ausgesprochen wird. Die Teilnahme erfordert keine Vorkenntnisse und ist geeignet für Frauen und Männer jeden Alters.

- **221.2H190G** Simone Götz
Sonntag, 6. März, 11:00-17:30 Uhr, 40 €, VHS

ETHNISCHER TANZ

Internationale Volkstänze

Ob Mayim- oder Yeminit-Schritt, die Musik unterschiedlicher Völker verlockt zu traditionellen und neuen Folkloretänzen in lockerer Runde. Unser Repertoire reicht von einfachen Mitmachtanzen über Kreistänze bis hin zu Figuren- und Paartänzen. Der Kurs ist für Ältere und Jüngere gleichermaßen geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

- **221.2H204G** Norbert Schilke
donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 10. Februar, 12 Termine, 65 €, VHS

Linedance und für Anfänger/-innen

Linedance ist eine Tanzform, bei der der Einzelne unabhängig vom Geschlecht in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzt. Wir bewegen uns "solo", aber gleichzeitig synchron mit anderen. Die Tänze sind passend zur Musik choreographiert, die zumeist aus dem Country und Pop stammt. Folkloretänze aus aller Welt bereichern das Programm. Wir üben überwiegend südosteuropäische Tänze im Kreis. Mixertänze aus den USA und England ergänzen den Kurs. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

- **221.2H205G** Ullrich Indersmitten
montags, 14:40-16:10 Uhr
Beginn 21. Februar, 13 Termine, 65 €, VHS

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Videokurs: Traditional Irish Dance für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die von der mitreißenden Musik, den fliegenden Beinen und den rasanten Rhythmen Irischer Tanzshows wie „Riverdance“ oder „Lord of the Dance“ begeistert sind und sich schon immer gesagt haben: „Das möchte ich unbedingt auch mal lernen!“ Das Besondere an diesem Kurs: All dies gibt es als komplettes Videopakete für zu Hause! Es handelt sich um einen vollwertigen Anfängerkurs mit Basis-Schritten im Softshoe- und Hardshoe-Dancing. Wir starten mit je einem Softshoe- und einem Hardshoetanz im sogenannten Beginner-Level. Alle Inhalte sind auf ein begrenztes Platzangebot ausgelegt, so dass kein riesiger Tanzsaal benötigt wird. Irischen Spaß gibt's auch auf kleinstem Raum! Also: Jogginghose angelassen, Tisch zur Seite gerückt, Flaschen Wasser in Reichweite und los geht's! Dieser Kurs besteht aus vier einzelnen Videoeinheiten, die ab Kursstart wöchentlich erscheinen. Alle einzelnen Videos sind bis Ende August abrufbar, da es sich nicht um einen Live-Kurs handelt. Jedes Tutorial kann also zu jeder Zeit genutzt werden. Das Angebot passt sich damit optimal an die individuellen Wünsche an und ist nicht an eine konkrete Kurszeit oder einen Kurstag gebunden.

- **221.2H208G** Stefanie Drensek / Gerhard Schröder
Beginn 7. Februar, 4 Videolektionen, 20 €

Griechische Tänze für Anfänger/-innen

Der Tanz ist für die Griechen Lebensausdruck und -elixier zugleich. Lieder, Rhythmus und Musik laden zum Tanzen ein. Wir üben gemeinsam die beliebtesten Tänze der heutigen Zeit: Sirtos-Kalamatianos, Chassapikos, Sonaradikos, Sta Tria, Ballos, Tsamikos, Seibekikos, Karssilamas. Zusätzliche Materialkosten von 15 €/Person sind im Kurs zu entrichten.

- **221.2H210G** Leonidas Efthymiadis
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 15. Februar, 14 Termine, 100 €, VHS

Griechische Tänze für Fortgeschrittene

Eine „Rundreise“ durch die verschiedenen Tanzregionen Griechenlands (Inseln und Festland). Gute Grundkenntnisse der wichtigsten Schritte der bekanntesten Tänze werden vorausgesetzt. Zusätzliche Materialkosten von 15 €/Person sind im Kurs zu entrichten.

- **221.2H213G** Leonidas Efthymiadis
dienstags, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 15. Februar, 14 Termine, 100 €, VHS

Salsa Anfänger/-innen

In diesem Tanzkurs erlernen Sie mit viel Spaß und feuriger Musik das wahre Feeling der lateinamerikanischen Kultur. Die Tanzschritte werden in der Gruppe (in der Reihe) und auch paarweise erlernt. Bitte nur paarweise mit Tanzbegleitung anmelden.

- **221.2H246G** Yeny Clavel Barreto
freitags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 11. Februar, 14 Termine, 150 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23



Bauchtanz für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen

Sie haben einen Anfängerkurs besucht oder gar mehrere und es geht nicht weiter? Sie möchten Ihre Grundbewegungen ausbauen, vertiefen und neue hinzulernen? Sie möchten das Erlernte mit Schritten und Drehungen kombinieren und aus Kombinationen eine Choreographie zusammensetzen lernen? Dann sind Sie hier richtig! Hier können Sie Ihren Körper und Ihre Tanztechnik in Schwung bringen!

- **221.2H320G** Andrea Homersen
mittwochs, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 162 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

1

2

3

4

5

6

Bauchtanz für Frauen mit guten Vorkenntnissen / Mittelstufe

Freche Schrittkombinationen, kokette Blicke, effektvolle Armbewegungen, der Wechsel von Spannung und Bewegungsfeuerwerk – all das macht die Vielfalt und Schönheit dieses Tanzes aus. Ein Kaleidoskop von Weiblichkeit steckt in jeder Frau: die Verspielte, die Schüchterne, die Energische, die Verführerische, die Stolz – diese alle und noch viel mehr wollen wir entdecken und tanzen. Dazu gehört natürlich auch Techniktraining und Haltungsschulung. Wenn Du Spaß am Bauchtanz hast und über gute Grundkenntnisse verfügst, bist Du herzlich eingeladen.

- **221.2H324G** Andrea Homersen
mittwochs, 18:35-20:05 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 162 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

American Tribal Style zum Auffrischen

Eingeladen sind alle Tänzerinnen, die American Tribal Style bereits einmal ausprobiert haben und nach einer Pause wieder einsteigen möchten. Wir trainieren die klassischen Cues und Kombis (Fat Chance Belly Dance/Gypsy Caravan u. a.) und je nach Zeit und Lust auch ein paar neue.

- **221.2H328G** Andrea Homersen
Samstag, 19. März, 15:00-18:00 Uhr, 20 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

2J THEATER / LITERATUR



Beratung / Programmbereichsleiterin
Lydia Doliva
lydia.doliva@vhs.essen.de
☎0201 88-43211
Anmeldung
N.N.
☎0201 88-43212
Nähere Informationen siehe Seite 27

THEATER

Szenarium – Literatur in Szene

Theatergruppe der Volkshochschule
Wir sind das Amateurtheater-Ensemble der Volkshochschule Essen. Wir spielen traditionelles Theater, Sketche und Improvisationen. In unserer Theatergruppe stehen Gruppendynamik, Einsatz, Kreativität und Engagement im Vordergrund. Wir möchten uns gemeinsam an ein neues Stück wagen. Hierzu suchen wir Mitwirkende, Menschen mit Humor und Spaß am Spiel. Bühnenerfahrung ist dabei nicht erforderlich, aber willkommen.

- **221.2J110G** Gabi Dauenhauer
montags, 19:00-21:15 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 119 €
Theater Courage, Goethestr. 67, 45130 Essen

Mut zum Sein – Improvisationstheater: Spiel, Humor & Herzenskommunikation

“Mut zum Sein“ lädt ein zu ursprünglicher Spielfreude, Begeisterung für Neues und eigenschöpferischem Tun und Forschen. Frei von Leistungsdruck, Interpretation und Bewertung entdeckst Du die Vielfalt Deines kreativen Ausdrucks, wagst Dich in neue Rollen, bringst verborgene Talente ans Licht und bekommst Freude am Experimentieren mit Deinen Stärken und Schwächen. Das intuitive Erkunden ungewohnter Sicht-, Denk-, Fühl-, Sprech- und Handlungsweisen im spontanen Spiel befreit Dich von alten Hemmungen, stärkt Dein Selbstbewusstsein und verwandelt selbst negativ belegte Energien in sprudelnde Lebensfreude.

- **221.2J120G** Gisela von Löhneysen
mittwochs, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 23. Februar, 14 Termine, 76 €, VHS
- **221.2J121G** Gisela von Löhneysen
mittwochs, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 23. Februar, 14 Termine, 76 €, VHS

Mut zum Sein – Das Mögliche tun, das Unmögliche wagen!

Wie oft bleibst Du stehen und zögerst, wirst unsicher, bekommst Angst, glaubst, nicht gut genug zu sein und gibst auf, noch bevor Du den ersten Schritt zur Verwirklichung Deiner Wünsche und Ziele, Visionen und Träume erkundet hast. Das Spiel-, Ausdrucks- und Begegnungstraining MUT ZUM SEIN unterstützt Dich mit Humor und Herzenskommunikation, Deine originelle Kreativität, ursprüngliche Begeisterung und spontane Experimentierfreude neu zu erwecken: Du lernst, wie Du hinderliche Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen spielend leicht in sprudelnde Lebensfreude verwandelst.

- **221.2J124G** Gisela von Löhneysen
Samstag, 18. Juni, 10:00-16:30 Uhr, 40 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Wie wunderbar es ist, einmal Clown zu sein!

Der innere Clown entsteht im Zusammenspiel der ursprünglichen Kind-Energie und der des weisen, gütigen Erwachsenen. Mit Neugier und Begeisterung geht es auf Entdeckungsreise, um in allem etwas Wunderbares zu finden. Mutig und beharrlich verwirklicht der Clown seine Wünsche. Hemmnisse sind für ihn beliebte Herausforderungen. Gern schlüpft er in andere Identitäten und erforscht seine Gefühle spielerisch und kreativ. Offen für Neues und stets optimistisch liebt der Clown die Übertreibung und das Lachen. Einzelne Aspekte des ClownSeins werden wir ühend erkunden und lernen, die heitere Gelassenheit mit in den Alltag zu nehmen.

- **221.2J126G** Gisela von Löhneysen
Sonntag, 19. Juni, 10:00-16:30 Uhr, 40 €
WESTVIERTEL, Folkwang Musikschule,
Thea-Leymann-Str. 23

Von der Stückelektüre zur Aufführungskritik

Wie man über pauschale Eindrücke von „ganz gut“ oder „eher langweilig“ zu differenzierten Urteilen über eine Inszenierung gelangt, zeigt diese Veranstaltungreihe. Wir besuchen Aufführungen im Essener Theater und in den Schauspielhäusern der näheren Umgebung. Zur Vorbereitung gehören: gründliche Einführung in das Stück und der ästhetische, theaterhistorische und gesellschaftliche Kontext.

- **221.2J142G** Andreas Linne
montags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 13 Termine, 75 €, VHS

LITERATUR – TEXTE SCHREIBEN



Beratung / Programmbereichsleiter
 Nikolaos Georgakis
 nikolaos.georgakis@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43215
 Anmeldung
 Annette Volmer
 annette.volmer@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43102
 Nähere Informationen siehe Seite 27

Klassiker der Weltliteratur: Der Zauberberg von Thomas Mann

Der Zauberberg – die Geschichte um Hans Castorp – gehört zu den bedeutendsten Romanen der klassischen Moderne. Die ursprünglich als Kurzbesuch geplante Reise Castorps in ein Davoser Sanatorium wird zum mehrjährigen Aufenthalt; der Kurort, ein Mikrokosmos in sich, wird zur Bühne für die europäischen Befindlichkeiten vor dem Ersten Weltkrieg. Dieser Lektürekurs liest und diskutiert gemeinsam dieses weltberühmte Werk, das an Aktualität nichts verloren hat, um das großartige Gedankenuniversum Manns und die Vielfalt der Figuren zu erschließen.

- **221.2J200N** Christina Oehrl
 donnerstags, 11:30-13:00 Uhr
 Beginn 3. März, 10 Termine, 59 €, VHS

**Das Herbstsemester beginnt
 am 5. September 2022.**

Schreibwerkstatt Biografie

Sie haben einen reichen Schatz an Lebenserinnerungen und möchten diese niederschreiben. Kreatives Schreiben und Stilübungen vermitteln Ihnen einen leichten Einstieg. Erinnern und Aufschreiben lassen sich zu einer biografischen Erzählung verdichten. Der Kurs unterstützt Sie dabei, Ihre eigene Stimme zu finden und mit Ihrem kreativen Potenzial in Kontakt zu treten. Im Vordergrund stehen die Lust am Schreiben und die Bereitschaft, sich selbst zu überraschen.

- **221.2J210N** Renate Pötzsch
 dienstags, 9:00-10:30 Uhr
 Beginn 1. März, 10 Termine, 55 €, VHS
- **221.2J211N** Renate Pötzsch
 dienstags, 10:50-12:20 Uhr
 Beginn 1. März, 10 Termine, 55 €, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Lebendig erzählen – Von der Buchstaben- suppe zum Prosawerk Ein Fernstudienseminar

Sie haben Lust, eine spannende Kurzgeschichte zu erzählen? Oder Sie wollen einem Roman auf die Sprünge helfen? Sie wollen lernen, wie Sie beim Schreiben Spannung erzeugen, die Ihre Leser bei Laune hält?

Hier erfahren Sie, welche Erzählperspektiven es gibt, wie Sie Heldinnen und Schurken geschickt in Szene setzen und wie Sie starke Dialoge ausformulieren. Das alles zu Zeiten, die Rücksicht darauf nehmen, wann Ihnen in welchem Tempo nach Lernen und Schreiben zumute ist. Die Lerninhalte eignen Sie sich im Selbststudium an. Alles, was Sie außer etwa vier Stunden pro Woche und Spaß am kreativen Schreiben benötigen, sind eine E-Mail-Adresse und ein Internetzugang.

Neben der Vermittlung der Theorie mittels Lehrbriefen steht das kreative Schreiben selbst im Vordergrund. Sie bekommen praxisnahe Schreibaufgaben, die durch eine erfahrene Lektorin und/oder auf einer gemeinsamen Plattform im großen Lernkreis besprochen und am Ende von der Kursleiterin rezensiert werden. Sie lernen, Ihre Geschichten sinnvoll zu redigieren, sodass sie für eine Veröffentlichung interessant werden. Der Schwerpunkt liegt im kommenden Semester auf den Themen: flüssiger Erzählstil, spannende Dialoge, beeindruckende Charaktere, Schauplätze, Rückblenden, Erzählzeiten und -perspektiven.

Bitte hinterlegen Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse. Weitere Infos auf der Anmeldebestätigung bzw. im Internet. Die Kursgebühr ist nicht ermäßigbar.

- **221.2J218N** Elke Bockamp
 montags, 20:00-21:30 Uhr
 Beginn 14. Februar, 12 Termine, 110 €, online

Klub der sanften Irren

Wer wir sind? Wie wir sind? „Wir sanften Irren sind nicht sehr viel irrer als Gesunde, wir haben nur für manche Dinge einen anderen Blick ...“, Zitat aus dem Buch „Wir sanften Irren“ von Peter Paul Althaus, dem Namensgeber unseres Literaturkreises, der seit 1971 besteht. Wir stellen uns Themen und verfassen dazu entsprechende humorige und skurrile Verse. Wer nicht selber schreiben möchte, darf auch Passendes aus den Werken unserer bekannten Dichter von A wie Althaus bis Z wie ringelnatZ präsentieren. Neugierig geworden? WILLKOMMEN IM KLUB. Neulinge sind jederzeit willkommen.

- **221.2J310N** Siegfried Engelsiepen
 Dienstag, 8. Februar, 8. März, 5. April, 10. Mai, 14. Juni, 20:00-21:30 Uhr, 5 Termine, entgeltfrei, VHS

Literatur unserer Zeit

Wir beschäftigen uns mit moderner Literatur, die wir zu Semesterbeginn gemeinsam auswählen, und beleuchten neben der Arbeit am Text auch die Entstehungs- und Rezeptionsgeschichte der Werke. Wir diskutieren kontrovers und erarbeiten uns so gemeinsam den Zugang zu anspruchsvollen Texten.

- **221.2J320N** Astrid Meirose
 dienstags, 9:00-10:30 Uhr
 Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €
- **221.2J322N** Ute Hüfken
 donnerstags, 9:00-10:30 Uhr
 Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €
 Beginenhof, Goethestr. 65, 45130 Essen
- **221.2J324N** Ute Hüfken
 dienstags, 9:30-11:50 Uhr
 Beginn 8. Februar, 14 Termine, 114 €
 BORBECK, Schloss Borbeck
 Wirtschaftsgebäude, Schlossstr. 101
- **221.2J333N** Lydia Doliva
 freitags
 Beginn 18. Februar, 12 Termine
 und Freitag, 3. Juni
 und 10. Juni, 11:00-12:30 Uhr, 65 €, VHS

KONZERTE IN DER VHS: DAS BESONDERE ERLEBNIS

Immer nah dran an den Künstler/innen
 und der Musik

1

2

3

4

5

6

Mensch, Gesundheit, Natur und Umwelt

Inhaltsverzeichnis:

3A LEBENSHILFE / GEDÄCHTNISTRAINING		3D ENTSPANNUNG / BEWEGUNG	
Lebenshilfe	66	Entspannung	72
Selbstorganisation und Gedächtnistraining	66	Yoga / Meditation	72
		Qigong /Tai Chi / Selbstverteidigung	74
		Gesund durch Bewegung	75
3C GESUNDHEIT / MEDIZIN		3E UMWELT / NATUR	
Lesungen, Vorträge, Workshops und medizinische Themen	67	Umwelt	76
		Gartenforum Essen	76
		Geologie	77
		Astronomie	77

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Dr. Björn Mastiaux

**Lebenshilfe /
Gedächtnistraining /
Psychologie •
Gesundheit / Medizin /
Entspannung / Bewegung •
Umwelt / Natur**

Programmbereichsleiter:

Dr. Björn Mastiaux
Raum 5.24

☎ 0201 88-43200

bjorn.mastiaux@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10.30-12.30 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Gabriele Ojstersek
Raum 5.30

☎ 0201 88-43206

gabriele.ojstersek@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

1

2

3

4

5

6

3A LEBENSHILFE / GEDÄCHTNISTRaining



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200
Anmeldung
Gabriele Ojstersek
gabrielle.ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206
Nähere Informationen siehe Seite 65

LEBENSHILFE

29. Palliativforum

Spirituelle Bedürfnisse und existentielle Fragen erhalten häufig in schweren Krankheiten und zum Lebensende hin besondere Bedeutung. Sie umfassen religiöse und existentielle Bedürfnisse sowie die Suche nach innerem Frieden. In unserer heutigen Gesellschaft stellt das Eingehen auf spirituelle Bedürfnisse und existentielle Fragen alle Beteiligten vor besondere Herausforderungen. Es sollte nicht länger ausschließlich den traditionell hierfür zuständigen – zumeist religionsgebundenen – Seelsorgerinnen und Seelsorgern überlassen werden, sondern es ist Aufgabe jedes einzelnen Menschen im Palliativteam, dem / der Betroffenen auch auf dieser Ebene zu begegnen. Diskutieren Sie als Bürger/-in, Betroffene, An- und Zugehörige, haupt- und ehrenamtlich palliativ Tätige mit uns gemeinsam das Thema des Abends.

- **221.3A000B** Dr. Wolfgang Niesert / Marion E. Badem
Mittwoch, 16. März, 17:50-19:50 Uhr,
entgeltfrei, VHS



SPE – Essener Seminar für seelische Gesundheit

Eine seelische Krise stellt oft einen tiefen Einschnitt im Leben der Betroffenen dar und geht mit einer großen Verunsicherung einher. Auch Angehörige stellt die Erkrankung eines nahestehenden Menschen vor große Herausforderungen. In diesem Seminar treffen sich Krisen- und Psychiatrie-erfahrene, Angehörige und professionell in der Psychiatrie Tätige, um sich in der Tradition des Dialogs gleichberechtigt auszutauschen und sich an einer gemeinsamen Sprache zu beteiligen. Alle an der Thematik interessierten Menschen sind herzlich willkommen. Eine Anmeldung ist erforderlich. Das Seminarprogramm finden Sie unter: <http://spe-essen.info/Seiten/seminar.html>

Die Treffen finden 14-täglich statt. Die einzelnen Termine finden Sie unten.

- **221.3A002B** Peter Kurka
Donnerstag, 17. Februar, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 3. März, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 17. März, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 31. März, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 28. April, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 12. Mai, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 9. Juni, 18:20-19:50 Uhr
Donnerstag, 23. Juni, 18:20-19:50 Uhr,
entgeltfrei, VHS

SELBSTORGANISATION UND GEDÄCHTNISTRaining

Workshop: Schluss mit der „Aufschieberitis“

Viele von uns erledigen ihre Aufgaben immer auf den letzten Drücker, zu spät oder auch gar nicht. Prokrastination – oder auch „Aufschieberitis“ – frisst Energie, frustriert und führt zu Zweifeln an der eigenen Leistungsfähigkeit. Mit Disziplin und Organisation allein ist sie nicht in den Griff zu kriegen. Für dauerhafte Veränderungen müssen wir die Gründe fürs Aufschieben betrachten. Wenn Sie Ihre individuellen Denkmuster kennen und verändern, wird Aufschieberitis schon bald kein Thema mehr sein.

- **221.3A014B** Evelyn Lethaus
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 56 €, VHS

Ganzheitliches Gedächtnistraining: Bleiben Sie geistig fit! Ab 50 Jahre – Einführungskurs

Wer rastet, der rostet! Was für den Körper die Bewegung, ist für das Gehirn das Training aller geistigen Fähigkeiten wie Konzentration und Merkfähigkeit. Nur durch dauerhaftes Nutzen unserer geistigen Fähigkeiten können wir unser „wundervolles Denkorgan“ fit halten und verbessern. Freude und Spaß sind wichtige Voraussetzungen dafür, dass wir etwas über einen längeren Zeitraum tun. Also: kein Leistungs- und Konkurrenzdruck, sondern ein spielerischer Umgang mit verschiedensten Übungen, die fördern und neugierig machen. Für Personen mit einer diagnostizierten Demenz ist das Angebot jedoch nicht geeignet. Einführungskurs zum Kennenlernen.

- **221.3A033B** Birgit Kuske-Faerber
Mittwoch, 23. Februar, 2. März, 9. März,
11:00-12:30 Uhr, 3 Termine, 20 €, VHS



Ganzheitliches Gedächtnistraining: Bleiben Sie geistig fit! Ab 50 Jahre – Grundkurs

Wer rastet, der rostet! Was für den Körper die Bewegung, ist für das Gehirn das Training aller geistigen Fähigkeiten wie Konzentration und Merkfähigkeit. Nur durch dauerhaftes Nutzen unserer geistigen Fähigkeiten können wir unser „wundervolles Denkorgan“ fit halten und verbessern. Freude und Spaß sind wichtige Voraussetzungen dafür, dass wir etwas über einen längeren Zeitraum tun. Also: kein Leistungs- und Konkurrenzdruck, sondern ein spielerischer Umgang mit verschiedensten Übungen, die fördern und neugierig machen. Für Personen mit einer diagnostizierten Demenz ist das Angebot jedoch nicht geeignet. Der Grundkurs schließt an den Einführungskurs an.

- **221.3A034B** Birgit Kuske-Faerber
mittwochs, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 30. März, 9 Termine, 50 €, VHS

Sie können sich auch online anmelden unter www.vhs-essen.de.

Ganzheitliches Gedächtnistraining:

Wer rastet, der rostet! Was für den Körper die Bewegung, ist für das Gehirn das Training aller geistigen Fähigkeiten wie Konzentration und Merkfähigkeit. Nur durch dauerhaftes Nutzen unserer geistigen Fähigkeiten können wir unser „wundervolles Denkorgan“ fit halten und verbessern. Freude und Spaß sind wichtige Voraussetzungen dafür, dass wir etwas über einen längeren Zeitraum tun. Also: kein Leistungs- und Konkurrenzdruck, sondern ein spielerischer Umgang mit verschiedensten Übungen, die fördern und neugierig machen. Für Personen mit einer diagnostizierten Demenz ist das Angebot jedoch nicht geeignet.

bleiben Sie geistig fit! Ab 50 Jahre – Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

- **221.3A035B** Birgit Kuske-Faerber dienstags, 9:10-10:40 Uhr Beginn 8. Februar, 15 Termine, 80 €, VHS

bleiben Sie geistig fit! Ab 50 Jahre – Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

- **221.3A036B** Birgit Kuske-Faerber dienstags, 11:00-12:30 Uhr Beginn 8. Februar, 15 Termine, 80 €, VHS

bleiben Sie geistig fit! Ab 50 Jahre – Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

- **221.3A037B** Birgit Kuske-Faerber donnerstags, 11:00-12:30 Uhr Beginn 10. Februar, 15 Termine, 80 €, VHS

3C GESUNDHEIT / MEDIZIN



Beratung / Programmbereichsleiter
 Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
 ☎0201 88-43200
 Anmeldung
 Gabriele Ojstersek
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de
 ☎0201 88-43206
 Nähere Informationen siehe Seite 65

LESUNGEN, VORTRÄGE, WORKSHOPS UND MEDIZINISCHE THEMEN

Vortrag: Fasten für Gesunde – Frühjahrsputz für Körper und Geist

Um den Körper zu reinigen, zu entgiften und einmal die Reset-Taste zu drücken, ist Fasten eine gute Methode. In ihrem Vortrag wird die erfahrene Ernährungsberaterin erläutern, welche Vorteile eine Fastenkur ein- bis zweimal im Jahr auch für gesunde Menschen haben kann, besonders mit dem Ziel der Ernährungsumstellung. Ebenso sollen verschiedene Fastenmethoden sowie ein möglicher Ablauf einer Fastenwoche Thema sein. Behandelt werden Fragen wie z. B. „Welche Maßnahmen fördern den Fasteneffekt?“ und „Wie verhalte ich mich bei einer Fastenkrise?“ sowie die Fragen aus dem Publikum.

Die Referentin ist Ernährungsberaterin und Fastenleiterin.

Vortrag ca. 1 h mit anschließender Diskussion.

- **221.3C008B** Annette Legrand Mittwoch, 16. März, 18:40-20:10 Uhr, 10 €, Abendkasse, VHS

Lesung und Gespräch mit Georg Lolos: „Halt finden in sich selbst“

Georg Lolos ist sich sicher, dass ihn jeder besitzt: diesen einen sicheren Ort, tief in sich drin. Dort seien wir heil, geborgen und unverseht – ganz gleich, ob wir nicht mehr weiter wissen, an uns zweifeln oder uns sorgen. Doch wie können wir diesen einzigartigen Geborgenheitsraum in uns selbst finden? Nach Auffassung des Autors: indem wir auf unseren inneren Beobachter hören, der uns verlässlich und klar den Weg in die innere Integrität und Freiheit weise. Um diesen Prozess anzustoßen, hat der Bewusstseins-Trainer und Achtsamkeitslehrer Georg Lolos 13 grundlegende Fragen entwickelt, die unserer inneren Stimme die nötige Aufmerksamkeit verschaffen sollen, um so Schritt für Schritt Vergangenes ohne Groll und Trauer loszulassen und voller Mitgefühl uns selbst und anderen zu begegnen. An diesem Abend stellt er seine Thesen vor. Beachten Sie gerne auch den Workshop eine Woche nach der Lesung ab dem 27. Mai.

Georg Lolos, geb. 1967, leitet zusammen mit Beata Koriath die „School for Being“ in Köln. Nach beruflichen Stationen als Fernsehjournalist verbrachte er mehrere Jahre in der Gemeinschaft von Nonnen und Mönchen in dem berühmten Kloster von Thich Nhat Hanh (Frankreich).

In Kooperation mit der Mayerschen Buchhandlung.

- **221.3C010B** Georg Lolos Freitag, 20. Mai, 19:00-20:30 Uhr, 10 €, Abendkasse, VHS

DER ABRÄUMER.

Saubere Leistung: **Richie** holt jedes Jahr **874 Tonnen Sperrmüll** ab.

DAS E-TEAM. FÜR ESSEN IM EINSATZ.

www.dein-e-team.de

e3e
 Entsorgungsbetriebe
 Essen GmbH

1
2
3
4
5
6

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200
Anmeldung
Gabriele Ojstersek
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206
Nähere Informationen siehe Seite 65

Workshop: Achtsamkeit in vier Schritten

Zum „Halt finden in sich selbst“ bedarf es vor allem der Achtsamkeit – der nicht wertenden Wahrnehmung des eigenen Körpers, der eigenen Sinne und Gedanken. Ziel des Kurses ist es, dass die Teilnehmenden einen Einblick in die Techniken der Achtsamkeit erhalten und dabei erfahren, wie man sich selbst aus negativen emotionalen Zuständen befreit, das eigene Bewusstsein stärkt und so mehr Klarheit und eine gesteigerte innere und äußere Ruhe und Gelassenheit erreichen kann. Grundlage für diese Selbstbeobachtung ist hier unter anderem das von Georg Lolos entwickelte „Ego-Haus“ mit seinen zehn Räumen, wie etwa dem „Minderwert-Raum“ oder dem „Raum der Ohnmacht“. Aufbauend auf der Wahrnehmung und Beobachtung der eigenen Empfindungen und Gedanken werden im Kurs konkrete Meditations- und Atemtechniken vermittelt, die dabei helfen können, solche einengenden kognitiven Räume zu verlassen, die Gedankenspirale des Alltags anzuhalten und den Kopf wieder frei zu bekommen. Beachten Sie gerne auch die Lesung von Georg Lolos am 20. Mai.

- **221.3C012B** Susanne FuBel
freitags, 18:30-20:00 Uhr
Beginn 27. Mai, 5 Termine, 55 €, VHS

Workshop: Achtsam im Körper ankommen

Seit Jahren lesen und hören wir immer wieder, dass Achtsamkeit und Meditation positive Wirkungen auf uns und unseren Alltag haben. Und spätestens seit Jon Kabat-Zinn ist die Achtsamkeitsmeditation im westlichen Alltag angekommen und wird wissenschaftlich erforscht. Regelmäßig üben, zur Ruhe kommen, nicht ablenken lassen, dranbleiben, nicht entmutigt sein – das ist in einem vollen Alltag gar nicht so leicht! In diesem Kurs möchten wir Sie an zwei Nachmittagen dazu einladen, mit und über den Körper zu meditieren, und mit einfachen Bewegungen, Phantasie Reisen und anderen Übungen zum Körpergewahrsein wieder zurück „nach Hause“ zu kommen. Denn: „Der menschliche Körper in Frieden mit sich selbst ist kostbarer als der seltenste Edelstein“ (Tsongkhapa). Die Teilnehmer/-innen erhalten im Verlauf des Nachmittags Anleitungen für Übungen, die sie über den Workshop hinaus anwenden und in den Alltag integrieren können.

Sowohl Neulinge als auch Menschen mit Vorerfahrung in Meditation sind sehr willkommen.

Die Kursleiterin ist Systemische Coachin und meditiert seit 2014.

Zum Kurs sollten bequeme Kleidung und ein paar dicke Socken mitgebracht werden.

Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

- **221.3C014B** Sabine Voßkamp
Samstag, 5. März, 14:00-18:00 Uhr, 32 €, VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

Workshop: "Mensch ärgere dich nicht"

Ärger begleitet uns gehäuft in unserem Alltag. Ob es der kleinere Ärger beim Einkaufen oder im Straßenverkehr ist oder der größere Ärger bei der Arbeit oder in persönlichen Beziehungen. Er kostet uns Energie und bindet uns emotional. Mit Ärger in unseren Gedanken sind wir gestresst, haben häufiger eine negative Ausstrahlung, leiden unter Konzentrationstörungen und schaden unserer Gesundheit.

In diesem Seminar lernen Sie

- die Ursachen für Ihren Ärger kennen,
- die Wirkungsweise von Ärger verstehen,
- Strategien und Ressourcen gegen Ärger einzusetzen und
- Techniken und spannende Übungen, um sich weniger zu ärgern.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, passende Kleidung für Outdoor-Übungen

- **221.3C016B** Brigitte Gareis
Samstag, 5. März, 9:30-16:15 Uhr
Sonntag, 6. März, 9:30-16:15 Uhr
16 Ustd., 80 €, VHS



Workshop: Die Kraft des Atems

Der bewusste zugelassene Atem ist eine Körper-, Bewegungs- und Haltungsarbeit, die Menschen jeden Alters ganzheitlich anspricht. In diesem Workshop wird der eigene Atem spür- und erfahrbar gemacht; der individuelle Atemrhythmus wird zur Stärkung des Wohlbefindens entwickelt. Einfache für den Alltag geeignete Übungen zum nachhaltigen Abbau von Blockaden und zur Schöpfung neuer Energie werden vermittelt. Der Dozent ist zertifizierter Atempädagoge/Atemtherapeut AfA/BVA®. Einzelübungen im Sitzen, Stehen und Liegen werden in der Gruppe angeleitet. Auf Partnerübungen sowie Übungen mit viel Bewegung im Raum wird in Zeiten von Corona verzichtet.

Themen: Entwicklung gesundheitsfördernder Atem- und Haltungsübungen für den Alltag. Übungen zur Schärfung der sinnlichen Wahrnehmung. Den eigenen Atem spüren, erfahren und für die nachhaltige Steigerung des Wohlbefindens nutzen. Gesunde Lebensenergien schöpfen und stärken. Alltagsnahe Übungen und Tipps, locker zu werden und zu bleiben.

Zum Kurs sollten bequeme Kleidung und ein paar dicke Socken mitgebracht werden sowie eine Gymnastik- bzw. Yogamatte. Da intensiv und dauernd gelüftet wird, werden die Teilnehmenden gebeten, der Außentemperatur entsprechend warme Kleidung zu tragen.

Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

- **221.3C018B** Andreas R. Crüsemann
Samstag, 5. März, 14:00-19:00 Uhr, 42 €, VHS
- **221.3C020B** Andreas R. Crüsemann
Samstag, 7. Mai, 14:00-19:00 Uhr, 42 €, VHS

Workshop: „Wenn Atmen nicht (mehr) selbstverständlich ist“ – ein ganzheitlicher Ansatz des Atmens

Nach einer überstandenen schweren Atemwegserkrankung wie auch Post-COVID19 scheint bei Vielen die Fähigkeit zum natürlichen Atmen verloren gegangen zu sein. Dies äußert sich z. B. in Schonatmung oder Hecheln bei geöffnetem Mund; die Versorgung mit Sauerstoff erreicht nur den oberen Brustraum. Die ganzheitliche Betrachtung des Atmens eröffnet Möglichkeiten, mehr Leichtigkeit im Atemgeschehen zu erfahren. Durch sanfte Dehnungen und Bewegungsübungen kommt der Atem ins Fließen. Statt mit dem Atem zu ringen, entsteht allmählich ein Vertrauen in den eigenen Atem. Der Workshop richtet sich an Menschen, die sich präventiv oder nach einer bereits überwundenen Atemwegserkrankung mit abgeschlossener Reha oder aufgrund von anderweitig erworbener Kurzatmigkeit mit dem Thema anhaltender oder chronischer Einschränkungen der Atmung ganzheitlich auseinandersetzen möchten.

Der Kursleiter ist AfA-zertifizierter Atemtherapeut aus der Schule des bewussten zugelassenen Atmens und hat langjährige Erfahrung in der Gruppen- und Einzelarbeit. Da intensiv und dauernd gelüftet wird, sollten die Teilnehmenden der Außentemperatur entsprechende, bequeme Kleidung und dicke Socken tragen. Eine Gymnastikmatte ist mitzubringen. Akut an einer Atemwegserkrankung leidende Personen können an dem Workshop nicht teilnehmen. Das Entgelt ist nicht ermäßigbar.

- **221.3C021B** Andreas R. Crüsemann
Samstag, 2. April, 15:00-18:00 Uhr
Sonntag, 3. April, 15:00-18:00 Uhr,
7 Ustd., 50 €, VHS



Onlineworkshop: Gesundheitliche Vorteile durch bewusstes Sprechen und Singen im Alltag

Den Körper gesund zu halten heißt auch: aktives Sprechen, Singen und bewusste Körperhaltung! Studien belegen, dass viele gesundheitliche Probleme durch Sauerstoffmangel im Körper entstehen. Spezielle Atem- oder Körperübungen kosten Zeit, die sich selten findet. Die einfachste Lösung: Entdecken Sie im Alltag Ihre Stimme und Atmung im bewussten Sprachgebrauch. Einen ersten Schritt dazu bietet dieser Onlineworkshop mit Lehrvideos, Übungen und professionellem Basiswissen. Sie üben zu Hause und im Alltag in freier Zeiteinteilung und erhalten auf Wunsch während der Kursdauer individuelle Unterstützung vom Coach Bettina Kupetz. Effektiv, zeitsparend und umweltfreundlich: Sie sind in Ihrer vertrauten Umgebung und können doch online von und mit anderen Teilnehmenden lernen.

- **221.3C022G** Bettina Kupetz
Freitag, 6. Mai, 17:30-19:00 Uhr
Mittwoch, 11. Mai, 20:00-21:30 Uhr
Freitag, 13. Mai, 17:30-19:00 Uhr,
6 Ustd., 35 €, online

Mehr Angebote zu den Themen Stimme und Gesang ...finden Sie auf der Seite 56

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Workshop: Klassische Massage

Die klassische Massage mit Cremes oder Ölen zielt darauf ab, verhärtete Muskelstrukturen zu lösen und den Körper wieder in Einklang zu bringen. Die Abläufe der verschiedenen Grifftechniken an Rücken, Armen und Beinen werden vorgeführt und paarweise unter Anleitung geübt. Die Anmeldung ist nur zu zweit möglich. Das angegebene Entgelt ist pro Person zu entrichten! Bitte bringen Sie zum Kurs ein Handtuch, ein Kissen und Massageöl mit.

- **221.3C026B** Tina Dudjan
Samstag, 2. April, 10:00-13:00 Uhr
Sonntag, 3. April, 10:00-13:00 Uhr,
8 Ustd., 40 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Workshop: Wenn ich schlafen möchte, mein Gedankenkarussell aber nicht stoppen will...

Jeder Mensch braucht einen guten und erholsamen Schlaf. Doch manchmal soll es einfach nicht so sein. Sie lernen Möglichkeiten und Wege kennen, wieder zu einer erholsamen Nachtruhe zurückzufinden. Weiterhin lernen Sie verschiedene Methoden kennen, um Entspannung zu finden. Dazu gehören zum Beispiel das Autogene Training, Meditation oder Finger-Yoga. Die Kursleiterin ist Heilpraktikerin und zertifizierte, erfahrene Trainerin für Entspannung und Autogenes Training.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien und bequeme Kleidung (zum warm Einmummeln), Kissen und eine Decke.

- **221.3C028B** Erika Reimann
Sonntag, 8. Mai, 10:00-15:00 Uhr, 42 €, VHS

Workshop: Wanderseminar zum Thema Loslassen

Ein Wanderseminar zum Thema „Loslassen“, denn Bewegung im Außen fördert Bewegungen im Inneren – mit Angeboten zur Selbsterfahrung, Übungs- und Impulsanleitung. Kurzum: Für alle, die Lust an Bewegung, Natur und Selbstreflexion haben. In den letzten Jahren wurde wissenschaftlich belegt, dass die Natur und das Wandern gesundheitsfördernd auf den Menschen wirken. Wandern hat zudem positive Effekte auf die Psyche, mit positiven Folgen für die allgemeine Befindlichkeit und das Immunsystem. Ebenso kann die Natur als Impulsgeberin für neue Sichtweisen dienen, verbindet uns wieder mehr mit unserer Intuition und schärft die Wahrnehmung. Beim Gehen werden Sie in verschiedenen Übungen das Loslassen erfahren: bewusste Wahrnehmung von Sinnes- und Gefühlsindrücken, Schulung der Achtsamkeit und meditativer Impulse sowie die Anwendung von intuitiv-kreativen Methoden im Dialog mit der Natur. Immer wieder besteht die Möglichkeit zur Reflexion.

An beiden Tagen gehen wir ca. 10 bis 12 km. Bitte an Verpflegung und ausreichend Wasser denken. Das Seminar ersetzt keine Therapie. Eine normale psychische und physische Belastbarkeit wird vorausgesetzt.

- **221.3C050B** Michaela Göddenhoff
Samstag, 14. Mai, 10:15-17:00 Uhr
Sonntag, 15. Mai, 10:15-17:00 Uhr,
16 Ustd., 84 €
Treffpunkt: Start/Ende ist jeweils am S-Bahnhof in Essen-Werden, Im Löwental 11, 45239 Essen.

Tolle VHS-Fotos auf Instagram! www.instagram.com/vhsessen

Workshop: Draußen in Bewegung – gesund Alltagsradler/-in werden

Frischlufte, Tageslicht, Bewegung – alles gesund. Wenn es Ihnen gelingt, diese drei positiven Aspekte in den Alltag zu integrieren, ist schon viel für die Gesundheit gewonnen. Durch das Radfahren erreichen Sie mehr Fitness, die eine Basis für viele andere Aktivitäten darstellt, ebenso mehr Ausgleich. Ihr Herzkreislauf-System bedankt sich und Ihre Abwehrkräfte werden trainiert. Sie werden harmonisch und gelenkschonend ausdauernder und fitter. Zudem wächst das Lebensumfeld durch einen größeren Bewegungsradius oder Sie erreichen viele Ziele kostengünstiger und umweltfreundlicher als mit dem Auto. Das Radfahren ist aber nicht jedem in die Wiege gelegt, und bei schlechtem Wetter oder einer Panne kommen viele an ihre Grenzen. Selbst Einheimische fragen sich auch, wo die schönen und sicheren Wege versteckt sind, die von A nach B führen. All diese Fragen werden während dieses Rad-Kurses aufgegriffen. Ein Fahrsicherheitstraining ist genauso im Kurs integriert wie Tricks und Kniffe zur Überwindung des „inneren Schweinehunds“. Nach dem Kurs soll es in Essen viele neue Alltagsradler/-innen geben, da Hürden abgebaut werden, die die meisten zu Beginn noch erleben. Der Kurs führt Sie langsam und unangestrengt heran an das Alltagsradeln. Die Kursleiterin arbeitet seit Jahren selbstständig als Radguide, Ausbilderin für Radreiseleiter, Fahrsicherheitstrainerin (Ausbildungen beim Bund Deutscher Radfahrer bzw. Deutschen Initiative Mountainbike) und ist zudem Mental- und Resilienz-Trainerin. Für den RVR ist sie regelmäßig als Streckenscout zuständig und hat für die Stadt Essen Touren für die grüne Hauptstadt 2017 gestaltet.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Fahrrad, Schutzausrüstung und dem Wetter angepasste Kleidung zu den Terminen mit. Kleingruppe: Gebühr daher nicht ermäßigbar.

Treffpunkt am ersten Kurstag: Willy-Brandt-Platz (Vordach ehemaliger Kaufhof)

- **221.3C052B** Melanie Hundacker
freitags, 16:00-18:15 Uhr
Beginn 25. März, 8 Termine, 126 €

Vortrag: Rheuma und Impfung

Der Referent wird ein in den letzten Monaten und Jahren aktuelles Thema in seinem Vortrag behandeln. Viele Rheumakranke waren und sind verunsichert, inwieweit Impfungen für sie notwendig oder sogar gefährlich sind; Patienten mit einer Autoimmunerkrankung neigen dazu, das Risiko einer infektiösen Erkrankung nicht richtig einzuordnen, weil Ihnen die fachliche Information fehlt. Das gesamte Impfspektrum für jüngere und erwachsene Rheuma-Kranke wird der Vortragende Rheumatologe in all seinen Aspekten beleuchten und mit den Zuhörenden diskutieren. Dr. Ulf Butterweck ist Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Rheumatologie in Essen.

In Zusammenarbeit mit der Rheuma-Liga Essen. Der Eintritt ist frei.

- **221.3C100B** Dr. Ulf Butterweck
Mittwoch, 16. März, 16:00-17:30 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Vortrag: Der Gasteiner Heilstollen – Indikationen, Wirkungsweise und Effekte der milden Radonhyperthermie

Der leitende Arzt des Badgasteiner Heilstollens (Österreich) wird die Wirkung eines Aufenthaltes in diesem weltweit einzigartigen Heilklima für Rheumakranke und Patienten mit Atemwegs- und Hauterkrankungen umfassend erläutern und für Fragen zur Verfügung stehen. Dieser unterirdische Heilstollen mit einer wohltuenden Wärme in Verbindung mit seinem natürlichen Radongehalt erzeugt nachhaltige therapeutische Effekte bei seinen Besuchern, insbesondere eine von den Patienten berichtete Schmerzfreiheit.

In Zusammenarbeit mit der Rheuma-Liga Essen. Der Eintritt ist frei.

- **221.3C102B** Dr. med. Martin Offenbächer
Mittwoch, 18. Mai, 16:00-17:30 Uhr,
entgeltfrei, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Vortrag: Die Pflegeversicherung in NRW – Anspruchsvoraussetzungen, Pflegebegutachtung, ambulante und stationäre Pflegevarianten, Pflegegeld

Die Leiterin des Fachbereichs Pflege im Medizinischen Dienst Nordrhein, Düsseldorf, wird in ihrem Vortrag besonders den Schwerpunkt auf die Pflegebegutachtung legen, da hierzu ein allgemein hoher Informationsbedarf besteht; in der Bevölkerung sind die Einstufungen in Pflegegrade oft nicht ausreichend nachvollziehbar. Eine Diskussion mit der Referentin gibt es im Anschluss an ihren Vortrag.

In Zusammenarbeit mit der Rheuma-Liga Essen. Der Eintritt ist frei.

- **221.3C104B** Ulrike Kissels
Mittwoch, 15. Juni, 16:00-17:30 Uhr,
entgeltfrei, VHS

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**
Siehe Seite 169

Kommunikation

Bildungsurlaub

Kommunikation begleitet uns das ganze Leben. Wie wir kommunizieren, beeinflusst die Beziehung zu den Menschen, mit denen wir uns im Austausch befinden. Privat oder beruflich, wer aufmerksam zuhört, die eigenen Bedürfnisse und die seines Gegenübers versteht, wer ebenso aufmerksam auch kommuniziert, hat signifikant häufiger Erfolg.

In diesem BU besteht die Möglichkeit, verschiedene Kommunikationsmodelle kennen zu lernen und diese in der Gruppe anzuwenden. Mit Abschluss dieses Seminars sind Sie fähig, Ihre ganz eigenen Stärken der Kommunikation zu entwickeln, die Menschen besser zu verstehen, Konflikte zu vermeiden bzw. diese leichter zu lösen.

- **221.3C322B** Brigitte Gareis
Montag bis Freitag, 14. bis 18. März,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 223 €, VHS

Mit Konflikten erfolgreich umgehen

Bildungsurlaub

Fast jeder Mensch hat innere und/oder äußere Konflikte. Die Frage ist, wie wir mit ihnen umgehen. Machen sie uns das Leben schwer oder finden wir Wege, sie als sinnvolle Herausforderungen zu sehen, z.B. um zu einer größeren inneren Stärke, zu Humor und Schlagfertigkeit, zu Gelassenheit und Flexibilität oder auch zu Verständnis und einer anderen Perspektive zu gelangen? Finden wir gar Wege, lustvoll mit unseren Konflikten umzugehen? Die Gestalttherapie hat zu diesem Thema einiges zu bieten und auch Elemente aus dem Psychodrama fließen in unsere gemeinsame Arbeit ein. Dabei lernen wir Schritt für Schritt, unseren Blick auf unsere Konflikte zu verändern und zu erweitern. Schließlich erfahren wir immer mehr, wie uns die Auseinandersetzung mit Konflikten stärker, souveräner, einfühlsamer und gelassener machen kann.

Der Kursleiter ist als psychologisch orientierter Coach tätig.

- **221.3C324B** Bruno Martin
Montag bis Donnerstag, 9:30-17:00 Uhr
Freitag, 10:00-15:00 Uhr
2. bis 6. Mai, 5 Termine, 223 €, VHS

Mit Ruhe und Gelassenheit gesund durch den Alltag

Bildungsurlaub

Hektik und Stress prägen unseren heutigen Alltag. Gesundheitliche Probleme können die Folge sein. In dieser Bildungswoche geht es um das Erlernen verschiedener Entspannungstechniken. Durch praktische Übungen aus dem Autogenen Training (AT), der Progressiven Muskelentspannung (PMR), Atemübungen und Phantasiereisen kommen Sie zur Ruhe. Die eigene Regenerationsfähigkeit, Leistungsfähigkeit, Konzentration und Motivation werden gefördert. Abgerundet wird der Bildungsurlaub durch Theorie-Einheiten zu den Themen: Zeitmanagement, Stress, Schlafhygiene und Resilienz. Der Dozent ist Mentaltrainer, Übungsleiter und Coach. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Decke, Kissen und warme Socken mit.

- **221.3C328B** Simon Croonenbroeck
Montag bis Freitag, 9:00-16:00 Uhr
20. bis 24. Juni, 5 Termine, 206 €, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Lebensmuster und Schattenthemen verwandeln

Bildungsurlaub

Warum musste mir das passieren? Warum geschieht mir immer wieder das Gleiche? In diesem Bildungsurlaub erforschen wir diese Fragen und erkennen, wie wir Änderungen in unserem Leben erzielen können. Dabei werden wir zunächst entdecken, in welchem Ausmaß unser Leben von ganz individuellen Lebensmustern bestimmt wird. Einem anderen Menschen passiert nicht das Gleiche wie mir, weil er mit anderen Themen verbunden ist. Man kann sich das so vorstellen, dass jeder Mensch einen individuell bepäckten Rucksack mit sogenannten Schattenthemen herumträgt. Bei den Schattenthemen kann es sich um verdrängte oder unterdrückte Gefühle sowie um abgespaltene oder nicht genügend gelebte Bedürfnisse handeln. Als Schatten können auch ungünstige Einstellungen und Glaubenssätze in uns wirken oder innere Anteile mit unbewussten Absichten, die im Widerspruch zu unseren bewussten Zielsetzungen stehen. Dieses „in uns Lebende“ zieht in der Außenwelt Ereignisse an, die auf es aufmerksam machen. Dies wiederholt sich so lange, bis wir uns des jeweiligen Themas bewusst werden und uns ihm stellen. Anhand unseres individuellen Schicksals, welches sich in unseren Lebensmustern zeigt, können wir erkennen, was in uns „lebt“ und der Zuwendung bedarf.

In diesem Bildungsurlaub lernen wir Methoden eines angemessenen Umgangs mit unseren Schattenthemen, wodurch es uns gelingen kann, diese Themen zu erlösen und die problematischen Lebensmuster zu verwandeln.

Der Kursleiter ist als psychologisch orientierter Coach tätig.

- **221.3C326B** Bruno Martin
Montag bis Donnerstag, 9:30-17:00 Uhr
Freitag, 10:00-15:00 Uhr
20. bis 24. Juni, 5 Termine, 223 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Stark gegen Stress und Burnout

Bildungsurlaub

„Probleme kann man niemals mit der gleichen Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind“ (Albert Einstein). Stress ist in unserer Gesellschaft ein gefürchteter Gegner. Er wird verstanden als etwas, was uns vom Wohlempfinden abhält und unseren kreativen Rhythmus blockiert. Wir sind uns nicht mehr unseres Wesenhaften bewusst, sondern reagieren linear und nur noch auf Anforderungen von außen. Stress wird als ein natürlicher Feind unseres "Lebens aus der Mitte" betrachtet. In diesem Seminar lernen Sie, dass Stress nicht nur negativ auf uns wirkt, sondern vielmehr wesentlich zum Überleben der Menschheit beigetragen hat. Nutzen wir diese Ressource, indem wir lernen den Stress zu lenken. Identifizieren und kanalisieren wir seine negative Wirkung in uns, so kann es gelingen, diese zu vermeiden und sogar in positive Energie umzuwandeln. In diesem Seminar lernen Sie, Ihr eigenes Stresslevel aufzuspüren. Sie lernen zu erkennen, wie Sie wirkungsvoll, auch im Alltag, damit umgehen und insgesamt ausgeglichener, gelassener und aufrecht durchs Leben gehen. Sowohl regenerativer Stressabbau mit Yoga, Meditation, Hypnose, Autogenem Training, Progressiver Muskelrelaxation und Achtsamkeitstraining wie auch kognitives Gruppencoaching und damit die Einstellung zu Ihren Stressfallen werden Themen dieses Bildungsurlaubs sein. Durch Bestimmung Ihres gegenwärtigen Stresslevels und Erarbeitung eines gezielten Zeitmanagements können Sie bei diesem Seminar und danach gezielt darauf einwirken. Das Seminar hat explizit keinen therapeutischen Charakter.

- **221.3C320B** Brigitte Gareis
Montag bis Freitag, 31. Januar bis 4. Februar,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 223 €, VHS

3D ENTSPANNUNG / BEWEGUNG



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200
Anmeldung
Gabriele Ojstersek
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206
Nähere Informationen siehe Seite 65



ENTSPANNUNG

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine anerkannte Entspannungsmethode, die zur Stressbewältigung bzw. Stressvorbeugung eingesetzt wird. Durch Selbstsuggestion erlernen die Teilnehmenden stufenweise und gezielt, zur Ruhe und Ausgeglichenheit zu kommen. Das Denken, Fühlen, Wollen und Handeln wird durch formelhafte Vorsätze und bildhafte Vorstellungen in eine selbstbestimmte Richtung verändert. Die Übungen lassen sich überall und jederzeit durchführen ohne besondere Materialien. Bitte bringen Sie zum Kurs eine Decke, ein kleines Kissen und eine Matte mit.

- **221.3D030B** Petra Fiedler
mittwochs, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 8 Termine, 48 €, VHS

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Fast jeder muss sich mit Stress, Hektik, nervlichen und körperlichen Anspannungen auseinandersetzen. Die progressive Muskelentspannung sensibilisiert für die vielen kleinen Verspannungen, die alltäglicher Stress und Hetze mit sich bringen. Sie ist eine Methode, mit der jeder Einzelne leicht lernt, sich selbst eine „kleine Pause“ in tiefer Ruhe und Entspannung zu gönnen. Bitte bringen Sie zum Kurs eine Decke, ein kleines Kissen und eine Matte mit.

- **221.3D040B** Petra Fiedler
mittwochs, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 27. April, 8 Termine, 48 €, VHS

Nacken-Schulter-Kiefer – loslassen und entspannen

Der Nacken ist leistungsfähig, hoch spezialisiert – und leider auch störanfällig. Als Schlüsselverbindung zwischen dem Kopf und unserem Körper unterstützt er die Aufrichtung aus der Tiefe. Die Halswirbelsäule ist geschaffen zum Drehen und Wenden in alle Richtungen. Das Gewusst-wie ist entscheidend, um Nackenproblemen effektiv vorzubeugen.

Das Seminar begleitet Sie mit Wahrnehmung, Loslassen, Lockern, Mobilisieren, Kräftigen, muskulären Dysbalancen und natürlich Einblicken in die Anatomie. Denn: Das Verständnis steht am Anfang der Entspannung. Abgerundet wird der Workshop durch nützliche Tipps und Tricks für den Alltag. Die Kursleiterin ist Entspannungspädagogin und Trainerin in der Prävention.

- **221.3D052B** Heike Marzinek
Sonntag, 6. März, 10:00-16:30 Uhr, 49 €, VHS

YOGA / MEDITATION

Yoga für den Rücken

Ursachen von Rückenschmerzen sind häufig Verspannungen durch einseitige Belastung am Arbeitsplatz, Fehlhaltungen und psychischer Stress. Yoga stärkt wichtige Rücken- und Bauchmuskeln und hilft dadurch, Rücken- und Nackenprobleme abzubauen. Es erhöht die Entspannungsfähigkeit und steigert das allgemeine Wohlbefinden.

- **221.3D100B** Joachim Buntrock
montags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Yoga für Senior/-innen

Wer seine Beweglichkeit verbessern, Haltungsfehlern auf die Spur kommen und damit Rückenbeschwerden die Grundlage entziehen möchte, ist in diesem Kurs richtig. Bewegungsübungen (teilweise mit Musik), die zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur beitragen, wechseln sich mit Entspannungssequenzen ab, die die Körperwahrnehmung verbessern und zu einem körperfreundlichen Alltagsverhalten beitragen.

- **221.3D101B** Joachim Buntrock
montags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der den Menschen von außen nach innen, vom Lärm zur Ruhe führt. Die Kurse vermitteln gesundheitsfördernde Entspannungs-, Atem- und Körperübungen.

- **221.3D103B** Claudia Aßmus
montags, 14:30-16:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Yoga in seiner Vielfalt

Neben Hatha-Yoga- und Atemübungen werden verschiedene Meditationsarten erprobt. Körperwahrnehmung mit Musik und Körperarbeit, Übungen zur Tiefenentspannung und Massagen (Fuß-, Rücken- und Armmassage) helfen den Körper zu kräftigen und zu dehnen sowie Erholung und neue Kraft zu schöpfen.

- **221.3D104B** Claudia Aßmus
montags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der den Menschen von außen nach innen, vom Lärm zur Ruhe führt. Die Kurse vermitteln gesundheitsfördernde Entspannungs-, Atem- und Körperübungen.

- **221.3D110B** Joachim Buntrock
dienstags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS
Yoga mit Vorkenntnissen
- **221.3D111B** Joachim Buntrock
dienstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS
Yoga zur Mittagspause
- **221.3D112B** Joachim Buntrock
dienstags, 12:40-14:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS



Hatha-Yoga

Yoga dient der körperlichen und mentalen Stärkung und Festigung. In diesem Kurs werden zunächst klassische Asanas (ruhende Körperstellungen) eingeübt und praktiziert. Sobald die Teilnehmenden in der Lage sind, diese sicher einzunehmen und präzise aufzubauen, werden sie nach und nach durch dynamische Flows miteinander verbunden. Mithilfe dieser Körperarbeit, die zunehmend fließende und statische Elemente miteinander vereint, kräftigen und dehnen Sie nicht nur Ihre Muskulatur, sondern Sie trainieren auch Ihre Ausdauer und festigen Ihre Konzentration und Rückbesinnung auf sich selbst. Während Sie Ihre Beweglichkeit, Koordination, Kraft und das allgemeine Körperempfinden durch die Übungen merklich steigern, kommt zunehmend auch der unablässige Gedankenstrom des Alltags in den Haltungen zur Ruhe. Patanjali, dessen Lehren als der Ursprung des Yoga gelten, schrieb bereits vor 2000 Jahren sinngemäß: Der ruhelose Strudel des Denkens (citta vritti) wird durch den Weg des Yoga in Zaum gehalten. Die Übungen können im Schwierigkeitsgrad an die Erfahrung der Teilnehmenden angepasst werden. Die Kursleiterin ist zertifizierte Reha-Sporttrainerin und ausgebildete Hatha-Yoga-Lehrerin mit einem Schwerpunkt auf der Körperarbeit.

- Hatha-Yoga am Nachmittag
- **221.3D114B** Daria Pariwar
dienstags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS
- Hatha-Yoga zum Feierabend
- **221.3D115B** Daria Pariwar
dienstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Hatha-Yoga für Eulen

Die Übungen im Kurs sind vom Hatha-Yoga inspiriert und vereinen traditionelle Asanas, Atem- und Entspannungsübungen mit einem Fokus darauf, den Körper zu stärken und ihn mit Geist und Seele im Alltag in eine Balance zu bringen. Der Kurs richtet sich an Personen unterschiedlicher Trainingslevels – sowohl an Anfänger/-innen als auch an Fortgeschrittene – die gerne am Abend in Bewegung und im Anschluss zur Ruhe kommen möchten.

- Die Kursleiterin ist zertifizierte Yogalehrerin und betreibt selbst bereits seit mehr als 15 Jahren Yoga.
- **221.3D116B** Susann Klatte
dienstags, 20:00-21:00 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 74 €, VHS

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**
Siehe Seite 169

Yoga für leicht Fortgeschrittene

Yoga führt langfristig zu einer gestärkten und beweglicheren Muskulatur, verhilft zu einem gesünderen Umgang mit Stress und beruhigt den Geist. Dieser Kurs wendet sich an alle Teilnehmenden, die bereits über erste Yoga-Erfahrungen verfügen. Es werden grundlegende Inhalte wiederholt und vertieft, insbesondere Asanas (Körperübungen), Meditation, Pranayama (Atemtechniken) und Savasana (Entspannung). Zudem werden Variationen des Sonnengrußes eingeübt und das Spektrum der Asanas erweitert.

- **221.3D125B** Kathrin Nebel
mittwochs, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Flotte Karotte
Mein knackiger Bio-Lieferservice

- regionale und saisonal
- Kistentausch statt Verpackung
- faire und nachhaltige Produkte
- wöchentlich bequem nach Hause

Telefon: 02327-8308 630
Mail: post@flottekarotte.de

www.flottekarotte.de

1

2

3

4

5

6

Yin-Yoga für Eulen

Yin und Yang repräsentieren zwei entgegengesetzte und dennoch aufeinander bezogene Kräfte. Yang ist das aktive Prinzip, das für Licht und Bewegung steht. Yin verkörpert die passive, nach innen gerichtete Energie, die Dunkelheit und Stille repräsentiert. Ziel des Yoga ist eine Harmonisierung dieser beiden Energien.

In unserer schnelllebigen, von Stress und (Über-) Aktivität geprägten Zeit, in der unser Handeln idealerweise stets fokussiert und produktiv zu sein hat, kommt wirkliche Entspannung oft zu kurz. Genau hier setzt Yin-Yoga an. Die Asanas werden über mehrere Minuten mit wenig Muskelanspannung gehalten, um so eine intensive Dehnung zu ermöglichen, bei der auch das Bindegewebe, also die Faszien, erreicht wird. Auf diese Weise lösen sich Verspannungen und der Körper wird flexibler. Nach einer intensiven Yin-Yoga-Praxis sind eine tiefe Zufriedenheit und Entspannung spürbar. Yin-Yoga eignet sich sowohl für Anfänger/-innen als auch Fortgeschrittene.

Bitte warme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Die Kursleiterin ist Hatha- und Vinyasa-Yoga-Lehrerin nach den Richtlinien der Yoga-Alliance.

- **221.3D126B** Kathrin Nebel
mittwochs, 20:00-21:00 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 74 €, VHS

Vinyasa-Yoga für leicht Fortgeschrittene

Leichte, aber auch kraftvolle, dynamische Asanas (Körperübungen) werden mit kontrollierter Atemtechnik synchronisiert und in einer fließenden Sequenz zusammengehalten. Es findet eine „Meditation in Bewegung“ statt. Der Körper wird durch die Asanas gestärkt, der Geist kommt zur Ruhe und ein Gefühl des inneren Friedens breitet sich aus.

Die Teilnehmenden erhalten klare, deutliche, didaktische Ansagen bei der Ausrichtung der Asanas und beim Atemcoaching. Asanas, die trotz Yoga-Erfahrung noch nicht bekannt sind, werden vermittelt. Ein meditatives Ankommen zu Beginn einer jeden Vinyasa-Yoga-Stunde und eine Endentspannung (Savasana) geben die Möglichkeit, auf allen Ebenen loszulassen, Energieblockaden zu lösen und Balance im Körper herzustellen und diese zu erhalten.

Die Kursleiterin ist Vinyasa-(Power-)Yoga-Lehrerin wie auch Lehrerin für den innovativen Bereich der BODEGA-Reihe.

- **221.3D134B** Claudia Steckenborn
donnerstags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS
- **221.3D135B** Claudia Steckenborn
donnerstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

QIGONG / TAI CHI / SELBSTVERTEIDIGUNG

Qigong – kompakt und intensiv am Wochenende

Mit Qigong halten Sie Körper und Geist im Einklang. Entdecken Sie die wohltuende Wirkung bei unserem Qigong-Tageskurs unter Anleitung eines Tai-Chi- und Qigong-Meisters. Die Wurzeln des Qigong sind geistig-körperliche Übungen. In der Lehre der traditionellen chinesischen Medizin bedeutet Qigong die Lenkung unserer Lebensenergie. Demnach verläuft Qi in Meridianen (Leitbahnen), die miteinander verbunden sind. Sie sollen den Körper mit einem unsichtbaren Energiestrom durchziehen, der alle lebenswichtigen Organe unseres Körpers versorgt. Qigong wird praktiziert, um das Immunsystem zu stimulieren und agil zu halten.

- **221.3D220B** Yingxian Wang
Sonntag, 6. März, 12:00-17:00 Uhr, 36 €, VHS

Tai Chi – kompakt und intensiv am Wochenende

Kompakt und intensiv vermittelt der Workshop unter der Leitung des Tai-Chi- und Qigong-Meisters Yingxian Wang einen Einblick in die Welt des Tai Chi Chuan. Die gemeinsam durchgeführten Übungen dieser traditionellen chinesischen Kunst der Körperkultur haben das Ziel, „geschmeidig wie ein Kind, stark wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser“ zu werden. Im Mittelpunkt des Tai Chi Chuan stehen Entspannung, Wohlgefühl und die Anregung der Selbstheilungskräfte. Die weichen fließenden Bewegungen fördern die Durchblutung der Gelenke und machen die Muskulatur elastischer.

- **221.3D222B** Yingxian Wang
Sonntag, 8. Mai, 12:00-17:00 Uhr, 36 €, VHS

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**



Selbstverteidigungskurs (Krav Maga)

Zum Thema „Selbstverteidigung“ stellen sich viele Menschen Fragen wie: Wie würde ich mich selbst in einer Angriffssituation verhalten? Was kann oder darf ich tun; was ist erlaubt oder verboten? Antworten hierzu bieten wir in unserem Einführungskurs zur Selbstverteidigung an, der auf dem in Israel entwickelten Krav Maga basiert. In dem Kurs werden grundsätzliche Verhaltensweisen und Techniken vermittelt, um sich möglichst unbeschadet gegen unbewaffnete Angreifer zur Wehr setzen zu können. Wesentliche Trainingselemente sind dabei Schläge, Stöße und Tritte, Abwehr von Griffen sowie die Ausführung von Selbstverteidigungstechniken unter Stress. Für diesen Kurs ist keine besondere Fitness erforderlich, jede/-r trainiert im Rahmen der eigenen Möglichkeiten, unabhängig von Alter oder Geschlecht. Der Kursleiter ist zertifizierter Selbstverteidigungstrainer. Kleingruppe: Kurs daher nicht ermäßigbar.

- **221.3D224B** Bernd Irmischer
Samstag, 11. Juni, 9:00-15:00 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 9:00-15:00 Uhr,
12 Ustd., 76 €, VHS

GESUND DURCH BEWEGUNG

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Die Feldenkrais-Methode regt durch die Schulung der Körperwahrnehmung zu Veränderungsprozessen an, um aufmerksamer mit sich selbst und in seinem Lebensraum zu agieren. Der Weg dazu ist Bewegung. Langsam, leicht und spielerisch werden einfache bis komplexe, teilweise auch ungewohnte Variationen von Bewegungen ausprobiert. Ziel ist es, die individuelle Bewegungsqualität zu finden, bei der Sie Genuss und Freude im Bewegungsfluss empfinden und sich übermäßige muskuläre Spannungen lösen. Sie schulen Ihre Achtsamkeit, entspannen Körper und Geist. Durch das bewusste Erforschen Ihrer Bewegungsmöglichkeiten verfeinern Sie Ihre Bewusstheit auch für Alltagssituationen, zum Beispiel bei der Arbeit oder beim Sport. Die Kursleiterin ist zertifizierte Feldenkrais-Lehrerin.

- **221.3D320B** Marianne Becker
freitags, 14:45-16:00 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 75 €, VHS
- **221.3D322B** Marianne Becker
freitags, 16:20-17:35 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 75 €, VHS

Osteoporose-Vorbeugung durch Bewegung

Osteoporose ist die Abnahme der Knochendichte, wodurch die Brüchigkeit der Knochen zunimmt. Neben ausgewogener Ernährung kann dem durch regelmäßige Bewegung vorgebeugt werden. Die Teilnehmenden üben gelenkschonende und muskelaufbauende Bewegungen auch mit Hilfsmitteln wie Theraband oder Ball ein, die gleichzeitig das Gleichgewicht stärken und die Sturzgefahr mindern. Die Kursleiterin ist Übungsleiterin und Ernährungsberaterin.

- **221.3D340B** Annette Legrand
dienstags, 14:30-16:00 Uhr
Beginn 8. Februar, 12 Termine, 72 €, VHS

**Pilates zum Feierabend**

Pilates ist ein ganzheitliches Training, das die Körperhaltung optimiert und die tieferen Muskelschichten aktiviert. Fließende, auf den Atemrhythmus abgestimmte Übungen stärken die gesamte Muskulatur, sorgen für mehr Beweglichkeit, Gleichgewicht und eine verbesserte Körperwahrnehmung. Der Kurs bietet ausreichend Zeit für eine abschließende Entspannungseinheit, um das Programm abzurunden.

- **221.3D352B** Tina Dudjan
montags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 89 €, VHS

Pilates für Eulen

Pilates ist ein ganzheitliches Training, das die Körperhaltung optimiert und die tieferen Muskelschichten aktiviert. Fließende, auf den Atemrhythmus abgestimmte Übungen stärken die gesamte Muskulatur, sorgen für mehr Beweglichkeit, Gleichgewicht und eine verbesserte Körperwahrnehmung.

- **221.3D354B** Tina Dudjan
montags, 20:00-21:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 74 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

Pilates (online)

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, das vor allem die tiefliegenden, meist schwächeren Muskelgruppen anspricht, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen. Basierend auf der klassischen Pilates-Methode werden die sechs grundlegenden Prinzipien Atmung, Konzentration, Präzision, Kontrolle, Zentrierung und Bewegungsfluss erarbeitet und umgesetzt. Freuen Sie sich auf ein anspruchsvolles Training, welches Ihnen hilft gestärkt durchs Leben zu gehen. Hier handelt es sich um einen Online-Kurs unter Nutzung der Plattform Zoom. Zur Teilnahme benötigen Sie einen Laptop mit Kamera, Mikrofon und Tonausgabe sowie eine stabile Internetverbindung.

- **221.3D360B** Karen Zimmermann
donnerstags, 20:00-21:00 Uhr
Beginn 10. Februar, 79 €, online



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200
Anmeldung
Gabriele Ojstersek
gabrielle.ojstersek@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43206
Nähere Informationen siehe Seite 65

**Was uns Kraft gibt. Mit Power aus der Krise!**

Ein Kurs mit Fitness, Feldenkrais, Entspannung und Resilienz. Das Programm des Kurses vereint klassische Fitnessübungen, Stretching, Elemente der Feldenkrais-Methode, Selbstwahrnehmung mit Entspannungs- und Atemlektionen. Auch werden wir uns in einigen Aspekten dem Thema der individuellen Resilienz (der psychischen Widerstandskraft) widmen. Die Kursleiterin ist ausgebildete Feldenkrais-Lehrerin, Personal Coach und Nordic-Walking-Trainerin.

- **221.3D390B** Marianne Daum
mittwochs, 12:40-14:10 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 92 €, VHS

Bewegung für Frauen 60 plus

In diesem Kurs geht es um Körperübungen für Frauen um und über 60 Jahren, die speziell auf ihre Leistungsfähigkeit und ihre Bedürfnisse abgestimmt sind. Die Freude an der Bewegung, die Förderung von Flexibilität, Balance und Kraft stehen dabei im Fokus. Abgerundet werden die Einheiten mit Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen sowie Lektionen der Feldenkrais-Methode.

- **221.3D390B** Dzindra Mikelsons
mittwochs, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 92 €, VHS
- **221.3D392B** Marianne Daum
mittwochs, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 92 €, VHS

1

2

3

4

5

6

77

Bewegung für Frauen 60 plus nach Dore Jacobs

Wer auch mit zunehmendem Alter fit, beweglich und reaktionsschnell bleiben möchte, findet in diesem Kurs ein altersgerechtes Bewegungsangebot. Durch einfache, aber wirkungsvolle Körperübungen wird die Muskulatur gekräftigt, die Beweglichkeit verbessert und durch Förderung von Balance und Koordination ein Beitrag zur Sturzprophylaxe geleistet. Kleine Entspannungssequenzen runden die Kursstunden ab. Die Dozentin ist staatlich anerkannte Bewegungspädagogin nach Dore Jacobs.

- **221.3D394B** Bianca Howahr
freitags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 92 €, VHS

3E UMWELT / NATUR



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43200

Anmeldung

Gabriele Ojstersek
gabriele.ojstersek@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43206

Nähere Informationen siehe Seite 65

UMWELT

BUND-KREISGRUPPE ESSEN

Die Kreisgruppe Essen des BUND (Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland) setzt sich derzeit mit den Arbeitsgruppen „Wasser“, „Stellung nehmen“ und „Artenschutz“ sowie als Mitglied des Beirats der Unteren Naturschutzbehörde für eine bessere Umwelt vor Ort ein. Sie verfolgt dabei einen politischen Anspruch. Zu den monatlichen AG-Treffen ist jede/r herzlich willkommen und eingeladen mitzumachen. Zu den Projekten der BUND-Kreisgruppe Essen gehören aktuell: die Wildwiese Altenessen, das Modellprojekt Terrassenfriedhof, Senses, Klimafreundliches Kochen, ein Waldwirtschaftsprogramm etc. Näheres dazu sowie Termine, Aktionen und Ansprechpartner finden Sie auf der Webseite: www.bund-essen.de.



Agroforst – Landwirtschaft mit Bäumen

In Zusammenarbeit mit dem BUND Essen. Nutzbäume in landwirtschaftliche Flächen hineinanzupflanzen verspricht etliche Umweltvorteile: Klimaschutz durch Kohlenstoffspeicherung, Artenschutz durch eine vielfältigere Landschaftsstruktur und Boden- und Grundwasserschutz durch tiefreichende Baumwurzeln. Nicht zuletzt kann Agroforst dazu beitragen, schönere Lebensräume für uns Menschen zu schaffen und den scheinbaren Gegensatz von Wirtschaft und Ökologie zu überbrücken. Dr. Philipp Weckenbrock von der Universität Gießen gibt einen Einblick in diese wiederentdeckte Form der Landwirtschaft, im Anschluss gibt es Zeit für Diskussionen.

- **221.3E022B** Philipp Weckenbrock
Freitag, 8. April, 19:00-21:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

GARTENFORUM ESSEN

Gartenforum Essen – Unter diesem Motto veranstaltet der Stadtverband Essen der Kleingärtnervereine e.V. gemeinsam mit der Volkshochschule Essen informative Einzelveranstaltungen zu aktuellen Gartenthemen. Ziel ist es, den Gedankenaustausch zwischen Klein- und Hausgärtner/-innen sowie Expertinnen und Experten anzuregen.

Früh buchen – Platz sichern!

Workshop: Vermehrung von Pflanzen durch Samen und Pflanzenteile

In diesem Kurs werden die unterschiedlichen Vermehrungstechniken in der Theorie behandelt, um hinterher mit praktischen Übungen vertieft zu werden.

- **221.3E060B** Markus Buick
Samstag, 9. April, 10:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
STEELE, Kleingartenanlage, Vortragsraum,
Schnütgenstr. 17 (Nähe ÖPNV-Haltestelle
„Stadtgarten“)

Workshop: Kompostieren und Düngen mit Köpfchen – gut für die Natur

In diesem Kurs werden die unterschiedlichen Möglichkeiten der Kompostierung sowie das umweltschonende Düngen mit organischen Düngern vorgestellt. Diese Techniken sollen helfen das Überdüngen von Gartenböden zu vermeiden und das Bodenleben zu unterstützen.

- **221.3E062B** Markus Buick
Samstag, 7. Mai, 10:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
STEELE, Kleingartenanlage, Vortragsraum,
Schnütgenstr. 17 (Nähe ÖPNV-Haltestelle
„Stadtgarten“)

Workshop: Schädling oder Nützling – wer ist wer?

In diesem Kurs werden Schädlinge wie auch Nützlinge vorgestellt. Bei näherem Hinsehen werden viele vermeintliche Schädlinge als Nützlinge entlarvt, die sogar einen wichtigen Beitrag zur natürlichen Schädlingsbekämpfung leisten.

- **221.3E064B** Markus Buick
Samstag, 11. Juni, 10:00-13:00 Uhr, entgeltfrei
STEELE, Kleingartenanlage, Vortragsraum,
Schnütgenstr. 17 (Nähe ÖPNV-Haltestelle
„Stadtgarten“)

BILDUNGSURLAUB – IHRE CHANCE

Die Volkshochschule Essen führt Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz durch. Dieses Gesetz eröffnet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern das Recht, bei Fortzahlung ihrer Bezüge zur Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr von der Arbeit für berufliche und politische Weiterbildung freigestellt zu werden.

Weitere Informationen finden Sie auf S. 7

GEOLOGIE

FOSSILIENFREUNDE ESSEN

Die FossilienFreunde Essen interessiert insbesondere, wer und was vor uns auf der Erde gelebt hat. Zeugen hierfür sind Versteinerungen (Fossilien), oft mehrere 100 Millionen Jahre alt. Das Hobby des Erforschens dieser Fossilien ist deshalb so interessant und vielseitig, weil es sehr häufig in der Natur z. B. in Steinbrüchen stattfindet und nachfolgende Bestimmungen immer wieder Überraschungen bereithalten. Über die Themen rund um Fossilien und Geologie wird regelmäßig in der VHS Essen in für Laien verständlichen Vorträgen berichtet.

Jeden 1. Dienstag im Monat findet ein Fossilienstammtisch von 18:30 bis 21:00 Uhr im Mineralien-Museum in Essen-Kupferdreh, Kupferdreher Straße 141-143, statt. Gäste sind immer willkommen. Das Programm der FossilienFreunde Essen und Kontaktmöglichkeiten unter www.fossilienfreunde-essen.de.

Bernstein

Bernstein hat schon immer die Menschen fasziniert. Schmuck wurde schon sehr früh daraus gefertigt und hat seinen Reiz bis heute nicht verloren. Schon immer gab es hinsichtlich der Entstehung von Bernstein viele Vermutungen, das ist heute endlich geklärt. Die im Gestein eingeschlossenen Tiere und Pflanzen können mit modernen Mitteln fast „zum Leben erweckt“ werden. Der Vortrag klärt zudem darüber auf, weshalb man in den Braunkohle-Abbaugebieten Ostdeutschlands Bernstein findet, in denen von NRW aber nicht.

- **221.3E110B** Gerlinde Marzi
Samstag, 5. März, 15:30-17:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS



BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Steinkohlezeit – Das Karbon

Das Karbon ist eine Periode des Erdaltertums und speziell für das Ruhrgebiet von besonderer Bedeutung. Im Karbon entwickelten sich erstmalig ausgedehnte Waldgebiete, deren erhaltene Biomasse heute in Form von Steinkohle vorliegt. Daneben fallen aber auch viele weitere erdgeschichtliche Ereignisse in die Karbonzeit, darunter die Diversifizierung der Großgruppen der heutigen Landwirbeltiere. Der Vortrag gibt eine Übersicht zur Geologie und Biologie des Karbons.

- **221.3E112B** Kai Caspar
Samstag, 2. April, 15:30-17:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Fossilien 3

Wie an jedem offenen Samstag richten auch an diesem Termin die FossilienFreunde Essen einen Vortrag aus. Da das konkrete Thema bei Redaktionsschluss noch nicht feststand, informieren Sie sich zu den aktuellen Ankündigungen bitte auf unserer Internetseite: www.vhs-essen.de.

- **221.3E114B N. N.**
Samstag, 7. Mai, 15:30-17:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Fossilien 4

Wie an jedem offenen Samstag richten auch an diesem Termin die FossilienFreunde Essen einen Vortrag aus. Da das konkrete Thema bei Redaktionsschluss noch nicht feststand, informieren Sie sich zu den aktuellen Ankündigungen bitte auf unserer Internetseite: www.vhs-essen.de.

- **221.3E116B N. N.**
Samstag, 11. Juni, 15:30-17:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS



ASTRONOMIE

Die Walter-Hohmann-Sternwarte ist ein im Jahre 1969 gegründeter gemeinnütziger Verein von Amateurastronomen/-astronominen aus Essen und Umgebung. Das Ziel der Sternwarte ist es, astronomisches Wissen mit Hilfe von öffentlichen Himmelsführungen und Vorträgen in der Bevölkerung zu verbreiten und zu vertiefen. Den heutigen Namen Walter-Hohmann-Sternwarte Essen e.V. gab sich der Verein im Jahr 1971 im Andenken an den Essener Stadtbaurat und Wegbereiter der Raumfahrt. Seit 1978 betreibt der Verein die Sternwarte am heutigen Standort in Schuir. Zur Sternwarte gehören das Vereinsgebäude und das schräg gegenüber gelegene Außengelände, auf welchem die Kuppel und die Beobachtungsstationen mit Schiebedächern stehen. Kontakt zur Walter-Hohmann-Sternwarte: <https://sternwarte-essen.de/index.php/de/ueber/kontakt>

Die Walter-Hohmann-Sternwarte erreichen Sie mit dem Bus (Linie 142), Haltestelle „Wetteramt / LANUV“. Von dort sind es etwa 20 Gehminuten auf der Wallneyer Straße. Nach ca. 1.600 Metern zeigt ein Hinweisschild den Weg. Besucher/-innen werden ermutigt, mit dem Rad oder per Fahrgemeinschaft zur Sternwarte zu kommen.

ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

1

2

3

4

5

6

Kurs: Astronomie für Anfänger/-innen

Der vierteilige Kurs richtet sich an Anfänger/-innen und interessierte Laien, welche den Sternenhimmel selbst erleben und für sich erforschen wollen. Am ersten Abend geht es um die Orientierung am Sternenhimmel. Der Kurs gibt zudem Tipps, welche Sternbilder am Himmel leicht zu erkennen sind. Das Auffinden und Beobachten kosmischer Objekte wie bestimmter Fixsterne, Doppelsterne, Sternhaufen und Galaxien ist Thema des Abends, ebenso Empfehlungen zur Beschaffung einer eigenen Ausrüstung. Am zweiten Kursabend lernen die Teilnehmer/-innen, wie die kosmischen Objekte am Sternenhimmel beim Blick durch handelsübliche Teleskope aussehen und



welche von ihnen leicht aufzufinden sind. Außerdem werden die Vor- und Nachteile von Teleskopen und Stativen beschrieben und erklärt. Nachdem die Teilnehmer/-innen die himmlischen Schätze näher kennengelernt haben, liegt der Schwerpunkt des dritten Abends auf der zweckmäßigen Ausrüstung für Amateure. Insbesondere werden Entscheidungshilfen zum Kauf von Teleskopen und Kameras gegeben. Erfolgreiche Beobachtungen und schöne Astrofotos sind oft das Ergebnis einer intensiven Vorbereitung. Die Zuhörenden lernen am Abschlussabend, was man im Vorfeld einer Beobachtungsnacht tun kann, um Frustrationen vorzubeugen. Außerdem wird gezeigt, wie man die eigenen Beobachtungen und Fotos aufbereiten kann.

- **221.3E151B** Helmut Metz
mittwochs, 19:00-20:30 Uhr
Beginn 4. Mai, 4 Termine, 22 €
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte, Wall-
neyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.



Grenzen der Berechenbarkeit 1 – Entwicklung der Newtonschen Physik

Aus Erfahrung wissen wir, dass es Planbares, Zufälle und chaotische Zustände gibt. Dennoch gehen viele Spezialisten davon aus, dass es eine vom Prinzip her berechenbare Welt gibt. Der Vortrag zeigt, wie es zu diesem Glauben kam und wie die Physik und Astronomie Ende des 19. Jahrhunderts die Grenzen der Berechenbarkeit entdeckten. Damit machten sie den Weg zur Erforschung des Chaos frei.

- **221.3E160B** Karl-Heinz Klapdohr
Mittwoch, 9. März, 19:00-20:30 Uhr,
entgeltfrei
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
Wallneyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

Grenzen der Berechenbarkeit 2 – Das kreative Chaos

Das Chaos hat nicht nur destruktive Seiten. Fern vom Gleichgewicht kann es unter Energiezufuhr globale Ordnungen erzeugen, die wegen Kippsituationen aus Lokalkenntnissen nicht herzuleiten sind. Hierbei treten in der toten wie der lebendigen Materie, sowie in den mathematischen Gebilden der Fraktale, Formen auf, die unabhängig von ihrer Herkunft verblüffende Ähnlichkeiten zeigen.

- **221.3E161B** Karl-Heinz Klapdohr
Freitag, 11. März, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte, Wall-
neyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

Einfach mal Sterne Gucken

Der technische Fortschritt hat in der Astronomie in den letzten Jahren spektakuläre Entdeckungen möglich gemacht. Doch an der Faszination des Sternenhimmels ändert sich nichts. Schon mit dem bloßen Auge oder einem Fernglas sind interessante Beobachtungen möglich. Der Vortrag lenkt den Blick auf Phänomene am Himmel, die wenig oder keine technischen Geräte erfordern und trotzdem spannende Beobachtungen ermöglichen.

- **221.3E162B** Dr. Thomas Payer
Mittwoch, 16. März, 19:00-20:30 Uhr,
entgeltfrei
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte, Wall-
neyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202



Beratung / Programmbereichsleiter
 Dr. Björn Mastiaux
 bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43200
Anmeldung
 Erich Maibaum
 erich.maibaum@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43218
 Nähere Informationen siehe Seite 65

BepiColombo – Auf dem Weg zum Merkur: unsere Aktivitäten und erste Ergebnisse

Am 20. Oktober 2018 ist um 3.45 Uhr mitteleuropäischer Sommerzeit die europäisch-japanische Planetenmission BepiColombo an Bord einer Ariane-5-Rakete vom Weltraumbahnhof Kourou in Französisch-Guyana ins Weltall gestartet. Die Mission soll nicht nur den Planeten Merkur erforschen, sondern auch neue Erkenntnisse über unser Sonnensystem liefern, unterstützt durch eine Vielzahl von Instrumenten auf der japanischen Sonde MMO (Mercury Magnetospheric Orbiter) und der europäischen Sonde MPO (Mercury Planetary Orbiter). Beide Sonden werden sich während des Fluges an Bord des Mercury Composite Spacecraft (MCS) befinden, das diese mit Energie versorgt und sie mit Hilfe eines speziellen Schutzschildes, der MMO Sunshield and Interface Structure (MOSIF), vor den extremen Temperaturen zwischen 430 Grad Celsius auf der Tagseite und minus 180 Grad Celsius auf der Nachtseite des Merkurs schützt. Vor der Ankunft in der nominalen Bahn um Merkur im Frühjahr 2026 wird BepiColombo mehr als 11 Milliarden km zurücklegen und dabei 9 Planetenvorbeiflüge durchführen. Während der langen Flugphase führen einige Instrumente Beobachtungen durch, einerseits während der Planetenvorbeiflüge, aber auch während der langen Flugphasen im inneren Sonnensystem. Der Vortrag bietet einen Überblick über die Planung der Instrumente sowie eine Vorstellung erster Ergebnisse der Mission.

- **221.3E163B** Joe Zender
 Freitag, 18. März, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
 SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
 Wallneyer Str. 159
 ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

Zur Geschichte der Asteroiden-Forschung

Die Entdeckung der Ceres durch Guiseppe Piazzi vor gut 220 Jahren lenkte nicht nur die Aufmerksamkeit des jungen Carl Friedrich Gauß auf das Gebiet der Himmelsmechanik und Bahnberechnung – sondern öffnete auch das Tor zu einer – bis dahin unbekanntem, Welt kleiner und kleinster Himmelskörper, die – wie wir heute wissen – viel über die Vergangenheit des Sonnensystems (und hierbei vor allem seiner Frühgeschichte) verraten können. Lange Zeit hindurch blieb ihre Erkundung mangels detailreicher Beobachtungsmöglichkeiten zwar auf bahndynamische Analysen und grobe spektroskopische Untersuchungen beschränkt, doch auch damit konnten bereits zahlreiche Erkenntnisse über die kleinen Himmelskörper gewonnen werden. Trotzdem wurden die Astronomen von der unerwarteten Vielfalt dessen überrascht, was sie seit dem ersten Vorbeiflug einer Raumsonde an einem Kleinplaneten im Jahre 1991 über die Zwerge des Sonnensystems gelernt haben.

- **221.3E164B** Herrmann Michael Hahn
 Freitag, 1. April, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
 SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
 Wallneyer Str. 159
 ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

Himmelsvorschau 2022

Nach einem kurzen Rückblick über astronomische Glanzpunkte des vergangenen Halbjahres fasst der Vortragende die Ereignisse am Sternenhimmel zusammen, welche uns in den kommenden Monaten bevorstehen. Außerdem wird gezeigt, welche Gestirne günstig zu sehen sind. Wann ist eine Sonnen- oder Mondfinsternis in Essen zu sehen? Welche Sternbilder sind sichtbar? Wo sind die Planeten am Himmel zu finden? Der Vortrag gibt Antworten und regt zu eigenen Beobachtungen an.

- **221.3E165B** Helmut Metz
 Freitag, 8. April, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
 SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
 Wallneyer Str. 159
 ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

Online-Vortrag im „vhs digisalon“: Dunkle Materie. Gibt es sie?

Die Kosmologen sagen uns, dass etwa 25 Prozent der gesamten Masse des Universums in einer Form existiert, die man "Dunkle Materie" nennt. Ihre Natur ist rätselhaft, vielleicht eine noch unbekannte Art von Elementarteilchen. Diese Materie sollte es auch in Galaxien geben, und tatsächlich weisen die Massenbestimmungen von Galaxien auf große Mengen dieser rätselhaften Materie hin. Allerdings muss man dazu das Newtonsche Gravitationsgesetz, das wir nur im Sonnensystem direkt verifizieren können, voraussetzen. Die Zweifel daran, dass diese Voraussetzung gerechtfertigt ist, sind in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich gewachsen. Es könnte also sein, dass wir, anstatt "Dunkle Materie" zu finden, unser Verständnis von Gravitation zu verändern haben.

- **221.3E166B** Thomas Richtler
 Mittwoch, 27. April, 19:00-20:30 Uhr,
 entgeltfrei, online

Wie finde ich mich auf nicht-kugelförmigen Himmelskörpern zurecht?

Die großen zumindest nahezu kugelförmigen Körper im Sonnensystem sind bekannt und sehr gut dokumentiert – spannender wird es bei den neueren Entdeckungen wie z.B. Bennu als Oktaeder, Itokawa als Erdnuss, Arrokoth als zwei in einander verkeilte Frikadellen oder dem "Gummienten"-Komet Churiomov-Grassimenko: Wie dokumentiert man die Form so, dass man sich für weitere Forschungen auf den jeweiligen Oberflächen zu recht findet? Der Vortrag bietet einen Besuch des bizarren Zoos der kleineren Körper im Sonnensystem, wo die Gravitation nicht mehr das letzte Wort hat. Das geht über seltsame Landkarten und 3D-Bilder bis hin zu einem Beitrag des Gitarristen von "Queen", Brian May.

- **221.3E167B** Dr. Georg Dittlé
 Freitag, 29. April, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
 SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
 Wallneyer Str. 159
 ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

1

2

3

4

5

6

■ **Sternenstaub für jeden – Mikrometeoriten vor der eigenen Haustür suchen und finden**

Täglich rieseln ca. 100 Tonnen außerirdischen Staubes auf die Erde. Die allermeisten Teilchen sind weniger als einen halben Millimeter groß und von natürlichen oder menschengemachten Partikeln kaum zu unterscheiden. Jahrzehntlang gingen Wissenschaftler/-innen daher davon aus, Mikrometeoriten ausschließlich fernab jeder Zivilisation zu finden. Seit 2015 steht fest: Es gibt einen Weg, den Sternenstaub auch im städtischen Umfeld aufzuspüren. Der Vortrag stellt ein Verfahren vor, wie jeder Mikrometeoriten vor der eigenen Haustür finden und bei Interesse an einem Citizen-Science-Projekt der Walter-Hohmann-Sternwarte mitwirken kann. Die Teilnehmer/-innen erhalten vor Ort die Möglichkeit, mit Magnet, Sieb und Mikroskop erste praktische Erfahrungen zu sammeln.

- **221.3E168B** Peter Gärtner
Freitag, 20. Mai, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
Wallneyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.

■ **Eine kurze Geschichte der Schwarzen Löcher**

Ende des 18. Jahrhunderts spekuliert ein weitgehend unbekannter englischer Geistlicher über geheimnisvolle „Dunkle Sterne“. Mehr als 100 Jahre später stellt ein deutscher Astronom in den Schützengräben des ersten Weltkriegs Berechnungen an, die auf bisher unbekannte Objekte in unserem Universum deuten. In den 1960er Jahren entdeckt man im Sternbild Schwan eine der stärksten Röntgenquellen am Himmel, und ein Neuseeländer kalkuliert das Verhalten realistischer Schwarzer Löcher. Zuletzt gelingt es 2019 einem weltweiten Netz von Teleskopen, das Unsichtbare sichtbar zu machen. Einige der intelligentesten Menschen haben intensiv über sie nachgedacht, von Oppenheimer bis Hawking. Schwarze Löcher sind mit den tiefsten Geheimnissen der Physik und unseres Kosmos verbunden. Jahrzehntlang wurde der Himmel auf allen Frequenzen abgehört, zuletzt sogar mit Hilfe von Neutrinos und Gravitationswellen – das Mysterium bleibt.

- **221.3E169B** Dr. Carsten Busch
Freitag, 27. Mai, 19:00-20:30 Uhr, entgeltfrei
SCHUIR, Walter-Hohmann-Sternwarte,
Wallneyer Str. 159
ACHTUNG: Im Falle erneuter Abstandsregelungen finden die Präsenzveranstaltungen in den Räumen der VHS am Burgplatz 1 statt.



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Björn Mastiaux
bjoern.mastiaux@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43200
Anmeldung
Erich Maibaum
erich.maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218
Nähere Informationen siehe Seite 65

■ **Online-Vortrag im „vhs digisalon“: Leben auf dem Mars? – Die Suche geht weiter**

Seit Februar 2021 ist der Mars-Rover Perseverance auf dem roten Planeten unterwegs. Wie bei vielen seiner Vorgänger geht es um die Frage, ob es in früheren Zeiten Leben auf dem Mars gab oder möglicherweise immer noch gibt. Im Fokus steht diesmal, ob beziehungsweise wie Menschen für längere Zeit oder gar dauerhaft auf unserem Nachbarplaneten (über)leben können. Der Vortrag zeichnet nach, welche Erkenntnisse in den letzten Jahrzehnten bereits gewonnen wurden, um eine erste bemannte Reise zum Mars schon in den kommenden 20 Jahren Wirklichkeit werden zu lassen. Er beschreibt die technischen Hürden, die es dafür zu meistern gilt und versetzt die Teilnehmer zurück in die Anfänge der Marserkundung mit Teleskopen, Satelliten und Rovern. Ein Überblick über aktuelle und zukünftige Missionen rundet den Vortrag ab.

- **221.3E170B** Peter Gärtner
Mittwoch, 1. Juni, 19:00-20:30 Uhr,
entgeltfrei, online

BILDUNGSURLAUB – IHRE CHANCE

Die Volkshochschule Essen führt Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz durch. Dieses Gesetz eröffnet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern das Recht, bei Fortzahlung ihrer Bezüge zur Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr von der Arbeit für berufliche und politische Weiterbildung freigestellt zu werden.

Weitere Informationen finden Sie auf S. 7



**Die
Maus
zum Hören**

**auf die-maus.de, in der MausApp,
als Podcast in der ARD Audiothek und auf DAB+**

Sprachen

- Grundbildung
- Gebärdensprache

Inhaltsverzeichnis:

4A ALPHABETISIERUNG UND
RECHTSCHREIBUNG
FÜR DEUTSCHSPRACHIGE

Lesen und schreiben lernen für

Beruf und Alltag 84

4D GEBÄRDENSPRACHE 85

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Meike Altenkamp

**Alphabetisierung und
Rechtschreibung für Deutsch-
sprachige**

Programmbereichsleiterin:

Meike Altenkamp
Raum 4.20
☎ 0201 88-43210
meike.altenkamp@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 11-13 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

N. N.
Raum 5.31
☎ 0201 88-43212

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Katharina Graner

Gebärdensprache

Programmbereichsleiterin:

Katharina Graner
Raum 5.26
☎ 0201 88-43203
katharina.graner@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10-12 Uhr
donnerstags von 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:

Erich Maibaum
Raum 3.28
☎ 0201 88-43218
erich.maibaum@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:

montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

1

2

3

4

5

6

4A ALPHABETISIERUNG UND RECHTSCHREIBUNG FÜR DEUTSCHSPRACHIGE

LESEN UND SCHREIBEN LERNEN FÜR BERUF UND ALLTAG

Alphabetisierung für alle, die nicht oder nur wenig lesen und schreiben können.

Wir wissen, dass es in Essen über 30.000 Menschen gibt, die nicht richtig lesen und schreiben können. Aber nur wenige Betroffene besitzen den Mut, darüber zu sprechen. Kennen Sie jemanden, der solche Probleme hat? Oder sind Sie selbst betroffen? Dann laden wir Sie zu einem vertraulichen Beratungsgespräch in der VHS ein. In unseren Kursen lernen kleine Gruppen, je nach Bedarf

- Buchstabenkenntnisse zu erwerben
- Wörter wieder aufzufrischen oder
- einfache Texte zu lesen und zu schreiben.

Bitte geben Sie diese Information an Betroffene weiter!



Information in den Beratungszeiten:
Meike Altenkamp
mittwochs, 11-13 Uhr,
donnerstags, 17-19 Uhr,
Raum 4.20
☎ 0201 88-43210



Meike Altenkamp

Lesen und Schreiben für den Alltag – Intensivkurs für Deutschsprachige

Dieser Kurs richtet sich an deutschsprachige Teilnehmende, die ihre Lese- und Schreibfähigkeiten trainieren und verbessern möchten. Ziel ist das Lesen und Verstehen längerer Texte sowie das selbstständige Schreiben kurzer Mitteilungen, Notizen und weiterer kleiner Texte, so auch die Beantwortung offizieller Schreiben zu üben und zu verbessern. Da es sich um Kleingruppen handelt, gibt es für die Teilnehmenden die Möglichkeit, erhaltene Schriftstücke im Kurs zu besprechen und mit Hilfe der Dozentin zu beantworten.

- **221.4A100R** Tabea Hower / Holger Blumensaat
montags + donnerstags, 12:15-14:30 Uhr
Beginn 10. Januar, 39 Termine, entgeltfrei, VHS
Dieser Kurs ist beratungspflichtig!

Lesen und Schreiben für den Beruf und Alltag

Wir wissen, dass es in Essen über 30.000 Menschen gibt, die nicht richtig lesen und schreiben können. Aber nur wenige Betroffene besitzen den Mut, darüber zu sprechen. Kennen Sie jemanden, der solche Probleme hat? Oder sind Sie selbst betroffen? Dann laden wir Sie zu einem vertraulichen Beratungsgespräch in der VHS ein. In unseren Kursen lernen kleine Gruppen, je nach Bedarf. Wir gehen von einfachen Übungen aus. Zuerst werden Buchstaben gelernt und einfache Wörter gelesen. Das Ziel ist, größere Texte erfassen und verfassen zu können. Wo immer es möglich ist, setzen wir Übungsmaterial aus dem beruflichen Umfeld oder mit lebenspraktischem Alltagsbezug ein.

Bitte geben Sie diese Information an Betroffene weiter!

Diese Kurse sind beratungspflichtig!

- **221.4A202R** Holger Blumensaat
montags, 9:00-12:10 Uhr
Beginn 10. Januar, entgeltfrei
- **221.4A204R** Florian Schudack
montags, 17:00-20:10 Uhr
Beginn 10. Januar, 20 Termine, entgeltfrei
- **221.4A208R** Florian Schudack
dienstags, 17:00-20:00 Uhr
Beginn 11. Januar, 22 Termine, entgeltfrei, VHS
- **221.4A212R** Holger Blumensaat
mittwochs, 17:00-20:10 Uhr
Beginn 12. Januar, 22 Termine, entgeltfrei, VHS

- **221.4A214R** Tabea Hower
donnerstags, 17:00-20:10 Uhr
Beginn 13. Januar, 20 Termine, entgeltfrei, VHS
- **221.4A222R** Tabea Hower
freitags, 17:00-20:10 Uhr
Beginn 14. Januar, 21 Termine, entgeltfrei, VHS



Sicherheit im Umgang mit der deutschen Rechtschreibung JungeVHS!

Sie sind deutschsprachig und können Texte lesen und verstehen? Sie haben aber Probleme mit der Rechtschreibung und der Grammatik? Ihnen fehlen grundlegende Kenntnisse des grammatischen Unterbaus? In diesem Kurs üben und erweitern Sie grundlegende Regeln der deutschen Sprache. Der Kurs kann bei Bedarf auch online stattfinden.

Bitte kaufen Sie das Buch: Crashkurs Rechtschreibung. Ein Übungsbuch für Ausbildung und Beruf. Dudenverlag Berlin. ISBN: 978-3-411-73364-4

- Schwerpunkt: Grammatik und Rechtschreibung
- **221.4A234R** Tabea Hower
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 23. Februar, 10 Termine, 48 €, VHS
Schwerpunkt: Zeichen- und Kommasetzung
- **221.4A238R** Tabea Hower
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 25. Mai, 4 Termine, 20 €, VHS

4D GEBÄRDENSPRACHE



Beratung / Programmbereichsleiter
 Katharina Graner
 katharina.graner@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43203
Anmeldung
 Erich Maibaum
 erich.maibaum@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43218
 Nähere Informationen siehe Seite 83

GEBÄRDENSPRACHE

Die Kurse zur Deutschen Gebärdensprache 1 bis 3 wenden sich an hörende Teilnehmende, die beruflich oder privat mit Gehörlosen zu tun haben.

Deutsche Gebärdensprache 1

Im Kurs erlernen Sie anfängliche Kenntnisse auf dem A1-Sprachniveau.

Themen:

- Fingeralphabet
- Einführung in die nonverbale und visuell-gestische Kommunikation, Gestik, Mimik und Körperausdruck
- Übungen zu Gestik, Mimik und Körperausdruck in der DGS
- grundlegende Vokabeln (Anrede und Begrüßung, W-Fragen)
- Einführung in strukturelle Unterschiede von Satzbauplänen: ja/nein-Fragen, Aussage-, Befehls-, Fragesätze, Bitten
- Übungen zu Zahlen
- Wochentage, Monate
- einfache Richtungsverben
- einfache Dialogübungen

Kleingruppenangebot.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.4D250H** Bernd Lindemann
 freitags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 18. Februar, 12 Termine, 89 €, VHS
- **221.4D252H** Bernd Lindemann
 montags, 20:00-21:30 Uhr
 Beginn 14. Februar, 12 Termine, 89 €, VHS

Deutsche Gebärdensprache 2

Nach dem Kurs haben Sie Kenntnisse auf einem abgeschlossenen A1-Niveau.

Themen:

- Erweiterung der Dialogfähigkeiten
- Uhrzeiten
- Zeiten in der Vergangenheit, in der Gegenwart und in der Zukunft
- Richtungsverben in Realsituationen
- Zeigegebärden
- Farben

Kleingruppenangebot.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.4D260H** Bernd Lindemann
 montags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 14. Februar, 12 Termine, 89 €, VHS
- **221.4D262H** Bernd Lindemann
 mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
 Beginn 16. Februar, 12 Termine, 89 €, VHS

Deutsche Gebärdensprache 3

Vertiefung der Kenntnisse in der Gebärdensprache.

Themen: Leichte Kommunikation im Alltag, alltägliche Situationen, weiterer Ausbau des Grundwortschatzes. Weitere Übungen zum Fingeralphabet. Vertiefung der grammatikalischen Strukturen von einfachen zu erweiterten Dialogen.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.4D270H** Bernd Lindemann
 mittwochs, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 16. Februar, 10 Termine, 85 €, VHS



WERDEN SIE MITGLIED im Förderverein der VHS Essen

Die Volkshochschule ist ein Lern- und Kulturort für alle und das Bürgerforum der Stadt Essen. Oder wie es das Ergebnis einer Bürgerbefragung gezeigt hat:

Bekannt – Gefragt – Geschätzt – Nicht wegzudenken.



Unterstützen Sie die Volkshochschule Essen und werden Sie Mitglied des Fördervereins!

Sie erhalten

- das neue VHS-Programm druckfrisch frei Haus,
- Einladungen und Informationen zu aktuellen Veranstaltungen und Themen.

Über Ihre Mitgliedschaft und Ihre Mitwirkung im Förderverein der VHS Essen freuen wir uns sehr.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.foerdereverein-vhs-essen.de



1

2

3

4

5

6

Sprachen

- Deutsch als Fremdsprache

Inhaltsverzeichnis:

4E ALPHABETISIERUNG / A1 BIS B1	
Alphabetisierung	89
Aufbaukurse A2-B1	89
Deutsch als Fremdsprache A1-B1	90
Prüfungsvorbereitung telc Zertifikat Deutsch B1	92
4F B1+ BIS C2 INTEGRATIONSKURS / PRÜFUNGEN	
Deutsch als Fremdsprache B1+ und B2 ...	92
Prüfungsvorbereitung telc Zertifikat Deutsch B2	93
Berufsbezogene Deutschsprachförderung .	95
Integrationskurse (BAMF)	95
Allgemeine Integrationskurse	96
Neue Kurse für Angänger/innen (A1)	96
Aufbaukurs (A2.2)	96
Integrationskurse mit Alphabetisierung ..	96
Neue Alphabetisierungskurse für Anfänger/-innen	96
Wiederholerkurse	96
Kurse und Prüfungen „Leben in Deutschland“	96
telc Zertifikat Deutsch-Test für Zuwanderer	97
telc Zertifikat Deutsch B1	97
telc Zertifikat Deutsch B2	97

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Heike Reintanz-Vanselow

**Koordination Deutsch als
Fremdsprache**

Programmbereichsleiterin:

Heike Reintanz-Vanselow

Raum 3.27

☎ 0201 88-43222

heike.reintanz@vhs.essen.de



Dr. Angelika Hiegemann-Hahn

Alphabetisierung / A1 bis B1

Programmbereichsleiterin:
Dr. Angelika Hiegemann-Hahn
Raum 3.30
☎ 0201 88-43221
angelika.hiegemann-hahn@
vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 14-16 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Ursula Janisch-Wahl
Raum 3.22
☎ 0201 88-43105
ursula.janisch-wahl@
vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Tatjana Carvajal

B1+ bis C2

Programmbereichsleiterin:
Tatjana Carvajal
Raum 3.31
☎ 0201 88-43141
tatjana.carvajal@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 14-16 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Ursula Janisch-Wahl
Raum 3.22
☎ 0201 88-43105
ursula.janisch-wahl@
vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Mohammed Ouiaiaou

Integrationskurse

Programmbereichsleiter:
Mohammed Ouiaiaou
Raum 3.24
☎ 0201 88-43140
mohammed.ouaiaou@
vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 14-16 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Susanne Letzner / Astrid Lösel
Raum 3.29
☎ 0201 88-43138 / 88-43112
susanne.letzner@vhs.essen.de
Astrid.Loesel@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
dienstags bis freitags 10-12 Uhr



Eric Peyron Huertas

Prüfungen

Pädagogische Assistenz:
Eric Peyron Huertas
Raum 3.22
☎ 0201 88-43213
eric.peyron-huertas@
vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
mittwochs 14-16 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

1

2

3

4

5

6

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen

www.vhs.link/ger

Das können Sie am Ende der Stufen:

Kompetente Sprachverwendung	C2	<ul style="list-style-type: none"> alles, was er/sie liest oder hört kann mühelos verstanden werden sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken alle Sachverhalte können zusammengefasst und wiedergegeben werden alle Bedeutungsnuancen in Texten können deutlich gemacht werden
	C1	<ul style="list-style-type: none"> anspruchsvolle Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen sich spontan und fließend ausdrücken die Sprache in fast allen Bereichen des Lebens wirksam und flexibel gebrauchen sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern
Selbstständige Sprachverwendung	B2	<ul style="list-style-type: none"> die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen verstehen sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben
	B1	<ul style="list-style-type: none"> die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet sich zusammenhängend zu bekannten Themen und persönlichen Interessengebieten äußern über Erfahrungen und Erlebnisse berichten, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen geben
Elementare Sprachverwendung	A2	<ul style="list-style-type: none"> Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die sich auf Bereiche von ganz unmittelbarer Bedeutung beziehen sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über geläufige Dinge geht mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge, die konkret zum täglichen Leben gehören, beschreiben
	A1	<ul style="list-style-type: none"> vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden sich und andere vorstellen, anderen Personen Fragen zu ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen



IHR WEG ZUM DEUTSCHKURS

Wir helfen Ihnen dabei, den passenden Deutschkurs zu finden.

Bitte vereinbaren Sie mit uns einen Termin für ein Beratungsgespräch.

Terminvergabe

Per E-Mail an:
termin.deutsch@vhs.essen.de

oder persönlich:

montags und dienstags 14:00-16:00 Uhr
 Raum 3.02

Weitere Informationen:

www.vhs-essen.de

Hotline:
0201 88-43100

4E ALPHABETISIERUNG / A1 BIS B1



Beratung / Programmbereichsleiterin
 Dr. Angelika Hiegemann-Hahn
angelika.hiegemann-hahn@vhs.essen.de

☎0201 88-43221

Anmeldung

Ursula Janisch-Wahl
ursula.janisch-wahl@vhs.essen.de

☎0201 88-43105

Nähere Informationen siehe Seite 87

ALPHABETISIERUNG

Die Kurse zur Alphabetisierung und zum Erwerb von Grundkenntnissen in der deutschen Sprache gliedern sich in Grund- und Aufbaukurse.

Die Grundkurse 01 bis 04 vermitteln eine Basisalphabetisierung und bereiten gezielt auf die weiterführenden Aufbaukurse (Stufe 1-4) vor. Lernungewohnte Teilnehmende verbleiben dadurch in einer flachen Progressionsschiene.

Die Alphabetisierung arbeitet mit Unterrichtsmaterialien, die den Lernvoraussetzungen der Teilnehmenden gerecht werden.

Lehrbücher: „Von A – Z“ von Klett, ISBN 978-3-12-676040-9 (Kursbuch), ISBN 978-3-12-676041-6 (Übungsbuch), „Schritte plus Alpha neu“ 1-3 vom Hueber Verlag.

Grundkurs Alphabetisierung 01

Für Teilnehmende ohne Deutschkenntnisse, die weder lesen noch schreiben können, oder in einer anderen Schrift Lesen und Schreiben gelernt haben.

- **221.4E001A** Hans-Rainer Burisch
 montags + mittwochs, 9:10-11:30 Uhr
 Beginn 14. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
 Beratung erforderlich, VHS

Grundkurs Alphabetisierung 02

Teilnehmende erlernen weiterhin das Alphabet, Umlaute und wichtige Buchstabengruppen. Anhand von Schreib- und Differenzierungsübungen, Aufgaben zum Hören und Lesen wird das Erlernete trainiert.

- **221.4E002A** Tabea Hower
 dienstags + donnerstags, 9:10-11:30 Uhr
 Beginn 8. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
 Beratung erforderlich, VHS

Grundkurs Alphabetisierung 03

Die Teilnehmenden bearbeiten verschiedene Aufgabentypen zur Sicherung des Leseverstehens und kleine Schreibaufgaben. Übungen zu Phonetik und orthographischem Schreiben stehen im Vordergrund.

- **221.4E003A** Holger Blumensaat
 dienstags + donnerstags, 9:10-11:30 Uhr
 Beginn 8. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
 Beratung erforderlich, VHS

Grundkurs Alphabetisierung 04

Ziel ist das Lesen und Verstehen längerer Texte sowie das selbstständige Schreiben kurzer Mitteilungen und weiterer kleiner Texte.

- **221.4E004A** Tabea Hower
 mittwochs + freitags, 9:10-11:30 Uhr
 Beginn 9. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
 Beratung erforderlich, VHS

AUFBAUKURSE A2-B1

Aufbaukurse (LANGSAME PROGRESSION)

In den Aufbaukursen (Stufe 1 – 4) werden lernungewohnte Teilnehmende ihren Voraussetzungen entsprechend gefördert und verbleiben bis zur Stufe B1 in einer flachen Progressionsschiene.

Die Lehrwerke werden zu Beginn der Kurse bekannt gegeben.

Aufbaukurs 1

Dieser Kurs bietet Teilnehmenden mit Grundkenntnissen in der deutschen Sprache eine gezielte Verbesserung ihrer mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

- **221.4E401A** Stefania Gebauer
 dienstags + donnerstags, 9:00-11:20 Uhr
 Beginn 9. Februar, 30 Termine, 112 €,
 Beratung erforderlich, VHS

Aufbaukurs 2

Teilnehmende üben die Anwendung der Grammatik und erweitern ihren Wortschatz.

- **221.4E402A** Petra Paschen / Barbara Büsching
 donnerstags + freitags, 9:10-11:30 Uhr
 Beginn 10. Februar, 30 Termine, 112 €,
 Beratung erforderlich, VHS

1

2

3

4

5

6

Aufbaukurs 3

Teilnehmende konzentrieren sich zunehmend auf vielfältige und kleinschrittige Übungsformen zu Grammatik und Rechtschreibung und erweitern ihren Wortschatz für die Kommunikation im Alltag (A2).

- **221.4E403A** Barbara Büsching
montags + mittwochs, 9:10–11:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS

Abschlusskurs 2

Teilnehmende vertiefen ihre Sprachkenntnisse und werden sicherer in Ausdruck, Grammatik und Hörverstehen (B1). Der schriftliche Ausdruck wird im Hinblick auf die Sprachprüfungen DTZ oder telc B1 Deutsch besonders intensiv geübt.

- **221.4E407A** Holger Blumensaat
dienstags + donnerstags, 17:00–19:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS

Einstieg in die deutsche Sprache: Lesen, Schreiben, Sprechen

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende, die schon etwas Deutsch sprechen und verstehen können und das Lesen und Schreiben erlernen möchten.

- **221.4E410A** Tabea Hower /
Holger Blumensaat
mittwochs + freitags, 11:45–14:00 Uhr
Beginn 16. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
Beratung erforderlich, VHS

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE A1–B1

Diese Kurse sind für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet. Die Themen und Inhalte orientieren sich am Sprachbedarf der Kursteilnehmenden und befähigen Schritt für Schritt (A 1.1 – B 1.2) zu immer besserer Sprachkompetenz im Alltag. Falls Grundkenntnisse vorhanden sind, kann im Vorfeld ein Test zur Ermittlung des Sprachstands erfolgen.

Deutsch als Fremdsprache A1 intensiv – Onlinekurs

Die Stufe A1 können Sie in diesem Kurs innerhalb eines Semesters abschließen. Zur Teilnahme am Online-Unterricht benötigen Sie einen PC/Laptop oder ein Tablet/Smartphone mit Kamera. Die Lehrwerke werden vor Unterrichtsbeginn bekannt gegeben.

- **221.4E420A** Simone Schneider
dienstags + mittwochs + donnerstags, 9:00–12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 50 Termine, 248 €, Beratung erforderlich

Deutsch als Fremdsprache A1 intensiv

Die Stufe A1 können Sie in diesem Kurs innerhalb eines Semesters abschließen.

Schritte Plus neu 1, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

Schritte plus neu 2, Hueber, ISBN 978-3-19-601081-7

- **221.4E422A** Stephan Saleh
montags + dienstags + freitags,
17:10–20:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 50 Termine, 248 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache A2 intensiv

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die schnell und intensiv lernen wollen. In nur einem Semester erreichen Sie das Sprachniveau A 2.

Lehrbuch: Schritte plus neu 3, Hueber, ISBN 978-3-19-301083-4

Lehrbuch: Schritte plus neu 4, Hueber, ISBN 978-3-19-601083-1

- **221.4E425A** Elisabeth Bisping
dienstags + donnerstags + freitags,
9:00–12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 50 Termine, 248 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4E426A** Anne Bisping
mittwochs + freitags + montags,
17:00–20:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 50 Termine, 248 €,
Beratung erforderlich, VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Angelika Hiegemann-Hahn
angelika.hiegemann-hahn@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43221

Anmeldung
Ursula Janisch-Wahl
ursula.janisch-wahl@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43105
Nähere Informationen siehe Seite 87

Deutsch als Fremdsprache B1 intensiv

Die Stufe B1 können Sie in diesem Kurs innerhalb eines Semesters abschließen. Das Lerntempo im Intensivkurs ist hoch. Sie sollten daher sehr gute Vorkenntnisse mitbringen.

Dieser Kurs bereitet Sie auch auf die Prüfung zum telc Zertifikat Deutsch B1 vor.

Schritte Plus neu 5, Hueber, ISBN 978-3-19-301085-8

Schritte Plus neu 6, Hueber, ISBN 978-3-19-601085-5

- **221.4E428A** Viktorija Mousa
montags + mittwochs + freitags,
9:00–12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 50 Termine, 540 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache A1.1–Einstiegskurs

Dieser Kurs bietet Teilnehmenden mit minimalen Grundkenntnissen in deutscher Sprache eine gezielte Verbesserung ihrer Ausdrucksfähigkeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 1, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E432A** Nevenka Peters
montags + donnerstags, 9:00–12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, entgeltfrei,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache A1.2

Hier setzen Sie das Gelernte fort und erlangen immer mehr Sicherheit in Ihrer mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 2, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E433A** Viktorija Mousa
dienstags + donnerstags, 9:10–12:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 126 €,
Beratung erforderlich, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Deutsch als Fremdsprache A1.2

Hier setzen Sie das Gelernte fort und erlangen immer mehr Sicherheit in Ihrer mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 2, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E435A** Anne Bisping
montags + mittwochs, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, 126 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache A2.1

Mit diesem Kurs setzen Sie die Arbeit des ersten Lernjahres fort. Kommunikation im Alltag ist der Schwerpunkt des Kurses.

Lehrbuch: Schritte plus neu 3, Hueber, ISBN 978-3-19-301083-4

- **221.4E437A** Elisabeth Bisping
montags + mittwochs, 9:10-12:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, 126 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4E438A** Salvatrice Golz
mittwochs + freitags, 9:10-12:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 25 Termine, 126 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache A1.2

Mit diesem Kurs beenden Sie die Stufe A2 und vertiefen Ihre Deutschkenntnisse für den Alltag. Dieser Kurs dient der Erweiterung Ihres Wortschatzes. Mit den Lehrinhalten dieser Stufe erlangen Sie ein weiteres Plus an Sicherheit in der Kommunikation.

Lehrbuch: Schritte plus neu 4, Hueber, ISBN 978-3-19-601083-1

- **221.4E439A** Claudia Becker
dienstags + donnerstags, 9:10-12:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 126 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache B1.1 – Blended Learning

Mit diesem Kurs starten Sie in die Stufe B1. Ihre Sprachkenntnisse werden vertieft und Sie werden sicherer in Ausdruck, Grammatik und Hörverstehen. Innerhalb von zwei Semestern bereiten Sie sich auf das telc Zertifikat Deutsch B1 vor.

Lehrbuch: Schritte plus neu 5, Hueber, ISBN 978-3-19-301085-8

Zur Teilnahme am Online-Unterricht benötigen Sie einen PC/Laptop oder ein Tablet/Smartphone mit Kamera.

- **221.4E440A** Reintje Benders
dienstags + freitags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache B1.2

Mit diesem Kurs beenden Sie die Stufe B1. Sie bereiten sich zudem auf die Prüfung telc Deutsch Zertifikat B1 vor. Das Lerntempo im Kurs ist hoch. Sie sollten daher über gute Basiskenntnisse verfügen.

Beratungspflichtig

Lehrbuch: Schritte plus neu 6, Hueber, ISBN 978-3-19-601085-5

- **221.4E442A** Dagmar Barnekow-Sondermann
montags + freitags, 9:10-12:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

Deutsch A1.1

Dieser Kurs bietet Teilnehmenden mit minimalen Grundkenntnissen in der deutschen Sprache eine gezielte Verbesserung ihrer Ausdrucksfähigkeit. Die praktische Anwendbarkeit der erlernten Fähigkeiten in Alltag und Beruf sichert schnelle Erfolge in kurzer Zeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 1, Hueber ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E450A** Christina Passberger
mittwochs + montags, 17:00-19:20 Uhr
Beginn 9. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Deutsch A1.2 – Einstiegskurs

Hier setzen Sie das Gelernte fort und erlangen immer mehr Sicherheit in Ihrer mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 2, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E452A** Andreas Brähler
mittwochs + freitags, 16:50-19:10 Uhr
Beginn 9. Februar, 30 Termine, entgeltfrei,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch A1.2

Hier setzen Sie das Gelernte fort und erlangen immer mehr Sicherheit in Ihrer mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit.

Lehrbuch: Schritte plus neu 2, Hueber, ISBN 978-3-19-301081-0

- **221.4E453A** Dajana Pejcić
montags + mittwochs, 17:00-19:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch A2.1

Mit diesem Kurs setzen Sie das Lernen des ersten Lernjahres fort. Kommunikation am Arbeitsplatz und im Alltag bestimmen die Schwerpunkte des Kurses.

Lehrbuch: Schritte plus neu 3, Hueber, ISBN 978-3-19-301083-4

- **221.4E454A** Andreas Brähler
montags + dienstags, 17:00-19:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS

1

2

3

4

5

6

Früh buchen – Platz sichern!

Deutsch A2.2

Mit diesem Kurs beenden Sie die Stufe A2 und vertiefen Ihre Deutschkenntnisse. Dieser Kurs dient der Erweiterung Ihres Wortschatzes. Mit den Lehrinhalten dieser Stufe erlangen Sie ein weiteres Plus an Sicherheit in der Kommunikation.

Lehrbuch: Schritte plus neu 4, Hueber, ISBN 978-3-19-601083-1

- **221.4E455A** Astrid Schwanemeier
dienstags + mittwochs, 16:50-19:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4E456A** Reintje Benders
dienstags + donnerstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 30 Termine, 112 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch B1.1

Dieser Abendkurs ist ein guter Anschluss für Sie, wenn Sie bereits die Stufe A2 abgeschlossen haben oder vergleichbare Vorkenntnisse mitbringen. Sie können die Stufe B1 innerhalb eines Jahres abschließen. Das Lerntempo im Kurs ist hoch. Sie sollten daher über gute Basiskenntnisse verfügen.

Schritte plus neu 5, ISBN 978-3-19-301085-8

- **221.4E457A** Patrick Steffan
mittwochs + donnerstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 30 Termine, 243 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch B1.2 – Onlinekurs

Mit diesem Kurs beenden Sie die Stufe B1. Sie bereiten sich zudem auf die Prüfung telc Zertifikat Deutsch B1 vor. Das Lerntempo im Kurs ist hoch. Sie sollten daher über gute Basiskenntnisse verfügen.

Lehrbuch: Schritte plus neu 6, Hueber, ISBN 978-3-19-601085-5

Zur Teilnahme am Online-Unterricht benötigen Sie einen PC/Laptop oder ein Tablet/Smartphone mit Kamera.

- **221.4E459A** Ismail Nakas
montags, 17:30-20:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS

PRÜFUNGSVORBEREITUNG TELC ZERTIFIKAT DEUTSCH B1

Fit für B1 Prüfungsvorbereitung

In diesem Kurs können Sie sich gezielt auf die Anforderungen der Prüfung Zertifikat telc Deutsch B1 vorbereiten. Die Prüfungen finden am 22. März und am 14. Juni statt.

- **221.4E460A** Gabriele Born
Montag, 7., 14. und 21. März,
16:20-19:40 Uhr
12 Ustd., 33 €, VHS
- **221.4E461A** Gabriele Born
Montag, 16., 23. und 30. Mai,
16:20-19:40 Uhr
12 Ustd., 33 €, VHS

4F B1+ BIS C2 / INTEGRATIONS- KURSE / PRÜFUNGEN



Beratung / Programmbereichsleiterin
Tatjana Carvajal
tatjana.carvajal@vhs.essen.de
☎0201 88-43141
Anmeldung
Ursula Janisch-Wahl
ursula.janisch-wahl@vhs.essen.de
☎0201 88-43105
Nähere Informationen siehe Seite 87

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE B1+ UND B2

Sie haben das „Zertifikat Deutsch B1“ bzw. den „Deutschtest für Zuwanderer“ (Gesamtniveau: B1) mit einem guten Ergebnis absolviert oder besitzen entsprechende Sprachkenntnisse.

Sie lernen, den Inhalt komplexerer Texte zu konkreten und abstrakten Themen zu verstehen und auch Fachdiskussionen in einem vertrauten Gebiet zu führen. In Gesprächen können Sie sich zu vielen Themen äußern und Ihre Gesprächspartner gut verstehen. Sie lernen auch, Ihren Standpunkt zu vertreten und Stellung zu nehmen.



Deutsch als Fremdsprache B1+

Nach dem Abschluss der Stufe B1 mit dem Deutschtest für Zuwanderer oder einem vergleichbaren Zertifikat finden Sie hier den passenden Anschluss. Der Kurs leitet zur Niveaustufe B2 über, indem Grundgrammatik wiederholt und die schriftliche und mündliche Ausdrucksfähigkeit erweitert werden.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier:
<https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F100D** Stephan Saleh
montags + freitags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F102D** N. N.
dienstags + donnerstags, 18:20-20:45 Uhr
Beginn 8. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich, VHS

Sprechen Sie mit! Niveau B1+

Sie lernen Deutsch, doch Ihnen fehlt die Praxis? Sie möchten mehr sprechen und sich mit anderen über das Leben und Arbeiten in Essen und über Ihren Alltag austauschen? (Oder: Sie sprechen und verstehen Deutsch, wollen Ihre Kenntnisse aber weiter verbessern?) In diesem Kurs können Sie in einer entspannten Atmosphäre ohne Angst und Stress das Sprechen üben. Sie sollten die Sprachkurse bis einschließlich Stufe B1 bereits besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse mitbringen. Ein Einstieg in den Kurs ist immer zum Semesterbeginn möglich.

- **221.4F106D** Cristina Schwarz-Dorra
montags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 7. März, 12 Termine, 66 €, VHS

Sprechen Sie mit! Niveau B2

Sie verfügen über fortgeschrittene Deutschkenntnisse (mindestens Niveau B2) und möchten Sicherheit in Ihrer sprachlichen Ausdrucksfähigkeit gewinnen? Reden lernt man am besten durch Reden über das, was Sie interessiert, was Sie gesehen, gelesen, erlebt haben oder sehen, lesen, erleben wollen. Sie sollten die Sprachkurse bis einschließlich B2 bereits besucht haben.

- **221.4F108D** Cristina Schwarz-Dorra
montags, 18:20-20:45 Uhr
Beginn 7. März, 12 Termine, 97 €, VHS



Deutsch als Fremdsprache B2–1. Semester

Sie haben das Zertifikat Deutsch B1 erreicht und suchen den passenden Anschlusskurs? Dann starten Sie mit diesem Kurs in die Stufe B2! Sie sollten die Kurse bis einschließlich B1+ besucht haben oder vergleichbare Vorkenntnisse mitbringen.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F110D** Maxima Nikolova-Münch
mittwochs + donnerstags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 9. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F112D** Anne Bisping
dienstags + donnerstags, 18:10-20:35 Uhr
Beginn 8. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich, VHS

Deutsch als Fremdsprache B2–2. Semester

Dieser Kurs schließt an den Unterricht des ersten Semesters an. Sie können den Kurs auch dann besuchen, wenn Sie über vergleichbare Deutschkenntnisse verfügen. Lassen Sie sich bitte von uns beraten! Das Lerntempo in diesem dreistündigen Kurs ist höher. Sie sollten daher sehr gute Vorkenntnisse aus der Niveaustufe B2.1 mitbringen!

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F114D** Dagmar Barnekow-Sondermann
dienstags + donnerstags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F116D** N. N.
montags + mittwochs, 17:50-20:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich, VHS

Online! Deutsch als Fremdsprache B2–2. Semester

Dieser Kurs schließt an den Unterricht des ersten Semesters an. Sie können den Kurs auch dann besuchen, wenn Sie über vergleichbare Deutschkenntnisse verfügen. Lassen Sie sich bitte von uns beraten! Das Lerntempo in diesem dreistündigen Kurs ist höher. Sie sollten daher sehr gute Vorkenntnisse aus der Niveaustufe B2.1 mitbringen!

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F118D** Christoph Grevels
mittwochs + freitags, 18:15-20:10 Uhr
Beginn 2. März, 33 Termine, 244 €, Beratung
erforderlich

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

B2 intensiv

Dieser Kurs richtet sich an angehende Studierende sowie Akademikerinnen und Akademiker, die zügig Sprachkenntnisse der Stufen B2 und später C1 erwerben möchten. Das Lerntempo im Kurs ist hoch und Sie sollten neben dem Präsenzunterricht in der VHS zuhause feste Lernzeiten im Umfang von mindestens 12 Wochenstunden einplanen.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4F120D** N. N.
montags + dienstags + donnerstags,
17:00-20:10 Uhr
Beginn 21. Februar, 30 Termine, 454 €,
Beratung erforderlich, VHS

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

PRÜFUNGSVORBEREITUNG TELC ZERTIFIKAT DEUTSCH B2

Fit für B2 Prüfungsvorbereitung!

In diesem Kurs können Sie sich gezielt auf die Anforderungen der Prüfung zum telc- Sprachenzertifikat Deutsch B2 vorbereiten. Die Prüfung findet am 22. Juni 2022 statt. Sie können den Kurs zusätzlich zu Ihrem Sprachkurs buchen. Auch wenn Sie schon über ausreichende Sprachkenntnisse verfügen, sich aber auf das Prüfungsformat vorbereiten möchten, ist dieser Kurs für Sie die richtige Wahl.

Lehrwerk: Mit Erfolg zu Telc Deutsch B2 Testbuch, Klett, ISBN: 978-3-12-676824-5

- **221.4F124D** Sascha Gademann
Samstag, 7. Mai, 10:00-14:00 Uhr
Sonntag, 8. Mai, 10:00-14:00 Uhr
Samstag, 11. Juni, 10:00-14:00 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 10:00-14:00 Uhr,
20 Ustd., 66 €, VHS

Blended Learning! Deutsch als Fremdsprache C1–1. Semester

Dieser Kurs bietet den Einstieg in die Stufe C1. Sie sollten die Kurse bis einschließlich Stufe B2.2 bereits besucht haben oder entsprechende Vorkenntnisse mitbringen.

Dabei handelt es sich um einen Onlinekurs, Sie benötigen einen PC/Laptop oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F128D** Lucas Jachens
dienstags + donnerstags, 9:10-12:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS

1

2

3

4

5

6

Online! Deutsch als Fremdsprache C1-1. Semester

Dieser Kurs bietet den Einstieg in die Stufe C1. Sie sollten die Kurse bis einschließlich Stufe B2.2 bereits besucht haben oder entsprechende Vorkenntnisse mitbringen.

Dabei handelt es sich um einen Onlinekurs, Sie benötigen einen PC/Laptop oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F130D** Sascha Gademann
dienstags + donnerstags, 18:20-20:45 Uhr
Beginn 8. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich

Blended Learning! Deutsch als Fremdsprache C1- 2.Semester

Mit diesem Kurs schließen Sie die Stufe C1 ab. Er ist für Sie geeignet, wenn Sie die Kurse bis einschließlich C1.1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse mitbringen.

Hierbei handelt es sich um einen Onlinekurs, welcher per Videokonferenzen durchgeführt wird. Sie benötigen einen Laptop/PC oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F132D** Ulrike Hawickenbrauck
dienstags + donnerstags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 25 Termine, 270 €,
Beratung erforderlich, VHS



Online! Deutsch als Fremdsprache C1-2. Semester

Mit diesem Kurs schließen Sie die Stufe C1 ab. Er ist für Sie geeignet, wenn Sie die Kurse bis einschließlich C1.1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse mitbringen.

Hierbei handelt es sich um einen Onlinekurs, welcher per Videokonferenzen durchgeführt wird. Sie benötigen einen Laptop/PC oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F134D** N.N.
montags + mittwochs, 17:45-20:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich

Deutsch als Fremdsprache C1-2. Semester

Mit diesem Kurs schließen Sie die Stufe C1 ab. Er ist für Sie geeignet, wenn Sie die Kurse bis einschließlich C1.1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse mitbringen.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Einen Einstufungstest finden Sie hier: <https://www.vhs-essen.de/einstufung>

- **221.4F136D** Markus Alexander Schallwich
montags + mittwochs, 18:10-20:45 Uhr
Beginn 14. Februar, 33 Termine, 268 €,
Beratung erforderlich, VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Tatjana Carvajal
tatjana.carvajal@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43141
Anmeldung
Ursula Janisch-Wahl
ursula.janisch-wahl@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43105
Nähere Informationen siehe Seite 87

Online! Grammatik im Griff C1-C2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit gutem Abschluss der Stufe C1, die ihre Kenntnisse in Grammatik und Lexik vertiefen möchten. Übungen zum differenzierten Sprachgebrauch ergänzen die Arbeit an authentischen Texten. Das unten angegebene Lehrbuch wird innerhalb von vier Semestern durchgearbeitet. Ein Einstieg in den Kurs ist immer zum Semesterbeginn möglich.

Hierbei handelt es sich um Onlineunterricht im virtuellen Klassenzimmer.

Sie benötigen einen Laptop/PC oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset. Außerdem ist dieser Kurs ein Kleingruppenangebot.

Lehrbuch: Erkundungen C2, Schubert, ISBN 978-3941323223

- **221.4F140D** Sascha Gademann
montags, 18:30-20:50 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 134 €,
Beratung erforderlich

Fit für Goethe C1- Prüfungsvorbereitung

In diesem Kurs können Sie sich gezielt auf die Anforderungen der Prüfung Goethe-Zertifikat C1 vorbereiten. Die Prüfung findet voraussichtlich im Juni 2022 statt.

Sie können den Kurs zusätzlich zu Ihrem Sprachkurs buchen. Auch wenn Sie schon über ausreichende Sprachkenntnisse verfügen, sich aber auf das Prüfungsformat vorbereiten möchten, ist dieser Kurs für Sie die richtige Wahl.

Lehrbuch: Fit fürs Goethe-Zertifikat C1, Lehrbuch mit integrierter Audio-CD, Hueber, ISBN 978-3-19-001875-8

- **221.4F145D** Anne Bisping
Samstag, 7. Mai, 10:00-14:00 Uhr
Sonntag, 8. Mai, 10:00-14:00 Uhr
Samstag, 11. Juni, 10:00-14:00 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 10:00-14:00 Uhr,
20 Ustd., 90 €, VHS



Online! Deutsch als Fremdsprache C2-3. Semester

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit gutem Abschluss der Stufe C1, die ihre Kenntnisse in Grammatik und Lexik vertiefen möchten. Übungen zum differenzierten Sprachgebrauch ergänzen die Arbeit an authentischen Texten. Das unten angegebene Lehrbuch wird innerhalb von vier Semestern durchgearbeitet. Ein Einstieg in den Kurs ist immer zum Semesterbeginn möglich.

Hierbei handelt es sich um Onlineunterricht im virtuellen Klassenzimmer.

Sie benötigen einen Laptop/PC oder ein Tablet mit Kamera, wenn möglich mit Headset. Außerdem ist dieser Kurs ein Kleingruppenangebot.

Lehrbuch: Erkundungen C2, Schubert, ISBN 978-3941323223

- **221.4F150D** Sascha Gademann
mittwochs, 18:30-20:50 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 147 €, Beratung erforderlich

Bessere Aussprache der deutschen Sprache- Intensivtraining

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Lernende, die zwar gut Deutsch lesen und verstehen können, aber selbst nicht gut verstanden werden. In diesem Phonetik-Workshop werden intensiv typische Aussprachefehler besprochen und durch gezielte Übungen die Aussprache und das Hörverständnis verbessert. Dadurch erlangen die Teilnehmenden eine größere Sicherheit beim Sprechen. Auch die deutsche Sprachmelodie und der Sprachrhythmus werden geübt, um Missverständnissen bei falscher Betonung vorzubeugen und einen harmonischen Redefluss zu erlangen.

- **221.4F152D** Claudia Becker
montags, dienstags, donnerstags
Beginn 7. März, 9 Termine, 17:00-20:10 Uhr
36 Ustd., 102 €, Beratung erforderlich, VHS

VHS spricht!

Hierbei handelt es sich um eine Projektreihe. In diesen Veranstaltungen berichten Teilnehmende aus dem Bereich Deutsch als Fremdsprache von ihren ersten Erlebnissen in Deutschland und geben somit die Erfahrungen an neu ankommende Teilnehmende weiter.

Wie bewerbe ich mich in Deutschland? – Teilnehmende berichten von ihren Erfahrungen

- **221.4F280D** Andreas R. Crüsemann (Moderation)
Donnerstag, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 24. Februar, 1 Termin, entgeltfrei

BERUFSBEZOGENE DEUTSCHSPRACH-FÖRDERUNG



Im Anschluss an den Integrationskurs werden seit Juni 2016 berufsbezogene Sprach- und Weiterqualifizierungsmaßnahmen für arbeitssuchende Migranten und Flüchtlinge angeboten. Diese Kurse werden bis zum Sprachniveau C2 angeboten und mit einer Zertifikatsprüfung der jeweiligen Stufe abgeschlossen. Die Arbeitsagenturen oder Jobcenter entscheiden, wer an den Programmen teilnehmen kann und ob eine Förderung möglich ist. Bitte wenden Sie sich an Ihre Beraterin oder Ihren Berater, wenn Sie sich für die Teilnahme an den berufsbezogenen Deutschkursen interessieren.

Das Modul B2 baut auf den Sprachkenntnissen aus dem Integrationskurs auf. 400 Stunden stehen zur Verfügung, um das Sprachniveau B2 zu erreichen. Am Ende der Maßnahme sollten Sie dazu in der Lage sein, die Inhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen zu verstehen und sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert auszudrücken. Sie können dann diskutieren, Ihren Standpunkt vertreten und sich ohne größere Anstrengung mit Muttersprachlern unterhalten. Zum Abschluss legen Sie die Zertifikatsprüfung telc B2 ab.

Berufsbezogene Sprachförderung B2 gem. § 45a AufenthG (500UE) teilweise virtuell

- **221.4F202D** Sabine Brandauer
montags bis freitags, 9:00-12:20 Uhr
Beginn 16. Februar, 125 Termine, entgeltfrei, Beratung erforderlich, VHS

INTEGRATIONSKURSE (BAMF)

gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge



Die Volkshochschule Essen bietet fortlaufend Integrationskurse für Zuwanderer an. Eine aktuelle Übersicht finden Sie unter www.vhs-essen.de. **Viele unserer Integrationskurse finden nachmittags zwischen 12.50 und 16 Uhr und abends nach 17 Uhr statt.**

Nach dem Zuwanderungsgesetz müssen Neuzuwanderer ohne genügende Deutschkenntnisse an Integrationskursen teilnehmen. Diese Kurse umfassen einen Sprachkurs mit 600-900 Stunden und einen Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden.

Auch wenn Sie schon länger in Deutschland leben, können Sie einen Integrationskurs besuchen; dazu können Sie beim BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge) einen Antrag auf Zulassung stellen. Die Teilnehmenden beteiligen sich in der Regel mit 2,20 € an jeder Unterrichtsstunde. Wenn Sie Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe erhalten, können Sie auf Antrag von den Kosten befreit werden. An Integrationskursen können auch Personen ohne Förderung beim BAMF teilnehmen. Bitte lassen Sie sich von uns beraten!

Kosten pro Modul (100 Stunden):

- 275,00 € für Selbstzahler
- 220,00 € mit Berechtigung durch das BAMF
- 0,00 € mit Berechtigung des BAMF und Kostenbefreiung

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
 Mohammed Ouaiou
 mohammed.ouaiaou@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43140
Anmeldung
 Susanne Letzner / Astrid Lösel
 susanne.letzner@vhs.essen.de
 astrid.loesel@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43138 / 88-43112
 Nähere Informationen siehe Seite 87

ALLGEMEINE INTEGRATIONSKURSE

Diese Kurse sind für alle geeignet, die Deutsch lernen möchten und die lateinische Schrift sicher beherrschen. Sollten Sie die lateinischen Buchstaben nicht lesen und schreiben können, brauchen Sie einen Integrationskurs mit Alphabetisierung.

Modul 1- 6 Sprachkurs (600 Unterrichtsstunden)

Modul 7: Leben in Deutschland (100 Unterrichtsstunden)

Abschlussprüfungen:

Test „Leben in Deutschland“

Deutsch-Test für Zuwanderer

NEUE KURSE FÜR ANFÄNGER/-INNEN (A1)

Hier finden Sie eine Übersicht der Kurse, die wir im Frühjahrssemester neu beginnen. Eine komplette Übersicht der laufenden Kurse finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-essen.de

Integrationskurs, Modul 1

- **221.4F301C** Anne Bisping
 montags bis freitags, 12.50-16.00 Uhr
 Beginn 21. Februar, 25 Termine,
 Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F321C** N. N.
 montags bis freitags, 12.50-16.00 Uhr
 Beginn 02. Mai, 25 Termine,
 Beratung erforderlich, VHS



AUFBAUKURS (A2.2)

- **221.4F314C** N. N.
 montags bis freitags, 12.50-16.00 Uhr
 Beginn 28. März, 25 Termine,
 Beratung erforderlich, VHS



INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG

Integrationskurse mit Alphabetisierung sind für Teilnehmende geeignet, die schon etwas Deutsch sprechen können und das Lesen und Schreiben der lateinischen Schrift noch erlernen müssen. Auch Menschen, die noch gar kein Deutsch sprechen, können diese Kurse besuchen. Die Kursdauer umfasst 1000 Unterrichtsstunden.

Aufbau der Integrationskurse mit Alphabetisierung:

Module 1-9: Sprachkurs (900 Unterrichtsstunden)
 Modul 10: Kurs „Leben in Deutschland“ (100 Stunden)

NEUE ALPHABETISIERUNGSKURSE FÜR ANFÄNGER/-INNEN

Hier finden Sie die Anfängerkurse, die wir im Frühjahrssemester neu beginnen. Eine komplette Übersicht der laufenden Kurse finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-essen.de

Integrationskurs mit Alphabetisierung, Modul 1

- **221.4F531C** Maria Friedrich / Nicole Pelletier
 montags bis donnerstags, 12.40-16.40 Uhr
 Beginn 25. April, 20 Termine,
 Beratung erforderlich, VHS

WIEDERHOLER

Integrationskurs mit Alphabetisierung, Wiederholer, Modul 1

- **221.4F521C** Hatice Bagci / Sebastian Lukasz Florczyk
 montags bis freitags, 9.10-12.20 Uhr
 Beginn 28. März, 25 Termine, Beratung erforderlich, VHS

KURSE UND PRÜFUNGEN „LEBEN IN DEUTSCHLAND“

Am Ende eines Integrationskurses beschäftigen sich die Teilnehmenden intensiv mit der politischen Struktur und der Demokratie sowie der Geschichte Deutschlands. Zum Abschluss legen sie eine Prüfung ab und erhalten bei erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat. Auch externe Teilnehmende können sich zu den Kursen und Prüfungen anmelden. Wir beraten Sie gern!

Prüfungsgebühr für externe Teilnehmende 25 €
 Über Termine und verfügbare Plätze informieren wir Sie gern!



Beratung / Pädagogische Assistenz
 Eric Peyron Huertas
 eric.peyron-huertas@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43213
 Nähere Informationen siehe Seite 87

Prüfung „Leben in Deutschland“

- **221.4F308C** N. N.
 Mittwoch, 25. März, 10.00-12.30 Uhr,
 Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F318C** N. N.
 Dienstag, 3. Mai, 10.30-12.00 Uhr,
 Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F511C** N. N.
 Mittwoch, 6. April, 10.00-11.30 Uhr,
 Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F328C** N. N.
 Donnerstag, 23. Juni, 15.00-16.30 Uhr,
 Beratung erforderlich, VHS

Sie können sich auch online anmelden unter www.vhs-essen.de.



TELC ZERTIFIKATE DEUTSCH-TEST FÜR ZUWANDERER

Der Deutsch-Test für Zuwanderer ist eine skalierte Zertifikatsprüfung auf den Niveaustufen A2 bis B1. Zuwanderer, die in Deutschland eine Niederlassungserlaubnis oder die Einbürgerung beantragen möchten, müssen Sprachkenntnisse auf der Stufe B1 nachweisen. Der Deutsch-Test für Zuwanderer wird hierfür anerkannt, wenn sie die Stufe B1 erreichen.

Die Prüfungsgebühr beträgt 120 € für Teilnehmende der VHS Essen und 150 € für externe Teilnehmende. Der Anmeldeschluss ist immer 4 Wochen vor dem Prüfungstermin.

Deutsch-Test für Zuwanderer

- **221.4F913C** N. N.
Freitag, 25. Februar, 9.00-18.00 Uhr,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F914C** N. N.
Freitag, 25. Februar, 9.00-18.00 Uhr,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F915C** N. N.
Freitag, 11. März, 9.00-18.00 Uhr,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F917C** N. N.
Freitag, 20. Mai, 9.00-18.00 Uhr,
Beratung erforderlich, VHS
- **221.4F918C** N. N.
Freitag, 24. Juni, 9.00-18.00 Uhr,
Beratung erforderlich, VHS



TELC ZERTIFIKAT DEUTSCH B1

telc Zertifikat Deutsch B1

Sie haben bereits Kurse der Stufen A1 bis B1 erfolgreich absolviert und verfügen über entsprechende Sprachkenntnisse.

Einen Vorbereitungskurs finden Sie auf der Seite 91

- **221.4F957A** N.N.
Dienstag, 22. März, 9:00-18:00 Uhr, 150 €, VHS
Anmeldeschluss: 14. Februar 2022
- **221.4F958A** N.N.
Dienstag, 14. Juni, 9:00-18:00 Uhr, 150 €, VHS
Anmeldeschluss: 29. April 2022

TELC ZERTIFIKAT DEUTSCH B2

telc Zertifikat Deutsch B2

Sie haben bereits Kurse der Stufen A1 bis B2 erfolgreich absolviert oder verfügen über entsprechende Sprachkenntnisse. Mit dem telc Zertifikat B2 erwerben Sie einen qualifizierten Nachweis über Ihre Kenntnisse. Einen Vorbereitungskurs finden Sie auf der Seite 93

- **221.4F965D** N. N.
Mittwoch, 22. Juni, 9:00-18:00 Uhr,
200 €, VHS
Anmeldeschluss: 9. Mai 2022



FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220

1

2

3

4

5

6

Sprachen

- Fremdsprachen

Inhaltsverzeichnis:

4G ENGLISCH

Landeskunde auf Englisch	101
Business English Kompakt	101
5 Day intensive courses	101
Business skills compact	102
English online	103
Grammatik pur!	104
Englisch auffrischen	104
Englisch Grundkurse	105
English Conversation and more	105
Englisch Conversation	106
Englisch ab 60	107

4H FRANZÖSISCH

Einzelveranstaltungen	109
Sommerkurse	109
Standardkurse A1	109
Auffrischkurse A1	109
Standardkurse A2	110
Auffrischkurse A2	110
Standardkurse B1	110
Auffrischkurse B1	110

Konversationskurse	111
Französisch für Senioren/-innen	111

4K ITALIENISCH

Sommerkurse	111
Standardkurse	112
Auffrischkurse	112
Standardkurse	112
Konversationskurse	113

4M BOSNISCH / KROATISCH / SERBISCH

Balkan Singen	114
---------------------	-----

4N NIEDERLÄNDISCH

Bildungsurlaub	114
Niederländisch am Wochenende	114
Standardkurse	115
Konversation	116

4P PORTUGIESISCH

Schnupperkurse	117
Standardkurse	117

4Q RUSSISCH

Standardkurse	118
---------------------	-----

4S SPANISCH

Spanisch Vorträge	118
Spanisch Workshops	119
Bildungsurlaub	119
Standardkurse A1	120
Auffrischkurse A1	122
Standardkurse A2	122
Auffrischkurse A2	123
Standardkurse B1	124
Auffrischkurse B1	124
Konversationskurse	126
Spanisch für Seniorinnen und Senioren ..	126

TÜRKISCH

Standardkurse	126
---------------------	-----

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Dr. Johanna Hellermann

**Französisch • Italienisch •
Portugiesisch**

Programmbereichsleiterin:
Dr. Johanna Hellermann
Raum 4.23
☎ 0201 88-43214
johanna.hellermann@
vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10-12 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Vanessa Bergmann
Raum 3.28
☎ 0201 88-43223
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Katharina Graner

Spanisch

Programmbereichsleiterin:
Katharina Graner
Raum 5.26
☎ 0201 88-43203
katharina.graner@
vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10-12 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Vanessa Bergmann
Raum 3.28
☎ 0201 88-43223
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Stephan Rinke

**Englisch •
Digitalisierung / Erweiterte
Lernwelten**

Programmbereichsleiter:
Stephan Rinke
Raum 2.23
☎ 0201 88-43220
stephan.rinke@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Vanessa Bergmann
Raum 3.28
☎ 0201 88-43223
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Heike Reintanz-Vanselow

**Kroatisch • Niederländisch •
Russisch • Türkisch**

Programmbereichsleiterin:
Heike Reintanz-Vanselow
Raum 3.27
☎ 0201 88-43222
heike.reintanz@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Vanessa Bergmann
Raum 3.28
☎ 0201 88-43223
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

1

2

3

4

5

6

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen

www.vhs.link/ger

Das können Sie am Ende der Stufen:

Kompetente Sprachverwendung	C2	<ul style="list-style-type: none"> alles, was er/sie liest oder hört kann mühelos verstanden werden sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken alle Sachverhalte können zusammengefasst und wiedergegeben werden alle Bedeutungsnuancen in Texten können deutlich gemacht werden
	C1	<ul style="list-style-type: none"> anspruchsvolle Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen sich spontan und fließend ausdrücken die Sprache in fast allen Bereichen des Lebens wirksam und flexibel gebrauchen sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern
Selbstständige Sprachverwendung	B2	<ul style="list-style-type: none"> die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen verstehen sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben
	B1	<ul style="list-style-type: none"> die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet sich zusammenhängend zu bekannten Themen und persönlichen Interessengebieten äußern über Erfahrungen und Erlebnisse berichten, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen geben
Elementare Sprachverwendung	A2	<ul style="list-style-type: none"> Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die sich auf Bereiche von ganz unmittelbarer Bedeutung beziehen sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über geläufige Dinge geht mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge, die konkret zum täglichen Leben gehören, beschreiben
	A1	<ul style="list-style-type: none"> vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden sich und andere vorstellen, anderen Personen Fragen zu ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen

4G ENGLISCH



Beratung / Programmbereichsleiter
 Stephan Rinke
 stephan.rinke@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43220
Anmeldung
 Vanessa Bergmann
 vanessa.bergmann@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43223
 Nähere Informationen siehe Seite 99

LANDESKUNDE AUF ENGLISCH

Why I love ... Canada!

Imke Sumfleth teaches both English and French at VHS Essen and has spent considerable time in Canada. Her talk explains why she has fallen in love with the second-largest country in the world. She will present interesting information about Canada's history, culture and geography as well as a personal account of what it's like to live in the land of maple syrup, bears, multilingualism and arguably the most attractive state leader in the world. If your English comprehension level is at least A2+/B1, you should have no problem following Imke's presentation.

- **221.4G001E** Imke Sumfleth
 Donnerstag, 31. März, 19:00-20:30 Uhr,
 8 €, VHS

Die Windsors – eine deutsche Dynastie?

Siehe **221.2B180E**, Seite 36

BUSINESS ENGLISH KOMPAKT

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Überlebenstraining Business English A2 Wochenendkurs

In Ihrem Büroalltag benötigen Sie immer häufiger Englisch, aber es ist lange her, seit Sie es gelernt oder angewendet haben? Für einen Kurs findet sich aber auch nie Zeit? Nach diesem Wochenende verfallen Sie nicht mehr in Panik, wenn Sie am Telefon Englisch sprechen müssen. Sie können englische E-Mails schreiben und beantworten. Mit ausländischen Besuchern gehen Sie angemessen um, denn Sie können mit ihnen informelle Gespräche führen und sie sogar zu einem Geschäftsessen ausführen. Der Kurs ist geeignet für den Kenntnisstand ab Niveau A2. Für ein Handout werden bei der Veranstaltung €5,- erhoben.

- **221.4G115E** Ortrud Hippe
 Samstag/Sonntag, 2./3. April, 9:00-16:00 Uhr,
 16 Ustd., 90 €, VHS

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Job interviews and applications in English – Wochenendkurs

Sie verfügen über Englischkenntnisse auf dem Niveau B1 oder höher, haben in Beruf oder Studium zumindest gelegentlich mit Englisch zu tun und wollen sich nun bei einem internationalen Unternehmen bewerben? Keine Sorge – dieser Workshop ist ein Job Coaching und bereitet Sie optimal vor. Bitte bringen Sie einen Lebenslauf mit (oder erstellen Sie einen fiktiven als Arbeitsgrundlage), denn es sind praktische Übungen geplant, damit Sie im Ernstfall überzeugen können. Tablet und Laptop können gern mitgebracht werden. Für ein Handout werden bei der Veranstaltung €5,- erhoben.

- **221.4G116E** Ortrud Hippe
 Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 9:00-16:00 Uhr,
 16 Ustd., 90 €, VHS

Successful presentations in English – Wochenendkurs

Der Workshop wendet sich an Interessenten, deren Englischkenntnisse mindestens auf dem Niveau B1 liegen. Wer im Beruf oder Studium die Sprache zumindest gelegentlich benötigt, sich aber vor Präsentationen in englischer Sprache scheut, ist hier richtig. Im Workshop werden angemessener Wortschatz und Phrasen erlernt und praktisch eingeübt, aber der Ansatz ist ganzheitlich: Es geht auch um Präsentationsmethoden, -techniken sowie Auftreten und kulturelle Unterschiede. Tablet und Laptop können gern mitgebracht werden. Für ein Handout werden bei der Veranstaltung €5,- erhoben.

- **221.4G118E** Ortrud Hippe
 Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
 9:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 90 €, VHS

5 DAY INTENSIVE COURSES

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

English Refresher B1 Business – Boot Camp (1. Hälfte)



In unserem English Boot Camp werden Sie innerhalb einer Woche fit gemacht! Sie wiederholen die wichtigsten Grammatikstrukturen, erweitern Ihren Wortschatz und üben gängige Situationen in Beruf und Alltag. Voraussetzung: Sie haben in der Realschule Englisch gelernt, die Sprache aber seitdem kaum gebraucht und erreichen beim **B1 Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis zwischen 20 und 40 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden.

Lehrbuch: in company 3.0: Pre-Intermediate / Student's Book, Hueber/Macmillan, ISBN 978-3194029811

- **221.4G122E** Frank Rehfeldt
 Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
 9:30-16:00 Uhr, 5 Termine, 219 €, VHS

English Refresher B1 Business – Boot Camp (2. Hälfte)



Sie haben schon die erste Hälfte des English Boot Camp besucht und wollen das Lehrwerk zu Ende bearbeiten. Sie sind ebenfalls richtig hier, wenn Sie den Kurs „English Refresher B1 – 1. Semester“ besucht oder entsprechende Vorkenntnisse haben! Typischerweise erreichen Sie beim **B1 Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 45 bis 60 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden.

Lehrbuch: in company 3.0: Pre-Intermediate / Student's Book, Hueber/Macmillan, ISBN 978-3194029811, ab Lektion 11

- **221.4G124E** Frank Rehfeldt
 Montag bis Freitag, 22. bis 26. August,
 9:30-16:00 Uhr, 5 Termine, 219 €, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!

www.facebook.com/vhsessen

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
 Stephan Rinke
 stephan.rinke@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43220
 Anmeldung
 Vanessa Bergmann
 vanessa.bergmann@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43223
 Nähere Informationen siehe Seite 99

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2

English Refresher B2 Business – Boot Camp (1. Hälfte)

Bildungsurlaub

In unserem English Boot Camp werden Sie innerhalb einer Woche fit gemacht! Sie wiederholen Grammatik, erweitern Ihren Wortschatz und üben freie Rede in einer Vielzahl an Themenbereichen. Voraussetzung: Sie haben bis zum Abitur Englisch gelernt und erreichen beim **B1 Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 75 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden.

Lehrbuch: in company 3.0: Intermediate / Student's Book, Hueber/Macmillan ISBN 978-3-19-432981-2

- **221.4G130E** Kirsten Grunau-Endemann
 Montag bis Freitag, 2. bis 6. Mai,
 9:30-16:00 Uhr, 5 Termine, 219 €, VHS

English Refresher B2 Business – Boot Camp (2. Hälfte)

Bildungsurlaub

Sie haben schon die erste Hälfte des English Boot Camp besucht und wollen den Rest des Lehrwerks zu Ende bearbeiten. Wenn Sie den Kurs „English Refresher B2 – 1. Semester“ besucht oder entsprechende Vorkenntnisse haben, sind Sie auch richtig hier. Typischerweise erreichen Sie beim **Quick Placement Test** auf www.bit.ly/businessplacement ein Ergebnis zwischen 40 und 45 Punkten.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden.

Lehrbuch: in company 3.0: Intermediate / Student's Book, Hueber/Macmillan, ISBN 978-3-19-432981-2, ab Lektion 11

- **221.4G132E** Kirsten Grunau-Endemann
 Montag bis Freitag, 16. bis 20. Mai,
 9:30-16:00 Uhr, 5 Termine, 219 €, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1/B2

English for Socialising and Small Talk Intensive Course

Bildungsurlaub

Häufig sind es die vermeintlich informellen Situationen mit Kollegen und Kunden, die zum Geschäftserfolg beitragen. Dieser Kurs ist ideal für alle, die sich in einem beruflichen Kontext selbstbewusst unterhalten wollen, sei es z. B. während der Kaffeepause, auf Messen oder beim Abendessen. Typischerweise erreichen Sie beim **B1 Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 75 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehrbuch: Networking in English. Student's Book with Audio-CD, Hueber/Macmillan, ISBN 978-3-19-072884-8

- **221.4G140E** N. N.
 Montag bis Freitag, 2. bis 6. Mai,
 9:05-15:50 Uhr, 5 Termine, 144 €, VHS

BUSINESS SKILLS COMPACT

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2/B1

Business English Compact: Emails (A2/B1)

In diesem Kurs lernen Teilnehmende mit aktuellen Haupt- oder aufzufrischenden Realschulvorkenntnissen, wie man im Berufsleben korrekt E-Mails auf Englisch verfasst. Es werden unter anderem folgende Themen behandelt: korrekte Anrede, Begrüßungen und Abschlussformeln, Informationen einholen und geben, um Erledigung von Aufgaben bitten (inkl. Deadline, etc.), Termine verabreden und Beschwerden. Typischerweise erreichen Teilnehmende beim **A2 Einstufungstest** auf www.vhs.link/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 80 Prozent.

Lehrbuch: English for Emails, Cornelsen, ISBN 978-3-464-20575-4

- **221.4G150E** Ortrud Hippe
 donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 24. Februar, 5 Termine, 40 €
 Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen



Business English Compact: Telephoning (A2/B1)

In diesem Kurs lernen Teilnehmende mit aktuellen Haupt- oder aufzufrischenden Realschulvorkenntnissen, wie man im Berufsleben erfolgreich Telefonate führt. Es werden unter anderem folgende Themen behandelt: Anrufe beantworten und verbunden werden, Anrufende verbinden und „vertrösten“, Small Talk, Termine vereinbaren, Informationen überprüfen, Nachrichten auf Mailboxen hinterlassen. Typischerweise erreichen Teilnehmende beim **A2 Einstufungstest** auf www.vhs.link/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 80 Prozent.

Lehrbuch: English for Telephoning, Cornelsen, ISBN 978-3-464-20577-8

- **221.4G152E** Ortrud Hippe
 donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 7. April, 5 Termine, 40 €
 Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

Business English Compact: Socialising and Small Talk (A2/B1)

In diesem Kurs lernen Teilnehmende mit aktuellen Haupt- oder aufzufrischenden Realschulvorkenntnissen, sich in informellen Situationen zu unterhalten, sei es in der Kaffeepause, beim Geschäftsessen oder bei einer Verabschiedung. Dazu werden die notwendigen Gesprächsstrategien und Redewendungen abwechslungsreich in Übungen und Rollenspielen behandelt. Typischerweise erreichen Teilnehmende beim **A2 Einstufungstest** auf www.vhs.link/einstufungvhs ein Ergebnis von mindestens 80 Prozent.

Lehrbuch: English for Socializing and Small Talk, Cornelsen, ISBN 978-3-464-20576-1

- **221.4G154E** Ortrud Hippe
 donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 26. Mai, 5 Termine, 40 €
 Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen

ENGLISH ONLINE

Hello statt Hellau – Online-Rosenmontag zum Englisch lernen

Ein Angebot für alle Nichtjucken, die den Tag nutzen wollen, um ihre Englischkenntnisse aufzufrischen

Wir lesen einen passenden Text, stürzen uns in die englischen Zeiten anstatt Kamelle und lernen ein paar schöne Redewendungen kennen.

Und damit die Zeit am Bildschirm nicht zu anstrengend wird, arbeiten wir in lockerer Atmosphäre und mit großzügigen Pausen (ca. 10:30 – 11:00, 12:30 – 14:00 Uhr und nach Bedarf)

Typischerweise erreichen Sie beim B1-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Testergebnis zwischen 65 und 90 Prozent.

Der Online-Kurs wird mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Hierfür benötigen Sie idealerweise einen PC mit Headset und Webcam. Die Teilnahme ist aber auch mit einem Tablet und Tastatur möglich. Testen, ob Ihre Geräte mit Zoom funktionieren, können Sie hier: www.zoom.us/test und hilfreiche Tipps zu Zoom finden Sie unter <http://david.roethler.at/kurzanleitung-zu-zoom-us/>

- **221.4G155E** Kirsten Grunau-Endemann
Montag, 28. Februar, 9:00-16:15 Uhr, 30 €

Keep Your English Going Online A2

Sie haben bis vor Kurzem oder bis zum Lockdown Englisch gelernt und wollen sicherstellen, dass Ihre Kenntnisse nicht einrosten? Oder Sie haben einfach Lust und Zeit, Ihre Englischkenntnisse frisch zu halten?

Dann ist dieser Online-Kurs der richtige für Sie!

Einmal pro Woche treffen Sie sich im Online-Kursraum, um gemeinsam und interaktiv ihre Englischkenntnisse auf dem Laufenden zu halten. Für die Zeit zwischen den Sitzungen wird Ihnen Online-Material zur Vor- und Nacharbeit zur Verfügung gestellt.

Typischerweise erreichen Sie beim A2-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Testergebnis zwischen 50 und 90 Prozent.

Der Online-Kurs wird mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Hierfür benötigen Sie idealerweise einen PC mit Headset und Webcam. Die Teilnahme ist aber auch mit einem Tablet und Tastatur möglich. Testen, ob Ihre Geräte mit Zoom funktionieren, können Sie hier: <https://zoom.us/test> und hilfreiche Tipps zu Zoom finden Sie unter <http://david.roethler.at/kurzanleitung-zu-zoom-us/>

- **221.4G202E** Kirsten Grunau-Endemann
montags, 18:15-19:45 Uhr
Beginn 14. März, 12 Termine, 101 €

Keep Your English Going Online B1

Sie haben bis vor Kurzem oder bis zum Lockdown Englisch gelernt und wollen sicherstellen, dass Ihre Kenntnisse nicht einrosten? Oder Sie haben einfach Lust und Zeit, Ihre Englischkenntnisse frisch zu halten?

Dann ist dieser Online-Kurs der richtige für Sie!

Einmal pro Woche treffen Sie sich im Online-Kursraum, um gemeinsam und interaktiv ihre Englischkenntnisse auf dem Laufenden zu halten. Für die Zeit zwischen den Sitzungen wird Ihnen Online-Material zur Vor- und Nacharbeit zur Verfügung gestellt.

Typischerweise erreichen Sie beim B1-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Testergebnis zwischen 40 und 80 Prozent.

Der Online-Kurs wird mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Hierfür benötigen Sie idealerweise einen PC mit Headset und Webcam. Die Teilnahme ist aber auch mit einem Tablet und Tastatur möglich. Testen, ob Ihre Geräte mit Zoom funktionieren, können Sie hier: <https://zoom.us/test> und hilfreiche Tipps zu Zoom finden Sie unter <http://david.roethler.at/kurzanleitung-zu-zoom-us/>

- **221.4G204E** Imke Sumfleth
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 24. Februar, 14 Termine, 118 €



WELCHER SPRACHKURS?

Mit Hilfe der Einstufungstest auf unserer Homepage können Sie Ihre Vorkenntnisse gut einschätzen und einen passenden Sprachkurs wählen. Gerne beraten Sie auch unsere Programmabereichsleiter. Tests und Kontaktdaten finden Sie auf:

www.vhs-essen.de/sprachen-angebot.htm

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
 Stephan Rinke
 stephan.rinke@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43220
 Anmeldung
 Vanessa Bergmann
 vanessa.bergmann@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43223
 Nähere Informationen siehe Seite 99

Keep Your English Going Online B1+/B2

Sie haben bis vor Kurzem oder bis zum Lockdown Englisch gelernt und wollen sicherstellen, dass Ihre Kenntnisse nicht einrosten? Oder Sie haben einfach Lust und Zeit, Ihre Englischkenntnisse frisch zu halten?

Dann ist dieser Online-Kurs der richtige für Sie!

Einmal pro Woche treffen Sie sich im Online-Kursraum, um gemeinsam und interaktiv Ihre Englischkenntnisse auf dem Laufenden zu halten. Für die Zeit zwischen den Sitzungen wird Ihnen Online-Material zur Vor- und Nacharbeit zur Verfügung gestellt.

Typischerweise erreichen Sie beim B1-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Testergebnis über 80 Prozent.

Der Online-Kurs wird mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Hierfür benötigen Sie idealerweise einen PC mit Headset und Webcam. Die Teilnahme ist aber auch mit einem Tablet und Tastatur möglich. Testen, ob Ihre Geräte mit Zoom funktionieren, können Sie hier: <https://zoom.us/test> und hilfreiche Tipps zu Zoom finden Sie unter <http://david.roethler.at/kurzanleitung-zu-zoom-us/>

- **221.4G206E** Kirsten Grunau-Endemann
 mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
 Beginn 2. März, 12 Termine, 101 €
 (Brückenkurs)
- **221.4G207E** Kirsten Grunau-Endemann
 mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
 Beginn 8. Juni, 3 Termine, 26 €

Der schnellste Weg zum Englischkurs:
www.bit.ly/einstufung

IHRE ANMELDUNG – EINFACH UND SCHNELL:

online	unter www.vhs-essen.de
schriftlich	per Anmeldekarte, siehe letzte Seite des Programmheftes
persönlich	in der VHS

GRAMMATIK PUR!

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Simply Grammar – Das englische Zeiteinsystem erklärt – Level A2

Simple Past oder Present Perfect, Futur Präsens oder Futur Perfekt, oder doch „ing“-Form? Vieles in der englischen Grammatik ist einfach zu lernen, doch gerade beim Zeiteinsystem haben viele Menschen Schwierigkeiten. Der Kompaktkurs wiederholt die wichtigsten Regeln und Sie lernen, wie man typische Fehler vermeidet.

Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben.

Sollte der Kurs coronabedingt nicht in Präsenz stattfinden können, wird er als Online-Kurs mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Durchführung in Präsenz als auch für die Online-Variante!

- **221.4G210E** Imke Sumfleth
 dienstags, 16:30-18:00 Uhr
 Beginn 15. Februar, 5 Termine, 29 €, VHS

Simply Grammar – englischer Satzbau erklärt – Level A2

„if“ und „would“, Satz kaputt? If-Sätze, Question Tags und Relative Clauses bereiten vielen Kopfschmerzen. Dabei muss der englische Satzbau nicht schwierig sein, wenn man einige wenige Grundregeln gelernt hat. In diesem Kompaktkurs werden die wichtigsten Regeln des Satzbaus wiederholt und Sie lernen, wie man typische Fehler vermeidet.

Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben.

Sollte der Kurs coronabedingt nicht in Präsenz stattfinden können, wird er als Online-Kurs mit der Videokonferenzsoftware Zoom durchgeführt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Durchführung in Präsenz als auch für die Online-Variante!

- **221.4G212E** Imke Sumfleth
 dienstags, 16:30-18:00 Uhr
 Beginn 22. März, 5 Termine, 29 €, VHS

ENGLISCH AUFFRISCHEN

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

English Refresher A2 – 1. Semester

Sie haben in der Hauptschule Englisch gelernt, aber vieles vergessen. In diesem Kurs wiederholen Sie innerhalb eines Studienjahres das früher Gelernte von Anfang an. Wenn Sie beim **A2-Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis zwischen 30 und 50 Prozent erreichen, können Sie sich auch ohne vorherige Beratung anmelden.

Lehrbuch: Brush up A2: Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, Hueber, ISBN: 978-3190029365

- **221.4G220E** Imke Sumfleth
 dienstags, 18:20-19:50 Uhr
 Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

English Refresher B1 – 1. Semester

Sie haben vor einiger Zeit, z. B. in der Realschule, Englisch gelernt. Die Sprache haben Sie seitdem nur selten gebraucht und Sie möchten Ihre Kenntnisse wieder auffrischen. In diesem Kurs mit einem Unterrichtstermin pro Woche aktivieren Sie wieder Grammatik, Wortschatz und Kommunikationsfähigkeit. Typischerweise erreichen Sie beim **B1-Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis zwischen 30 und 50 Prozent.

Lehrbuch: Brush up B1: Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3190029372

- **221.4G230E** N. N.
 donnerstags, 18:10-19:40 Uhr
 Beginn 17. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

English Refresher B1 – 2. Semester

Sie setzen die Arbeit des vergangenen Semesters fort. Wenn Sie Vorkenntnisse aus der Realschule haben und beim **B1-Einstufungstest** auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Ergebnis zwischen 40 und 65 Prozent erreichen, können Sie in diesen Kurs einsteigen.

Lehrbuch: Brush up B1: Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3190029372, ab Lektion 7

- **221.4G232E** Frank Rehfeldt
 mittwochs, 18:10-19:40 Uhr
 Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2

English Refresher B2 – 1. Semester

Sie haben vor einiger Zeit, z. B. bis zum Abitur, Englisch gelernt. Die Sprache haben Sie seitdem nur selten gebraucht und Sie möchten Ihre Kenntnisse wieder auffrischen. In diesem Kurs mit einem Unterrichtstermin pro Woche aktivieren Sie wieder Grammatik, Wortschatz und Kommunikationsfähigkeit. Typischerweise erreichen Sie beim **B1-Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis zwischen 70 und 90 Prozent.

Lehrbuch wird bekannt gegeben.

- **221.4G240E** Ortrud Hippe
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

ENGLISCH GRUNDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

English Starter für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Nur wenn Sie **überhaupt keine** Vorkenntnisse in Englisch haben und die Sprache systematisch erlernen wollen, ist dieser Kurs das Richtige für Sie. Er vermittelt wichtige Grundstrukturen und übt vor allem Verstehen und Sprechen.

Lehrbuch: Ready Steady Go for it! Starter, Hueber, ISBN 978-3-19-002941-9

- **221.4G304E** N. N.
mittwochs, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

English Basic A1 – 1. Semester

Sie haben bereits den Kurs English Starter im letzten Semester belegt oder entsprechende Vorkenntnisse und möchten diese weiter ausbauen. Wenn Sie bereits Englischunterricht in der Schule hatten, ist sehr wahrscheinlich ein Refresher Kurs besser geeignet für Sie (siehe S. 104). Typischerweise erreichen Sie beim **A1-Einstufungstest** auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Ergebnis zwischen 10 und 30 Prozent.

Lehrbuch: Ready Steady Go for it! Starter, Hueber, ISBN 978-3-19-002941-9, ab Lektion 4

- **221.4G308E** Jürgen Jost
montags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

English Basic A1 – 2. Semester

Sie haben den Kurs „English Basic A1 – 1. Semester“ belegt oder Englisch vor einiger Zeit in Englisch-Anfängerkursen gelernt. In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Kenntnisse und erarbeiten sich die Niveaustufe A1. Wenn Sie beim **A1-Einstufungstest** auf <https://www.vhs-essen.de/einstufung> ein Ergebnis zwischen 50 und 70 Prozent erreichen, können Sie sich auch ohne vorherige Beratung anmelden.

Lehrbuch: Go for it! A1 Kursbuch + Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs, Hueber, ISBN 978-3-19-002938-9. ab Lektion 7

- **221.4G310E** Jürgen Eickmann
donnerstags, 17:50-20:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 122 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

English Basic A2.1 – 1. Semester

Sie haben den Kurs „English Basic A1“ abgeschlossen oder Englisch vor einiger Zeit in Englisch-Anfängerkursen gelernt. Wenn Sie beim **A1-Einstufungstest** auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Ergebnis über 75 Prozent erreichen, können Sie sich auch ohne vorherige Beratung anmelden.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4G314E** Martin Kuhna
mittwochs, 17:50-20:10 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 122 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

English Basic B1.2 – 2. Semester

Sie haben den Kurs „English Basic B1.2 – 1. Semester“ besucht oder entsprechende Vorkenntnisse (z. B. aktuelle Realschulkenntnisse). In diesem Kurs setzen Sie die Arbeit des vergangenen Semesters fort. Typischerweise erreichen Sie beim **B1-Einstufungstest** auf www.bit.ly/einstufungvhs ein Ergebnis zwischen 55 und 75 Prozent.

Lehrbuch: Network Now B1.2, Klett, ISBN 978-3-12-605124-8, ab Lektion 2/3

- **221.4G440E** Andreas Schöneich
dienstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: C1

English Advanced C1 Consolidation

Sie haben den Kurs „English Advanced C1 Consolidation“ besucht oder sehr gute aktuelle Abiturvorkenntnisse. In diesem Kurs erarbeiten Sie die zweite Hälfte der Stufe C1 des gemeinsamen europäischen Referenzrahmens und sichern Ihr Wissen. Typischerweise erreichen Sie beim **„Quick Placement Test“** auf www.insideout.net/new/resources/place-ment-tests ein Ergebnis zwischen 57 und 60 Punkten.

Lehrbuch: Key C1 Kursbuch mit CD, Cornelsen, ISBN 978-3-06-020828-9, ab Lektion 2 (Part B)

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

- **221.4G560E** Annette Hilkenmeier
donnerstags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 17. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

ENGLISH CONVERSATION AND MORE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1+

The New English Club (B1-C1)

The New English Club is for all who want to make new friends and chat away an evening in a lively and relaxed atmosphere. If you are interested in the English-speaking world, drop by and join the crowd!

The following sessions have already been planned:

17 February: Learning for Life – How We Educate Ourselves

17 March: Lively and Energetic or Hysterical and Bossy – How Gender Shapes our World

31 March: Living Life to the Full – People We Admire

12 May: Alive and Kicking – What Keeps us Happy and Healthy

9 June: Live Performances – Why We Love Artists, Musicians, Stand-up Comedians...

- **221.4G600E** Karmen Heup
Donnerstag, 17. Februar, 18:10-19:40 Uhr
Donnerstag, 17. März, 18:10-19:40 Uhr
Donnerstag, 31. März, 18:10-19:40 Uhr
Donnerstag, 12. Mai, 18:10-19:40 Uhr
Donnerstag, 9. Juni, 18:10-19:40 Uhr,
10 Ustd., 27 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Let's Talk Now A2

Bevor Sie sich an die Niveaustufe B1 herantrauen, können Sie in diesem Kurs erst Ihre Kenntnisse auf der Stufe A2 festigen und Sprechsicherheit erlangen.

Wenn Sie über entsprechende Englischkenntnisse verfügen, können Sie auch in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie vor Anmeldung auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie beim A2-Test ein Ergebnis zwischen 70 und 90 Prozent.

Lehrwerk: Let's Talk Now A2 Basic Conversation in English, Klett, ISBN 978-3-12-605555-0

- **221.4G610E** Andreas Schöneich
montags, 16:40-18:10 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2

Conversation and more

By listening, reading and discussing texts about cultural/societal issues, short stories and poems, this course improves your English on an advanced level. Participants are welcome to contribute additional material on a variety of topics.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

- **221.4G612E** Martin Kuhna
montags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Texts and Conversation B2

Basing our conversations on topical texts and events, we aim to enable everyone to take part in interesting and lively discussions. If you have reached level B2 of the Common European Framework for Languages you can join us!

- **221.4G620E** Catherine Kuebart
donnerstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 17. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS



ENGLISCH CONVERSATION

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1/B2

English Conversation B1/B2

By reading and discussing texts on a wide range of topics from the British and American press as well as short fictional texts, participants can enrich and develop their vocabulary and practical conversation skills. As and when necessary these language skills will be backed up by the relevant grammatical structures.

Using topical texts enables us to keep up with and gain more information on current events in the English-speaking world.

- **221.4G624E** Martin Kuhna
dienstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

English Conversation B1/B2

If you want to improve your spoken English (or just want to make sure you don't lose your language skills) and score between 43 and 54 points in the „Quick Placement Test“ on www.insideout.net/new/resources/placement-tests, this course is right for you.

Newspaper and magazine articles will form the basis for discussions of topical and often controversial subjects involving Britain, America and other English speaking countries, their history, culture, politics and literature.

You will need to provide an email-address so that the texts under discussion can be sent to you in advance. **You will be expected to prepare for course sessions in order to maximise speaking time!**

- **221.4G626E** Anthony Allport
mittwochs, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 111 €
Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen



Beratung / Programmbereichsleiter
Stephan Rinke
stephan.rinke@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43220
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2/C1

English Conversation B2/C1

A mix of multimedia and reading material, both online and offline, will provide the basis for discussions of topical and often controversial subjects. The discussed subjects can involve culture, politics and literature of English-speaking countries such as Britain, America and others, but are also open to global and societal issues of interest to the participants.

Typically participants score between 51 and 60 points in the „Quick Placement Test“ on www.insideout.net/new/resources/placement-tests

You will need to have an email-address so that material under discussion can be sent to you in advance. **You will be expected to prepare for course sessions in order to maximise speaking time!**

- **221.4G646E** Karmen Heup
donnerstags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 17. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

English Conversation B2/C1

If you want to improve your spoken English (or just want to make sure you don't lose your language skills) and score between 51 and 60 points in the „Quick Placement Test“ on www.insideout.net/new/resources/placement-tests, this course is right for you.

Newspaper and magazine articles will form the basis for discussions of topical and often controversial subjects involving Britain, America and other English-speaking countries, their history, culture, politics and literature.

You will need to provide an email-address so that the texts under discussion can be sent to you in advance. **You will be expected to prepare for course sessions in order to maximise speaking time!**

- **221.4G648E** Anthony Allport
mittwochs, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 111 €
Bildungspark Essen, Blücherstr. 1, 45141 Essen



ENGLISCH AB 60

Wenn Sie das 60. Lebensjahr vollendet haben, können Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmenden Ihrer Altersgruppe in langsam fortschreitenden Kursen einmal wöchentlich Englisch lernen. Das gemäßigte Lerntempo lässt Ihnen auch genügend Zeit zum Nacharbeiten des Lernstoffs.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

60 plus | Englisch A1.1

Dieser Kurs ist für Teilnehmende ab 60 Jahren oder mit sehr geringen, wenig praktizierten Englisch-Vorkenntnissen, die sich fundierter mit der Sprache beschäftigen wollen. Nicht das Schreiben oder Grammatik stehen im Mittelpunkt, sondern vielmehr das Sprechen einfacher Sätze in Alltagssituationen.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure A1, Hueber, ISBN 978-3-19-009599-5

- **221.4G700E** N. N.
dienstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

60 plus | Hooray for Holidays: Englisch A1 für die Reise

Sie haben noch nie systematisch Englisch gelernt und wollen sich auf die Kommunikation im Urlaubsland vorbereiten? In diesem Kurs lernen Sie Sprache und Kultur englischsprachiger Länder auf unterhaltsame Art kennen und üben wichtige Redewendungen. Der Fokus liegt auf dem praktischen Anwenden der Sprache und nicht auf Grammatik und Theorie.

Kursbuch: Hooray for Holidays! Neu. Hueber, ISBN 978-3-19-077243-8

- **221.4G702E** Martin Kuhna
mittwochs, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

60 plus | Englisch A1.1 – 2. Semester

Sie haben den Kurs „Englisch A1.1 für Senioren“ besucht und wollen Ihre Kenntnisse weiter ausbauen. Wenn Sie das 60. Lebensjahr überschritten haben, über geringe Englischkenntnisse verfügen und in einem langsam fortschreitenden Kurs Englisch lernen möchten, können Sie in diesen Kurs einsteigen! Typischerweise erreichen Sie beim A1-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Ergebnis zwischen 40 und 50 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure A1, Hueber, ISBN 978-3-19-009599-5, ab Lektion 3

- **221.4G704E** Angelika Berger
mittwochs, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS



60 plus | Englisch A1.1 – 3. Semester

Sie haben den Kurs „Englisch A1.2“ besucht und wollen Ihre Kenntnisse weiter ausbauen. Wenn Sie das 60. Lebensjahr überschritten haben, über geringe Englischkenntnisse verfügen und in einem langsam fortschreitenden Kurs Englisch lernen möchten, können Sie in diesen Kurs einsteigen! Typischerweise erreichen Sie beim A1-Einstufungstest auf www.bit.ly/einstufung ein Ergebnis zwischen 50 und 65 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure A1, Hueber, ISBN 978-3-19-009599-5, ab Lektion 6

- **221.4G708E** Imke Sumfleth
freitags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS
- **221.4G710E** Jürgen Jost
montags, 14:30-16:00 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

60 plus | Englisch A1.2

Sie haben den Kurs „Englisch A1.1 – 2. Semester“ besucht und wollen in diesem Kurs die Niveaustufe A1 abschließen. Wenn Sie das 60. Lebensjahr überschritten haben, über sehr geringe Englischkenntnisse verfügen und in einem langsam fortschreitenden Kurs Englisch lernen möchten, können Sie in diesen Kurs einsteigen! Typischerweise erreichen Sie beim A1-Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung ein Ergebnis zwischen 60 und 75 Prozent.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure A1, Hueber, ISBN 978-3-19-009599-5, ab Lektion 7

- **221.4G712E** Jürgen Jost
donnerstags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

60 plus | Englisch A2.1 – 1. Semester

Sie haben den Kurs „Englisch A1.2“ abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse weiter ausbauen. Wenn Sie das 60. Lebensjahr überschritten haben, über entsprechende Englischkenntnisse verfügen und in einem langsam fortschreitenden Kurs Englisch lernen möchten, können Sie auch in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie in diesem Fall vor Anmeldung mit dem Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie ein Ergebnis zwischen 15 und 30 Prozent.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure A2, Hueber, ISBN 978-3-19-109599-4

- **221.4G720E** Martin Kuhna
donnerstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 17. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS



1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
Stephan Rinke
stephan.rinke@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43220
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

60 plus | Englisch A2.2 – 2. Semester

Stressfrei und in freundlicher Atmosphäre setzen wir in diesem Kurs die Arbeit des vergangenen Semesters fort und erarbeiten uns die Niveaustufe A2. Wer seine Grundkenntnisse der englischen Sprache mit Spaß und gemäßigttem Tempo vertiefen möchte, ist hier richtig. Bitte prüfen Sie in diesem Fall vor Anmeldung mit dem Einstufungstest auf www.bit.ly/einstufungfairway, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: Fairway new A2, Klett, ISBN 978-3-12-501612-5, Lektion 8/9

- **221.4G734E** Andreas Schöneich
dienstags, 15:05-16:35 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!

www.facebook.com/vhsessen

60 plus | Let's Talk Now A2

Bevor Sie sich an die Niveaustufe B1 herantrauen, können Sie in diesem Kurs erst Ihre Kenntnisse auf der Stufe A2 festigen und Sprechsicherheit erlangen. Wenn Sie das 60. Lebensjahr überschritten haben und über entsprechende Englischkenntnisse verfügen, können Sie auch in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie vor Anmeldung auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie beim A2-Test ein Ergebnis zwischen 70 und 90 Prozent.

Lehrwerk: Let's Talk Now A2 Basic Conversation in English, Klett, ISBN 978-3-12-605555-0, ab Lektion 5

- **221.4G735E** Andreas Schöneich
montags, 15:00-16:30 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

60 plus | Englisch B1.1 – 1. Semester

In entspannter Atmosphäre setzen wir unseren Start in das Niveau B1.1 fort.

Gerne können Sie in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie vor Anmeldung auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie beim B1-Test ein Ergebnis zwischen 30 und 45 Prozent. Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure B1 Kursbuch + Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3-19-309599-2, ab Lektion 2

- **221.4G736E** Johannes Steggers
montags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

60 plus | Englisch B1.1 – 2. Semester

In entspannter Atmosphäre arbeiten wir in diesem Kurs weiter auf das Erreichen des Niveaus B1.1 hin. Gerne können Sie in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie vor Anmeldung auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie beim B1-Test ein Ergebnis zwischen 45 und 65 Prozent. Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure B1 Kursbuch + Arbeitsbuch, Hueber, ISBN 978-3-19-309599-2, ab Lektion 6

- **221.4G748E** Johannes Steggers
montags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

60 plus | Englisch B1 Consolidation

Nachdem wir das Lehrwerk Fairway B1 abgeschlossen ist es Zeit, Sicherheit und Selbstbewusstsein auf der Niveaustufe B1 zu erlangen. Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch lesen wir Texte aus Zeitungen, Zeitschriften, Kurzgeschichten und besprechen Songs. Gerne können Sie in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie in diesem Fall vor Anmeldung mit dem Einstufungstest auf www.vhs-essen.de/einstufung, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist. Typischerweise erreichen Sie beim B1-Test ein Ergebnis zwischen 65 und 85 Prozent.

Lehr- und Arbeitsbuch: At your leisure B1: Englisch mit Zeit und Muße, Hueber

- **221.4G754E** Karin Ertl
dienstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Sollte ein Kurs, für den Sie sich interessieren ausgebucht sein, melden Sie sich gerne trotzdem, an. Sie werden dann auf die Warteliste genommen. So können wir sehen, ob es evtl. ausreichend Nachfrage für die Einrichtung eines zusätzlichen Angebotes gibt.

60 plus | Englisch B1 Consolidation

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre englischen Sprachkenntnisse in entspannter Atmosphäre aktivieren und erweitern möchten. Wichtige Grammatikregeln sowie der Wortschatz werden aufgefrischt und erweitert, mündliche Kommunikation wird geübt. Wir arbeiten mit authentischen Zusatzmaterialien, wie Artikeln aus der Zeitschrift 'Spotlight', Kurzgeschichten und Gedichten bzw. Songtexten. Lernziel: Hauptpunkte in Gesprächen verstehen und sich zu vertrauten Themen zusammenhängend äußern zu können, zusammenhängende Texte lesen und schreiben zu können.

Gerne können Sie in diesen Kurs einsteigen. Bitte prüfen Sie in diesem Fall vor Anmeldung mit dem B1-Einstufungstest auf www.bit.ly/einstufungvhs, ob das Niveau des Kurses für Sie passend ist.

Kleingruppenangebot ab 8 Teilnehmenden.

Lehrbuch: At your leisure B1: Englisch mit Zeit und Muße, Hueber, ab Lektion 4

- **221.4G755E** Karin Ertl
montags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

4H FRANZÖSISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Johanna Hellermann
johanna.hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

EINZELVERANSTALTUNGEN

Le tour de la France en chansons – Eine musikalische Reise durch Frankreich – Zum Mitsingen und Zuhören

Siehe Kurs 221.2B090T, Seite 36

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Pâques en France – Ostern in Frankreich – Für Lernende ab A1

In diesem Kurzseminar erhalten Sie auf unterhaltende Weise Einblick in Bräuche und Traditionen rund um das französische Osterfest. Wir vergleichen diese mit unseren eigenen Bräuchen und tauschen uns darüber aus. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der aktiven Sprachanwendung.

- 221.4H000T Urte Kemper
Sonntag, 3. April, 9:30-12:40 Uhr, 10 €, VHS

SOMMERKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Französisch für die Reise – Sommerkurs

Wenn Sie keine Vorkenntnisse in Französisch haben und vor Ihrem Urlaub sprachlich fit werden wollen, ist dieser Kurs der richtige für Sie. Hier erlernen Sie einfache sprachliche Redewendungen für alle typischen Urlaubssituationen und erhalten hilfreiche Tipps sowie interessante Informationen zu Land und Leuten.

Lehrbuch: Vive les vacances! Neu. Französisch für die Reise – Für Einsteiger, Kursbuch mit Audios online, Hueber, ISBN 978-3-19-117243-5

- 221.4H002T Angelika Gabriele Sparla
Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
17:50-20:10 Uhr, 5 Termine, 56 €, VHS

STANDARDKURSE A1

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Französisch A1.1 (1. Semester) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch die französische Sprache erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die Kultur des Landes gegeben.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7, ab Lektion 1

- 221.4H150T Jürgen Eickmann
montags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS
- 221.4H152T Fatiha Mabrou
freitags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS
- 221.4H154T Ingrid Zimmermann
mittwochs, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Online-Einstufungstests Französisch finden Sie unter www.vhs-essen.de/einstufung

Französisch A1.2 (1. Semester) – Online + Moodlebegleitung

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit zwei Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 60 Unterrichtsstunden haben. Der Kurs findet online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon. Selbstlernphasen finden über die Plattform Moodle statt.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7, ab Lektion 6

- 221.4H250T Urte Kemper
dienstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €, online
(Videokonferenz und Moodle)

KONZERTE IN DER VHS: DAS BESONDERE ERLEBNIS

Immer nah dran an den Künstler/innen
und der Musik

Französisch A1.2 (1. Semester) – Kleingruppe

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit zwei Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 60 Unterrichtsstunden haben.

Kleingruppenangebot ab 7 Teilnehmenden. Die Kursgebühr kann daher nicht ermäßigt werden.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7, ab Lektion 6/7

- 221.4H252T Angelika Gabriele Sparla
donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS
- 221.4H254T Anette Höfer (ab Lektion 7)
donnerstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Französisch mit Muße A1.2 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der VHS Französisch lernen und ihre Kenntnisse auf A1-Niveau langsam erweitern möchten. Hier bleibt ausreichend Zeit, grammatische Aspekte zu erlernen und mit Übungen zu vertiefen.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7, ab Lektion 11

- 221.4H270T Anette Höfer
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

AUFRISCHUNGSKURSE A1

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Französisch A1 Grammatik Kompakt

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Französischkenntnisse auf A1-Niveau auffrischen und vertiefen möchten. Hier werden grundlegende Kenntnisse der französischen Sprache in kompakter Form wiederholt. Wichtige Lerninhalte und Redemittel werden durch zahlreiche Übungen vermittelt und aktiv angewandt.

- 221.4H300T Urte Kemper
Samstag, 5. März, 9:00-13:00 Uhr
Samstag, 2. April, 9:00-13:00 Uhr
10 Ustd., 37 €, VHS

1

2

3

4

5

6

STANDARDKURSE A2

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Französisch A2.1 (1. Semester) + Moodlebegleitung – Kleingruppe

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit vier Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 120 Unterrichtsstunden haben.

Kleingruppenangebot ab 7 Teilnehmenden. Die Kursgebühr kann daher nicht ermäßigt werden.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 1/2

- **221.4H350T** Isabelle Bock
donnerstags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Online-Einstufungstests Französisch finden Sie unter www.vhs-essen.de/einstufung

Französisch A2.1 (2. Semester) – Blended Learning (Präsenz + Online)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit fünf Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 150 Unterrichtsstunden haben. Dieser Kurs ist ein Blended-Learning-Angebot. Jeder erste Termin im Monat wird als Präsenzveranstaltung durchgeführt, alle weiteren Termine finden online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 4

- **221.4H370T** Fatiha Mabroul
freitags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS



Französisch A2.2 (1. Semester) – Online

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit sechs Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 180 Unterrichtsstunden haben. Der Kurs findet online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 7

- **221.4H450T** Fatiha Mabroul
dienstags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**

Siehe Seite 169

Französisch A2.2 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit sechs Semestern an der VHS Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 180 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529422-6, ab Lektion 8

- **221.4H452T** Urte Kemper
freitags, 15:00-16:30 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

AUFRISCHUNGSKURSE A2

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Französisch A2 Grammatik Kompakt

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Französischkenntnisse auf A2-Niveau auffrischen und vertiefen möchten. Hier werden grundlegende Kenntnisse der französischen Sprache in kompakter Form wiederholt. Wichtige Lerninhalte und Redemittel werden durch zahlreiche Übungen vermittelt und aktiv angewandt.

- **221.4H500T** Urte Kemper
Samstag, 7. Mai, 9:00-13:00 Uhr
Samstag, 11. Juni, 9:00-13:00 Uhr
10 Ustd., 37 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2/B1

Auffrischkurs Französisch A2+ / B1 – Online

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Französischkenntnisse auf A2+ /B1-Niveau auffrischen und vertiefen möchten. Hier werden grundlegende Kenntnisse der französischen Sprache in kompakter Form wiederholt. Wichtige Lerninhalte und Redemittel werden durch zahlreiche Übungen vermittelt und aktiv angewandt.

Der Kurs findet online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

- **221.4H502T** Urte Kemper
dienstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €

STANDARDKURSE B1

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Französisch B1.2 (1. Semester)

Der Kurs setzt die Arbeit im sechsten Lernjahr fort. Lehrbuch: Voyages neu B1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529431-8, ab Lektion 6

Zusätzliches Hilfsmittel ist die Plattform Padlet.

- **221.4H650T** Isabelle Bock
montags, 10:30-12:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

AUFRISCHUNGSKURSE B1

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Auffrischkurs Französisch B1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die das B1-Niveau bereits erlernt haben, dieses aber mit Hilfe von Übungen festigen und vertiefen möchten.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt.

- **221.4H690T** Ingrid Zimmermann
montags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

KONVERSATIONSKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1/B2

Compréhension et expression orale

Dans le cadre de ce cours vous aurez la possibilité de rafraîchir et entretenir vos connaissances du français et de la civilisation du pays voisin à l'aide d'articles de journaux, de courtes nouvelles, de jeux et d'exercices de vocabulaire et de grammaire.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4H800T** Ingrid Zimmermann
freitags, 10:40-12:10 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Entraînement à la conversation

Nous travaillerons sur des sujets que nous choisissons ensemble (vie quotidienne, actualité, littérature facile, chansons etc.). Notre travail sera accompagné d'une révision des structures grammaticales.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Der Kurs wird mit der Plattform Padlet begleitet.

- **221.4H802T** Isabelle Bock
dienstags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS
- **221.4H804T** Isabelle Bock
dienstags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Entraînement à la conversation – Blended Learning (Präsenz + Online) + Moodlebegleitung

Nous travaillerons sur des sujets que nous choisissons ensemble (vie quotidienne, actualité, littérature facile, chansons etc.). Notre travail sera accompagné d'une révision des structures grammaticales.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben. Der Kurs wird durch die Moodle-Plattform begleitet.

Blended-Learning-Kurs: Die ersten Termine im Februar werden online durchgeführt. Alle weiteren Sitzungen ab März finden in Form von Präsenzunterricht statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Online-Unterricht sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

- **221.4H806T** Isabelle Bock
mittwochs, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Soirée de français

Ces rencontres vous donneront l'occasion de vous entraîner à parler français, d'élargir vos connaissances de la langue et de reprendre ou de rester en contact avec la culture française. Entre les séances, si vous en avez le temps, vous pouvez préparer un sujet qui vous intéresse, faire une lecture facile, écouter les actualités, regarder une émission en français etc. pour que l'on puisse en discuter.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4H808T** Urte Kemper
donnerstags, 19:00-20:30 Uhr
Beginn 3. März, 4 Termine, 30 €
KETTWIG, Theodor-Heuss-Gymnasium,
Hauptstr. 148

À l'écoute de l'actualité

Pour tous ceux qui aiment lire et en parler! Nous abordons les thèmes les plus divers: d'une part des thèmes de l'actualité politique, économique, écologique etc. ...d'autre part des thèmes que nous choisissons dans la littérature actuelle.

- **221.4H810T** André Schneider
donnerstags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 13 Termine, 98 €, VHS

FRANZÖSISCH FÜR SENIOREN/-INNEN

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Französisch A1.1 (2. Semester) – Für Seniorinnen und Senioren

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die das 60. Lebensjahr vollendet haben und bereits seit einem Semester Französisch an der VHS lernen. Ohne Zeitdruck werden in diesem Kurs Grundkenntnisse vertieft.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-529412-7, ab Lektion 5

- **221.4H900T** Anette Höfer
donnerstags, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS



4K ITALIENISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Johanna Hellermann
johanna.hellermann@vhs.essen.de
☎0201 88-43214

Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

EINZELVERANSTALTUNG

Le canzoni di Adriano Celentano – Hommage an ein Lebensgefühl

Siehe Kurs **221.2B090T**, Seite 36

SOMMERKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Sommerkurs: Italienisch

Sie sind vom Urlaubsland Italien begeistert und mögen den Klang der Sprache, sind aber noch unentschlossen, ob Ihnen das Italienische „schmeckt“? Wenn Sie keine Vorkenntnisse in Italienisch haben und vor Ihrem Urlaub sprachlich fit werden wollen, ist dieser Kurs der richtige für Sie. Hier lernen Sie einige Redewendungen, die Ihnen erste „Probierschritte“ ermöglichen. Weniger das Schreiben oder die Grammatik stehen im Vordergrund, sondern das Sprechen einfacher Sätze und das Verstehen von kurzen Hörtexten und Lesetexten, wie etwa Plakaten, Anzeigen und Ankündigungen.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt.

- **221.4K000T** Cristina Schwarz-Dorra
Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
18:40-21:00 Uhr, 5 Termine, 56 €, VHS

Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.

1

2

3

4

5

6



STANDARDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Italienisch A1.1 (1. Semester) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch die italienische Sprache erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die Kultur des Landes gegeben.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 1

- **221.4K150T** Girolamo Felis
montags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS
- **221.4K152T** Angela Thomas
dienstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS
- **221.4K154T** Antonia La Cara-Lenz
mittwochs, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Online-Einstufungstests Italienisch finden Sie unter www.vhs-essen.de/einstufung

Italienisch A1.2 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit zwei Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 60 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 5

- **221.4K250T** Antonia La Cara-Lenz
montags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Italienisch A1.2 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 90 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 7

- **221.4K270T** Antonia La Cara-Lenz
montags, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Italienisch A1.2 (2. Semester) – Online

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 90 Unterrichtsstunden haben. Der Kurs findet online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 8

- **221.4K272T** Edith Gumbinger
mittwochs, 16:20-17:50 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €



Italienisch A1.2 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 90 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere A1, Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-525180-9, ab Lektion 8

- **221.4K274T** Silvia Volpato
montags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

AUFFRISCHUNGSKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Kaffeeklatsch all'italiana – Auffrischungskurs Italienisch A1

Quando la grammatica diventa un gioco...

Dieser Wiederholungskurs richtet sich an Teilnehmende mit A1-Niveau, die ihre Sprachkenntnisse auffrischen und vertiefen möchten. Mit abwechslungsreichen Spielen und Übungen werden im Kurs Grammatik und Wortschatz der ersten Niveaustufe wiederholt. Informationen zu Land und Leuten rund um das Programm ab.

- **221.4K300T** Antonia La Cara-Lenz
dienstags, 14:40-16:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

STANDARDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Italienisch A2.1 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit vier Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 120 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525206-6, ab Lektion 1

- **221.4K350T** Giovanni Musacchia
mittwochs, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Italienisch A2.1 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit fünf Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 150 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525206-6, ab Lektion 3

- **221.4K370T** Andrea Pousset
donnerstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS
- **221.4K372T** Antonia La Cara-Lenz
(ab Lektion 4)
montags, 14:40-16:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Johanna Hellermann
johanna.hellermann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43214
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

Italienisch A2.2 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit sechs Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 180 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbuch: Con piacere A2, Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-525183-0, ab Lektion 6

- **221.4K450T** Edith Gumbinger
freitags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Italienisch A2.2 (2. Semester) – Online

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit sieben Semestern an der VHS Italienisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 210 Unterrichtsstunden haben. Der Kurs findet online (per Video-konferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrbuch: Con piacere A2, Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-525183-0, ab Lektion 7

- **221.4K470T** Edith Gumbinger
mittwochs, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Italienisch B1.2 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit zehn Semestern an der VHS Italienisch lernen.

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-525212-7, ab Lektion 8

- **221.4K670T** Silvia Volpato
montags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Online-Einstufungstests Italienisch finden Sie unter www.vhs-essen.de/einstufung

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2

Italienisch B2.2 (1. Semester)

Questo corso è rivolto a studenti di livello B1 che vogliono „rinfrescare“ e perfezionare le loro competenze arrivando al livello B2.

Lehrbuch: Nuovo espresso 4, Buch mit Audio-CD, B2, Alma Edizioni, ISBN 978-3-19-325466-5, ab Lektion 8

- **221.4K690T** Giovanni Musacchia
mittwochs, 9:10-10:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

KONVERSATIONSKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2+/B1

Una canzone a colazione

Le canzoni esprimono lo spirito dei tempi e riescono a restituire immediatamente il profumo di un'epoca. Questo corso è destinato a studenti che abbiano già una discreta conoscenza della lingua italiana e serve all'approfondimento della lingua attraverso i testi delle canzoni.

- **221.4K700T** Antonia La Cara-Lenz
mittwochs, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Delitto in Piazza del Campo – Corso di lettura A2/B1

Chi ama leggere e praticare il suo italiano imparato? Benvenuti al nostro corso della lettura di un giallo avvincente al livello A2/B1. Seguiamo le tracce del giornalista Paolo Ferretti di un omicidio commesso pochi giorni prima del famoso evento senese del Palio.... Mettiamoci in viaggio al mondo di un giallo all'italiana!

Maria Luisa Banfi, Simona Gavelli: Delitto in Piazza del Campo, CIDEB, ISBN: 9788853000552

- **221.4K702T** Edith Gumbinger
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1/B2

Leggiamo e parliamone – Corso di conversazione B1/B2

In questo corso ci occupiamo del romanzo Borgo sud di Donatella di Pietrantonio. I partecipanti leggeranno autonomamente a casa il testo dal quale prenderemo spunto per una conversazione in classe.

- **221.4K704T** Silvia Volpato
freitags, 9:00-10:30 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Italiano: Pronti, via!

Questo corso si rivolge a partecipanti di livello medio-avanzato (dal livello B1.2) che vogliono imparare e approfondire la lingua italiana per comunicare. Si affrontano in modo strutturato ma divertente diversi aspetti della cultura e della lingua italiana, senza trascurare il lessico e la grammatica. Regolarmente si tratterà anche altro materiale didattico, tratto da articoli giornalistici di attualità o da opere letterarie contemporanee.

- **221.4K706T** Cristina Schwarz-Dorra
donnerstags, 9:00-11:20 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 167 €, VHS

Attualità italiane – Corso di conversazione B2/C1

Questo corso è indirizzato a partecipanti di livello avanzato (B2/C1). Sulla base di testi autentici di diverso genere (quotidiani, brevi racconti, etc.) avremo l'occasione di conversare e riflettere su temi attuali della vita e della cultura italiane ed europee.

- **221.4K708T** Silvia Volpato
freitags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 11. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS

Ein weiterer Konversationskurs hat bereits im September 2021 begonnen. Wenn Sie Vorkenntnisse haben, können Sie in die 2. Hälfte des Kurses eingeschrieben werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Dr. Hellermann (johanna.hellermann@vhs.essen.de oder Tel.: 88 43 214).

Auf unserer Homepage finden Sie alle Informationen zu Deutschkursen auch in den Sprachen Arabisch, Englisch, Farsi, Französisch und Serbisch.

1

2

3

4

5

6

4M BOSNISCH/KROATISCH/ SERBISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike Reintanz-Vanselow
heike.reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

BALKAN SINGEN

Balkan Singen

Entdecken Sie die Musik des Balkans mit dem Gitarristen und Musiktherapeuten Ralf Heinser. Sein vielfältiges Repertoire umfasst sowohl YU-Rock-Klassiker als auch moderne Stücke und Evergreens. Kommen Sie und singen Sie mit! Hajde!

Musikmaterial wird im Kurs bereitgestellt.

- **221.4M000M** Ralf Heinser
dienstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Viele Bosnisch/Kroatisch/Serbisch-Kurse unterschiedlicher Niveaustufen haben bereits im September 2021 begonnen. Wenn Sie Vorkenntnisse haben, können Sie in die 2. Hälfte eines Kurses eingeschrieben werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Reintanz

(heike.reintanz@vhs.essen.de oder Tel.: 88 43 222).

4N NIEDERLÄNDISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike Reintanz-Vanselow
heike.reintanz@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43222
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

Bitte bringen Sie das jeweils genannte Lehrbuch zum Kurs mit!

BILDUNGSURLAUB

Intensivkurs Niederländisch I – für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse



Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse der niederländischen Sprache, die einfache Redewendungen der Sprache in Alltagssituationen in einem einwöchigen Intensivkurs erlernen wollen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Welkom! Neu A1-A2, Klett, ISBN 978-3-12-528990-1 und Welkom! Neu A1-A2 Übungsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-528991-8

Dieser Kurs wird mit der Plattform Moodle begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Infos und Ankündigungen der Kursleitung. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und die Zugangsdaten.

- **221.4N001M** Silvia Wrede
Montag bis Freitag, 21. bis 25. März,
9:00-16:00 Uhr, 5 Termine, 165 €, VHS
- **221.4N002M** Silvia Wrede
Montag bis Freitag, 9. bis 13. Mai,
9:00-16:00 Uhr, 5 Termine, 165 €, VHS

Intensivkurs Niederländisch III – für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen



Für Teilnehmende, die den Intensivkurs Niederländisch II besucht haben, oder Quereinsteiger, die über Niederländischkenntnisse auf Niveau A1/Beginn A2 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen verfügen, d. h., Sie beherrschen Redewendungen in wichtigen Alltagssituationen und haben gute Grundkenntnisse der niederländischen Formenlehre.

Ein Einstufungstest hilft Ihnen, Ihr aktuelles Sprachniveau zu ermitteln. Machen Sie den Test unter <https://vhs.link/watleukaktuellA>. Ihnen sollte der Beginn mit Niveau A2 vorgeschlagen werden.

Lehr- und Arbeitsbuch: Wat leuk! aktuell A2 Kursbuch und Arbeitsbuch mit Audios online Hueber ISBN 9783191054618

- **221.4N008M** Sabine Wallmann
Montag bis Freitag, 21. bis 25. März,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 185 €, VHS



NIEDERLÄNDISCH AM WOCHENENDE

Wochenendkurs I: Niederländisch für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse der niederländischen Sprache, die zunächst an einem Wochenende einfache Redewendungen der Sprache erlernen wollen. Nicht das Schreiben oder Grammatik stehen im Mittelpunkt, sondern vielmehr das Sprechen einfacher Sätze in typischen Alltagssituationen.

- **221.4N010M** Sabine Wallmann
Freitag, 4. März, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 5. März, 9:30-16:30 Uhr
Sonntag, 6. März, 9:30-12:30 Uhr,
16 Ustd., 60 €, VHS
- **221.4N011M** Sabine Wallmann
Freitag, 10. Juni, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 11. Juni, 9:30-16:30 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 9:30-12:30 Uhr,
16 Ustd., 60 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!

www.instagram.com/vhsessen

Wochenendkurs II: Niederländisch für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen

Wenn Sie schon den Wochenendkurs I: „Niederländisch für Anfänger/-innen o h n e Vorkenntnisse“ besucht haben und Ihre Kenntnisse darauf aufbauend erweitern möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig.

Teilnehmende, die in diesen Kurs einsteigen möchten, sollten einfache Redewendungen in alltäglichen Situationen beherrschen. Grundkenntnisse der niederländischen Formenlehre und der Grundzahlen sollten ebenfalls bereits vorhanden sein.

- **221.4N012M** Sabine Wallmann
Freitag, 1. April, 18:00–21:00 Uhr
Samstag, 2. April, 9:30–16:30 Uhr
Sonntag, 3. April, 9:30–12:30 Uhr,
16 Ustd., 60 €, VHS



Wochenendkurs III: Niederländisch für Anfänger/-innen mit erweiterten Vorkenntnissen

Wenn Sie schon den Wochenendkurs II „Niederländisch für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen“ besucht haben und Ihre Kenntnisse darauf aufbauend erweitern möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig.

Teilnehmende, die in diesen Kurs einsteigen möchten, sollten alltagsrelevante Redewendungen (z. B. Informationen zur Person und Familie, Einkaufen, Arbeit und Freizeit) beherrschen.

- **221.4N014M** Sabine Wallmann
Freitag, 6. Mai, 18:00–21:00 Uhr
Samstag, 7. Mai, 9:30–16:30 Uhr
Sonntag, 8. Mai, 9:30–12:30 Uhr,
16 Ustd., 60 €, VHS

STANDARDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Niederländisch A1.1 für Anfänger/- innen ohne Vorkenntnisse – Onlinekurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende o h n e Vorkenntnisse in der Sprache gedacht und behandelt die typischen Grundstrukturen in Alltagssituationen.

Es erwartet Sie ein flexibler Onlinekurs, bei dem Sie ortsunabhängig die niederländische Sprache erlernen.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodle-Plattform begleitet. Anmeldeinformationen erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursstart. Auf der Plattform erhalten Sie Kursinfos sowie einen Konferenzlink. Die Videokonferenzen finden über Zoom statt. Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung und Ihre Technik testen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Welkom! Neu A1-A2, Klett, 978-3-12-528990-1 und Welkom! Neu A1-A2 Übungsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-528991-8

- **221.4N050M** Silvia Wrede
montags, 18:50–20:20 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202



Niederländisch A1.1 für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse – Onlinekurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende o h n e Vorkenntnisse in der Sprache gedacht und behandelt die typischen Grundstrukturen in Alltagssituationen.

Es erwartet Sie ein flexibler Onlinekurs, bei dem Sie ortsunabhängig die niederländische Sprache erlernen.

Dieser Kurs wird als Onlinekurs angeboten. Er wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung. Videokonferenzen finden über Zoom statt. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und die Zugangsdaten. Sie können bereits vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Kurs- und Arbeitsbuch: Wat leuk! aktuell A1, Hueber, Kursbuch und Arbeitsbuch mit Audios online, ISBN 978-3-19-105460-1

- **221.4N051M** Maryse van de Nes-Disselhoff
dienstags, 16:45–18:15 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €

Einige Niederländisch-Jahreskurse unterschiedlicher Niveaustufen haben bereits im September 2021 begonnen. Wenn Sie Vorkenntnisse haben, können Sie in die 2. Hälfte eines Kurses eingeschrieben werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Reintanz (heike.reintanz@vhs.essen.de oder Tel.: 88 43 222).

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiterin
 Heike Reintanz-Vanselow
 heike.reintanz@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43222
Anmeldung
 Vanessa Bergmann
 vanessa.bergmann@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43223
 Nähere Informationen siehe Seite 99

Niederländisch A1.2 – Onlinekurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen in der Sprache gedacht.

Es erwartet Sie ein flexibler Onlinekurs, bei dem Sie ortsunabhängig die niederländische Sprache erlernen.

Ein Einstufungstest hilft Ihnen, Ihr aktuelles Sprachniveau zu ermitteln. Machen Sie den Test unter <https://vhs.link/welkomneuA1A2>. Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. Plusminus eine Lektion ist immer noch passend!

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodle-Plattform begleitet. Anmeldeinformationen erhalten Sie ca. eine Woche vor Kursstart. Auf der Plattform erhalten Sie Kursinfos sowie einen Konferenzlink. Die Videokonferenzen finden über Zoom statt. Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung und Ihre Technik testen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Welkom! Neu A1-A2, Klett, 978-3-12-528990-1 und Welkom! Neu A1-A2 Übungsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-528991-8, ab Lektion 5

In diesem Kurs gibt es die Option, sich 1x im Monat in Präsenz zu treffen.

- **221.4N150M** Silvia Wrede
 donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
 Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €

**Das Herbstsemester beginnt
 am 5. September 2022.**

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer
 auf dem Laufenden. Weitere Infos
 unter www.vhs-essen.de/Newsletter

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Niederländisch A2.1 – Onlinekurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen in der Sprache gedacht und behandelt die typischen Grundstrukturen in Alltagssituationen. Sie sollten das Niveau A1 bereits abgeschlossen haben.

Ein Einstufungstest hilft Ihnen, Ihr aktuelles Sprachniveau zu ermitteln. Machen Sie den Test unter <https://vhs.link/welkomneuA1A2>. Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. Plusminus eine Lektion ist immer noch passend!

Lehr- und Arbeitsbuch: Welkom! Neu A1-A2, Klett, ISBN 978-3-12-528990-1 und Welkom! Neu A1-A2 Übungsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-528991-8, ab Lektion 9.

Dieser Kurs wird als Onlinekurs angeboten. Er wird mit der Plattform Moodle begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Infos und Ankündigungen der Kursleitung. Videokonferenzen finden über Zoom statt. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und die Zugangsdaten. Sie können bereits vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

In diesem Kurs gibt es die Option, sich 1x im Monat in Präsenz zu treffen.

- **221.4N250M** Silvia Wrede
 donnerstags, 18:50-20:20 Uhr
 Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €

Der schnellste Weg zur Einstufung: www.vhs-essen.de/einstufung

Niederländisch B2+

In der Stufe B2+ erweitern Sie Ihre schriftlichen und mündlichen Sprachkompetenzen. Auch Grammatik und Wortschatz werden vertieft und erweitert. Sie sollten gute Vorkenntnisse aus den vorhergehenden Niveaustufen bis B2.2 haben, wenn Sie sich in diesen Kurs einschreiben möchten. Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Unterstützt wird der Kurs durch die VHS Essen Moodleplattform z. B. für Ankündigungen, Arbeitsmaterialien und mit einem Forum für kursinternen Austausch.

Kleingruppenangebot.

Der Präsenzkurs kann in Absprache mit den Teilnehmenden auch einzelne Onlinesitzungen umfassen.

- **221.4N452M** Sabine Wallmann
 montags, 18:10-19:40 Uhr
 Beginn 21. Februar, 13 Termine, 86 €, VHS

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule!
 Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

KONVERSATION

Unsere Konversations-Jahreskurse haben bereits im September 2021 begonnen. Wenn Sie Vorkenntnisse haben, können Sie bei freien Plätzen in die 2. Hälfte eines Kurses eingeschrieben werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Reintanz (heike.reintanz@vhs.essen.de oder Tel.: 88 43 222).

4P PORTUGIESISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Dr. Johanna Hellermann
johanna.hellermann@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43214

Anmeldung

Vanessa Bergmann

vanessa.bergmann@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43223

Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

SCHNUPPERKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Portugiesisch Wochenendkurs für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Wenn Sie keine Vorkenntnisse in Portugiesisch haben und vor Ihrem Urlaub sprachlich fit werden wollen, ist dieser Kurs der richtige für Sie. Hier lernen Sie einige Redewendungen, die Ihnen erste „Probierschritte“ ermöglichen. Weniger das Schreiben oder die Grammatik stehen im Vordergrund, sondern das Sprechen einfacher Sätze, die Sie während Ihrer Reise in den verschiedenen portugiesischsprachigen Ländern gut verwenden können. Auch das Verstehen von kurzen Hörtexten und Lesetexten ist Teil des Kurses.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt.

- **221.4P000T** Catherine Bragança Oeder
Samstag, 2. April, 9:30-13:30 Uhr
Sonntag, 3. April, 9:30-13:30 Uhr,
10 Ustd., 37 €, VHS
- **221.4P002T** Catherine Bragança Oeder
Samstag, 11. Juni, 9:30-13:30 Uhr
Sonntag, 12. Juni, 9:30-13:30 Uhr,
10 Ustd., 37 €, VHS

STANDARDKURSE

Portugiesisch A1.1 (1. Semester) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse (brasilianisches Portugiesisch)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch das brasilianische Portugiesisch erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die Kultur des Landes gegeben.

Lehrbuch: Oi, Brasil! aktuell A1, Kurs- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs, Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch, Hueber, ISBN 978-3-19-105420-5, ab Lektion 1

- **221.4P150T** Solenzara Viglioni Tull
mittwochs, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Portugiesisch A1.1 (1. Semester) – Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse (europäisches Portugiesisch)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch das europäische Portugiesisch erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die Kultur des Landes gegeben.

Lehrbücher:

Olá Portugal! neu A1-A2, Europäisches Portugiesisch für Anfänger, Kursbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-528934-5, Lektion 1

Olá Portugal! neu A1-A2, Europäisches Portugiesisch für Anfänger, Übungsbuch mit Audios, Klett, ISBN 978-3-12-528935-2

- **221.4P152T** Catherine Bragança Oeder
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Online-Einstufungstests Portugiesisch finden Sie unter www.vhs-essen.de/einstufung

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen

Portugiesisch A1.1 (2. Semester) – (europäisches Portugiesisch)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit einem Semester an der VHS das europäische Portugiesisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 30 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbücher:

Olá Portugal! neu A1-A2, Europäisches Portugiesisch für Anfänger, Kursbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-528934-5, Lektion 5

Olá Portugal! neu A1-A2, Europäisches Portugiesisch für Anfänger, Übungsbuch mit Audios, Klett, ISBN 978-3-12-528935-2

- **221.4P170T** Catherine Bragança Oeder
donnerstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Portugiesisch A2.2 (1. Semester) – Kleingruppe

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit sechs Semestern an der VHS Portugiesisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 180 Unterrichtsstunden haben.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden. Die Kursgebühr kann daher nicht ermäßigt werden.

Lehrbuch: Olá Portugal! neu A1-A2, Europäisches Portugiesisch für Anfänger, Kursbuch mit MP3-CD, Klett, ISBN 978-3-12-528934-5, Lektion 16

- **221.4P450T** Carla Costa Rocha Vogel
dienstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 129 €, VHS

BILDUNGSURLAUB – IHRE CHANCE

Die Volkshochschule Essen führt Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz durch. Dieses Gesetz eröffnet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern das Recht, bei Fortzahlung ihrer Bezüge zur Teilnahme an Weiterbildungsveranstaltungen bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr von der Arbeit für berufliche und politische Weiterbildung freigestellt zu werden.

Weitere Informationen finden Sie auf S. 7

1

2

3

4

5

6

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Portugiesisch B1.1 (2. Semester) – Online

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Sprachkenntnisse auf B1-Niveau weiter ausbauen möchten. Der Kurs findet online (per Videokonferenz) statt. Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Kurs sind ein PC, Notebook oder Tablet mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrbücher:

Passaporte para Português, Livro do Aluno + ficheiros audio, LIDEL Verlag, 2016, ISBN-10: 9897521925, Lektion 6

Passaporte para Português, Caderno de Exercicios 2 (B1), LIDEL Verlag, 2017, ISBN-10: 9897521933

- **221.4P570T** Catherine Bragança Oeder montags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €

4Q RUSSISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin

Heike Reintanz-Vanselow
heike.reintanz@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43222

Anmeldung

Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43223

Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

STANDARDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1/B2

Russisch B1.2 (2. Semester) – Online

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihr Wissen und erarbeiten vollständig die Stufe B1. Auch das Sprechen wird im Kurs intensiv trainiert. Als technische Voraussetzungen brauchen Sie einen PC, ein Tablet oder Notebook mit Internetzugang, Kamera und Mikrofon.

Lehrmaterial: Otlitschno! B1, Kurs- und Arbeitsbuch + CD, Klett, ISBN 978-3-19-004479-5, ab Lektion 5

- **221.4Q550M** Natalia Galkina montags, 19:30-21:50 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 122 €



Russisch B1/B2 – Online am Ball bleiben

Bekanntes Lexik und Grammatik auffrischen, Neues entdecken und selbständig erarbeiten (u. a. durch Internetrecherche), gemeinsam üben und mit Freude miteinander und voneinander lernen. Für unsere virtuellen Zoom-Meetings benötigen Sie eine stabile Internetverbindung und ein bisschen Geduld mit sich und den Anderen im Umgang mit der Technik. Weiterhin sollten Sie in der Lage sein, auf dem von Ihnen genutzten PC/Laptop/Notebook und/oder auf einem parallel genutzten Tablet/Handy russische Wörter zu tippen und zwischen deutscher und russischer Tastaturbelegung mühelos umschalten zu können.

- **221.4Q600M** Dr. Susanne Wendt mittwochs, 18:30-20:45 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 122 €

Viele Russischkurse unterschiedlicher Niveaustufen haben bereits im September 2021 begonnen. Wenn Sie Vorkenntnisse haben, können Sie in die 2. Hälfte eines Kurses eingeschrieben werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Reintanz (heike.reintanz@vhs.essen.de oder Tel.: 88 43 222).

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

4S SPANISCH



Beratung / Programmbereichsleiter

Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43203

Anmeldung

Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43223

Nähere Informationen siehe Seite 99

Fragen zu den Kursen, den genannten Konferenztools oder zu Moodle und anderen Plattformen beantworten wir Ihnen gerne in einem Beratungsgespräch!

SPANISCH VORTRÄGE

Auch wenn Sie noch nicht so viele Spanischkenntnisse haben, möchten wir Sie motivieren, an den Vorträgen teilzunehmen – vielleicht werden Sie überrascht sein, wie viel Sie am Ende doch schon verstehen können!

Die Vorträge schließen viele Bilder ein, auch Fragen dürfen sowohl auf Spanisch als auch Deutsch gestellt werden. Eine gute Gelegenheit, kreativ und alltagsnah Spanisch zu lernen!



Andalucía, la tierra del flamenco (Andalusien, das Land des Flamenco)
 – Onlinevortrag –

Andalucía, una de las 17 Comunidades Autónomas de España, nos invita a imaginarnos vacaciones de playa y sol. Pero Andalucía es mucho más. Andalucía cuenta con muchas ciudades famosas, como por ejemplo su capital, Sevilla, pero además Granada, Córdoba, Málaga, Almería... Estas ciudades son muy famosas por albergar gran parte de la cultura y de la tradición tanto andaluzas como también españolas. Con esta presentación queremos invitarlos a descubrir muchos de los secretos que Andalucía tiene para ofrecer a sus visitantes. Entre otros sus playas, su música, su cultura, su tradición, su flamenco; sin olvidar tampoco los desafíos actuales, como por ejemplo la desocupación, la inmigración, los gitanos....

¡Los esperamos a todos!

Andalusien lädt uns ein, nicht nur Sonne und Strände zu genießen, sondern auch schöne, weltbekannte, kulturreiche und traditionsgeprägte Städte kennenzulernen, wie z. B. Granada, Córdoba, Málaga, Sevilla.

An diesem Abend möchten wir Sie in den schönen spanischen Süden begleiten, um Ihnen die Landschaft, die Musik, die Kultur, die Tradition sowie aktuelle Herausforderungen des Landes zu präsentieren.

- **221.4S020H** Franco Tous
 Montag, 28. März, 18:00-19:30 Uhr, 10 €

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter ww.vhs-essen.de/Newsletter

Cataluña: Barcelona y sus curiosidades (Katalonien: Barcelona und seine Sehenswürdigkeiten)

Una de las comunidades autónomas más fuertes de España, que se presenta al mundo, con su imponente capital Barcelona. La valoración de su propia cultura, tradición y, sobre todo, de su lengua, hacen de esta región española un tema interesante. Los atractivos turísticos, las particularidades culturales, tradicionales y lingüísticas son el objetivo principal de esta exposición; sin olvidar tampoco la historia, que podremos ir siguiendo de la mano de los monumentos y de las personalidades más importantes.

Katalonien: Barcelona und ihre Sehenswürdigkeiten

Katalonien ist eines der wirtschaftlich mächtigsten Bundesländer Spaniens. Seine Hauptstadt, Barcelona, präsentiert sich der Welt als große Metropole. Die eigene Tradition, Kultur und nicht zuletzt die Sprache machen aus dieser Region ein interessantes Thema. Diese Präsentation möchte Ihnen die wichtigsten Sehenswürdigkeiten dieser Region sowie ihre Geschichte nahe bringen, damit Sie Lust bekommen, sie selbst zu erkunden. Eine herzliche Einladung an alle, die ein bisschen (oder viel) Spanisch verstehen.

- **221.4S022H** Franco Tous
 Samstag, 7. Mai, 18:00-19:30 Uhr, 10 €, VHS

SPANISCH WORKSHOPS

Aprender español con música Workshop

Mit Musik spielerisch und kreativ Spanisch lernen! An diesem Workshopabend steht die spanische Musik im Vordergrund. Gemeinsam mit der Kursleiterin erschließen Sie sich anhand von musikalischen Beispielen das spanische Vokabular. Wir geben einen Vorgeschmack darauf, wie das Spanischlernen mit Musik klappt und das Hörverständnis geschult wird. Der Workshopabend ist für alle Spanischlernenden vom Niveau A2-B2 geeignet. Geben Sie, wenn möglich, bei der Anmeldung oder unter 0201-8843203 an, auf welchem Niveau Sie bereits Spanisch sprechen.

- **221.4S050H** Silvia Wrede
 Freitag, 4. März, 17:00-19:30 Uhr, 16 €, VHS

BILDUNGSURLAUB



Gemeinsamer europäischer Referenzrahmen: A1

Intensivkurs Spanisch I – für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Bildungsurlaub

Der Kurs führt in die Besonderheiten der spanischen Aussprache und Schreibweise ein. Er befähigt Sie, in Situationen des beruflichen und privaten Alltags in Kontakt mit Spanisch sprechenden Menschen zu treten und einfache Äußerungen zu tätigen und zu verstehen. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein. Die nötige Grammatik wird in Kommunikationssituationen integriert vermittelt.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt.

- **221.4S001H** Cristina Canullo
 Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
 9:00 - 16:00 Uhr, 5 Tage, 165 €, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?



Meier Infos unter www.vhs-essen.de/foer

1

2

3

4

5

6

STANDARDKURSE A1

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Bitte bringen Sie das jeweils genannte Lehrbuch zum Kurs mit!

Fragen zu den Kursen, Konferenztools oder Plattformen wie Moodle beantworten wir Ihnen gerne in einem Beratungsgespräch!

Spanisch A1.1 (1. Semester) – Kompakt

Wenn Sie Spanisch gerne zeitlich etwas kompakter lernen möchten und noch keine Vorkenntnisse haben, dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Innerhalb von 4 Wochen erwerben Sie die ersten Spanischkenntnisse aus der ersten Hälfte der Niveaustufe A1. Das umfasst voraussichtlich die Lektionen 1-4 im Lehrbuch.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 1

Wenn Sie schnell in der spanischen Sprache lernen und vorwärtskommen möchten, empfehlen wir Ihnen zusätzlich den Kurs 221.4S141H, der zu diesem Kurs eine geeignete, direkte Fortsetzung darstellt.

Kleingruppenangebot ab 7 Teilnehmenden.

- **221.4S120H** Charlotte Herrmann
dienstags + donnerstags, 18:00-21:00 Uhr
Beginn 8. März, 8 Termine, 106 €, VHS

Spanisch A1.1 (1. Semester) – Onlinekurs

In diesem Onlinekurs lernen Sie ortsunabhängig die spanische Sprache.

Zur Kurszeit finden Videokonferenzen über Zoom statt. Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung und Ihre Technik testen. Im Kurs geht es unter anderem um folgende Themen: sich vorstellen, sich begrüßen und verabschieden, Personen beschreiben, Gefallen ausdrücken, Regel- und unregelmäßige Verben im Präsens.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 1

- **221.4S122H** Charlotte Herrmann
montags, 19:30-21:00 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €



Beratung / Programmbereichsleiter
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎0201 88-43203
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

Spanisch A1.1 (1. Semester) – Onlinekurs

In diesem Onlinekurs lernen Sie ortsunabhängig die spanische Sprache.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodle-Plattform begleitet. Anmeldeinformationen erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursstart. Auf der Plattform erhalten Sie Kursinfos sowie einen Konferenzlink. Die Videokonferenzen finden über Zoom statt. Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung testen. Im Kurs geht es unter anderem um folgende Themen: sich vorstellen, sich begrüßen und verabschieden, Personen beschreiben, Gefallen ausdrücken, Regel- und unregelmäßige Verben im Präsens.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 1

- **221.4S123H** Maria Gómez Otero
montags, 17:30-19:00 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €

Wer sich unsicher in der Bedienung von Zoom fühlt, dem empfehlen wir unsere kurzen Zoom Einsteigerkurse. Im Januar gibt es sowohl einen Einsteiger- als auch Fortgeschrittenenkurs. Schauen Sie dazu auf unserer Homepage nach oder fragen Sie unter 0201-8843203 nach. Neue Zoomkurse im neuen Semester ab Februar finden Sie im EDV-Bereich.

Online-Workshop: Zoom für Einsteiger/-innen

Siehe 221.5A400H, Seite 138

Spanisch A1.1 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch die spanische Sprache erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die unterschiedlichen Kulturen spanischsprachiger Länder gegeben. Im Kurs geht es unter anderem um folgende Themen: sich vorstellen, sich begrüßen und verabschieden, Personen beschreiben, regel- und unregelmäßige Verben, das Essen (traditionelle Gerichte in Spanien); die Stadt/Wegbeschreibungen.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 1

- **221.4S125H** Cornelia Kauer
montags, 18:30-20:00 Uhr
Beginn 14. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Spanisch A1.1 (2. Semester) – Kompakt

Wenn Sie erste Vorkenntnisse haben und Sie Spanisch gerne zeitlich etwas kompakter lernen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Idealerweise haben Sie zuvor den Kompaktkurs A1.1 (1. Semester) besucht (Kurs-Nr. 221.4S120H) oder bringen bereits Kenntnisse mit, die ca. die Lektionen 1-4 des Lehrbuchs umfassen. Testen Sie dazu Ihre Kenntnisse mit dem Einstufungstest unter vhs.link/congustonuevoa1.

Innerhalb von 4 Wochen erwerben Sie weitere Spanischkenntnisse auf der Niveaustufe A1.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 4/5

Kleingruppenangebot ab 7 Teilnehmenden.

- **221.4S141H** Charlotte Herrmann
dienstags + donnerstags, 18:00-21:00 Uhr
Beginn 26. April, 8 Termine, 106 €, VHS

IHRE ANMELDUNG – EINFACH UND SCHNELL:

online
schriftlich
persönlich

unter www.vhs-essen.de
per Anmeldekarte, siehe letzte Seite des Programmheftes
in der VHS



Spanisch A1.1 (2. Semester) – Onlinekurs

In diesem Onlinekurs lernen Sie ortsunabhängig die spanische Sprache. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit ersten, geringen Vorkenntnissen.

Im Kurs geht es u. a. um folgende Themen: Lebensmittel, Bar, Mengen und Verpackungen, Uhrzeit und Wochentage; die Stadt, den Weg beschreiben, reisen; unregelmäßige Verben, Präsens und das Perfekt.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodle-Plattform begleitet. Anmeldedaten erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursstart. Auf der Plattform erhalten Sie Kursinfos sowie einen Konferenzlink. Die Videokonferenzen finden über Zoom statt. Über regelmäßige Breakout Sessions wird in Zoom eine angenehme Lernatmosphäre geschaffen, in der Gruppenarbeiten ermöglicht werden.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 5

Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung testen.

- **221.4S140H** Maria Gómez Otero
mittwochs, 17:30-19:00 Uhr
Beginn 9. Februar, 15 Termine, 81 €

Sie haben bereits erste geringe Kenntnisse? Machen Sie den **Einstufungstest** unter vhs.link/congustonuevoa1.

Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. +/- 1 Lektion ist immer noch passend!

Waren die Testaufgaben zu leicht, machen Sie einen Einstufungstest auf einem höheren Niveau.

Spanisch A1.1 (2. Semester) – Onlinekurs

Sie haben bereits das erste Semester aus A1.1 besucht oder haben allererste geringe Kenntnisse. In diesem Onlinekurs lernen Sie ortsunabhängig die spanische Sprache.

Zur Kurszeit finden Videokonferenzen über Zoom statt. Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung und Ihre Technik testen.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 5

- **221.4S142H** Charlotte Herrmann
montags, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €

Spanisch A1.1 (2. Semester)

Sie haben bereits das erste Semester aus A1.1 besucht oder haben allererste geringe Kenntnisse. Der Kurs wird mit der Plattform Moodle begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Infos und Ankündigungen der Kursleitung. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 5/6

- **221.4S143H** Ana Maria Hernández Leiva
dienstags, 19:10-20:40 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 81 €, Kurs findet nicht statt am 10.05.22, VHS

Spanisch A1.2 (1. Semester) – blended learning

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 7/8

Sie haben bereits erste geringe Kenntnisse? Machen Sie den Einstufungstest unter <https://vhs.link/congustonuevoa1>.

In diesem Kurs – im Format blended learning – finden die Unterrichtstage abwechselnd in Präsenz vor Ort und online statt. Für die Onlinekurstage wird Zoom verwendet.

Sie können vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

- **221.4S160H** Denis A. Márquez de Schrader
donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch A1.2 (2. Semester)

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 8/9

Sie haben bereits erste geringe Kenntnisse? Machen Sie den Einstufungstest unter vhs.link/congustonuevoa1.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Infos und Ankündigungen der Kursleitung. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

- **221.4S180H** Ana Maria Hernández Leiva
montags, 19:00-20:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, Kurs findet nicht statt am 09.05.22, VHS

Spanisch A1.2 (2. Semester) – Onlinekurs

In diesem Onlinekurs lernen Sie ortsunabhängig die spanische Sprache.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodle-Plattform begleitet. Anmeldedaten erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursstart. Auf der Plattform erhalten Sie Kursinfos sowie einen Konferenzlink. Die Videokonferenzen finden über Zoom statt. Es erwartet Sie ein flexibler, kreativer Kurs mit interaktivem Lehrbuch der Kursleitung.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 10

Kleingruppenangebot

Unter <https://zoom.us/test> können Sie bereits vorab die Zoomumgebung testen.

- **221.4S182H** Meryem İcin
dienstags, 17:30-19:00 Uhr
Beginn 15. Februar, 15 Termine, 99 €

Bitte bringen Sie das jeweils genannte Lehrbuch zum Kurs mit!

Fragen zu den Kursen, Konferenztools oder Plattformen wie Moodle beantworten wir Ihnen gerne in einem Beratungsgespräch!

1

2

3

4

5

6

AUFRISCHUNGSKURSE A1

Spanisch A1 Auffrischkurs – Onlinekurs

Dieser Kurs frischt Ihre Kenntnisse auf dem A1-Niveau auf. Sie haben also schon mal die Stufe A1 abgeschlossen oder bis zu den letzten Lektionen im Buch gelernt? Dies ist aber vielleicht schon länger her und die Feinheiten und die Grammatik könnten eine Auffrischung gebrauchen? Dieser Kurs arbeitet systematisch mit dem Buch *Con gusto nuevo A1*, ist aber nicht für Anfänger auf dieser Stufe geeignet, sondern frischt die wichtigsten Inhalte auf. Die Lektionen im Buch werden etwas schneller bzw. nicht bis ins letzte Detail bearbeitet. Das Lerntempo richtet sich nach der Kursgruppe, aber lässt auch Themenwünsche zu! Sie werden sich im Kurs zunächst mit der 1. Hälfte des Buches beschäftigen.

Machen Sie den Einstufungstest unter vhs.link/congustonuevoa1. Der Test sollte Ihnen eine Lektion ab 7 oder höher als Einstieg vorschlagen. Für das eigene Sprachgefühl: Besuchen Sie diesen Kurs, wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihre Kenntnisse sich in einem guten A1-Bereich bewegen, aber etwas eingroestet sind oder auch wenn ein Beginn mit der Stufe A2 noch zu schwierig erscheint. Sie können sich gerne zur Beratung telefonisch unter 0201-8843203 melden. Zu Beginn des Kurses wird die Kursleiterin sich einen Überblick über vorhandenen die Spanischkenntnisse der Kursgruppe verschaffen. Sie werden dann gemeinsam festlegen, mit welcher Lektion der Kurs starten wird.

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A1*, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514671-6

Kleingruppenangebot

- **221.4S198H** Cristina Canullo
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 23. Februar, 15 Termine, 99 €,



Sind Sie noch unsicher welcher Auffrischkurs der richtige ist? In einem Beratungsgespräch können wir gemeinsam den richtigen Kurs finden!

Bitte bringen Sie das jeweils genannte Lehrbuch zum Kurs mit!

Spanisch A1.2 Auffrischkurs – Onlinekurs

Dieser Kurs frischt Ihre Kenntnisse auf dem A1.2-Niveau auf. Sie haben also schon mal die Stufe A1 abgeschlossen oder bis zu den letzten Lektionen im Buch gelernt? Dies ist aber vielleicht schon länger her und die Feinheiten und die Grammatik könnten eine schnelle Auffrischung gebrauchen – vieles ist Ihnen aber noch geläufig? Dieser Kurs arbeitet systematisch mit der 2. Hälfte im Buch *Con gusto nuevo A1* und ist nicht für Anfänger auf dieser Stufe geeignet, sondern frischt die wichtigsten Inhalte auf. Die Lektionen im Buch werden etwas schneller bzw. nicht bis ins letzte Detail bearbeitet. Das Lerntempo richtet sich nach der Kursgruppe, aber lässt auch Themenwünsche zu!

Machen Sie den Einstufungstest unter vhs.link/congustonuevoa1. Der Test sollte Ihnen eine Lektion ab 10 oder höher als Einstieg vorschlagen. Für das eigene Sprachgefühl: Besuchen Sie diesen Kurs, wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihre Kenntnisse sich in einem sehr guten A1-Bereich bewegen, aber etwas eingroestet sind oder auch wenn ein Beginn mit der Stufe A2 noch zu schwierig erscheint. Sie können sich gerne zur Beratung telefonisch unter 0201-8843203 melden. Zu Beginn des Kurses wird die Kursleiterin sich einen Überblick über die vorhandenen Spanischkenntnisse der Kursgruppe verschaffen, um die konkreten Inhalte festzulegen.

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A1*, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514671-6

Kleingruppenangebot

- **221.4S199H** Cristina Canullo
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 22. Februar, 15 Termine, 99 €,
Kurs findet nicht statt am 29.03.2022

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhsessen



Beratung / Programmbereichsleiter
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

STANDARKURSE A2

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

Spanisch A2.1 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits die Stufe A1 abgeschlossen und danach weitergelernt haben. Sie verfügen über solide Grundkenntnisse der spanischen Sprache und können Alltagssituationen und Gespräche bereits gut meistern.

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A2*, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 4

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs durchgeführt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

Kleingruppenangebot

- **221.4S240H** Corina Olimpia Gómez Trujillo
dienstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch A2.1 (2. Semester) – blended learning

Dieser Kurs wechselt im **14-tägigen Rhythmus** zwischen Unterricht in Präsenz in der Volkshochschule und Onlineunterricht. In der Onlinevariante findet der Kurs via Zoom statt. Sie können vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Lehrbuch: *Con gusto nuevo A2*, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 4

Der Kurs wird mit einer digitalen Plattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung.

Kleingruppenangebot

- **221.4S241H** Verónica Virginia Jiménez Améstica
dienstags, 18:10-19:40 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.

Spanisch A2 (Wiederholungskurs) – Onlinekurs

Der Kurs wird mit einer digitalen Plattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung.

Der Onlinekurs findet mithilfe der Videokonferenzsoftware Zoom statt. Sie können vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Lehrbuch: Con Gusto A2, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-514990-8

Kleingruppenangebot

- **221.4S250H** Verónica Virginia Jiménez Amética
donnerstags, 18:50-20:20 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Sie haben bereits Spanischkenntnisse? Machen Sie den **Einstufungstest** unter vhs.link/congustonuevoa2. Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. +/- 1 Lektion ist immer noch passend! Waren die Testaufgaben zu leicht, machen Sie einen Einstufungstest auf einem höheren Niveau.

Spanisch A2.2 (1. Semester)

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2: Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD + DVD, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 7

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.4S260H** Carmen Schley Bueno
montags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 21. Februar, 14 Termine, 76 €, VHS

AUFRISCHUNGSKURSE A2



Spanisch A2 Auffrischkurs – Online

Dieser Kurs frischt Ihre Kenntnisse auf dem A2-Niveau auf. Sie haben schon mal die Stufe A2 abgeschlossen oder bis zu den letzten Lektionen im Buch gelernt? Dies ist aber vielleicht schon länger her und die Feinheiten und die Grammatik könnten eine Auffrischung gebrauchen – vieles ist Ihnen aber noch geläufig? Im Kurs arbeiten Sie systematisch mit dem Buch Con gusto nuevo A2. Der Kurs ist aber nicht für Anfänger auf dieser Stufe geeignet, sondern frischt die wichtigsten Inhalte auf. Die Lektionen im Buch werden etwas schneller bzw. nicht bis ins letzte Detail bearbeitet. Das Lerntempo richtet sich nach der Kursgruppe, aber lässt auch Themenwünsche zu!

Machen Sie den Einstufungstest unter www.vhs.link/congustonuevoa2. Der Test sollte Ihnen eine Lektion ab 7 oder höher als Einstieg vorschlagen. Für das eigene Sprachgefühl: Besuchen Sie diesen Kurs, wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihre Kenntnisse sich in einem guten A2-Bereich bewegen, aber etwas eingerostet sind oder auch wenn ein Beginn mit der Stufe B1 noch zu schwierig erscheint. Sie können sich gerne zur Beratung telefonisch unter 0201-8843203 melden.

Zu Beginn des Kurses wird die Kursleiterin sich einen Überblick über die vorhandenen Spanischkenntnisse der Kursgruppe verschaffen. Sie werden dann gemeinsam festlegen, mit welcher Lektion der Kurs starten wird.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514677-8

Kleingruppenangebot

- **221.4S295H** Maria Gómez Otero
montags, 19:00-20:30 Uhr,
Beginn 14. Februar, 14 Termine, 93 €

Spanisch A2+ Online

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits auf dem Niveau A2 gelernt haben und weiterlernen möchten, um sich auf ein höheres Niveau vorzubereiten oder auch sprachlich Sicherheit im A2-Niveau zu bekommen.

Folgende Themen werden, unter anderem, behandelt:

Nuestras vidas, La salud – visita al médico, El mundo del trabajo, Destinos turísticos, Diferentes tradiciones, etc.

Mit Hilfe dieser und anderer Themen wird der Fokus auf die Konversation gelegt.

Die Besonderheit dieses Kurses ist es, dass es ein reiner Onlinekurs ist, der über die VHS Moodle Plattform stattfindet.

Einmal die Woche bekommen Sie Materialien als Vorbereitung. Im Anschluss daran wird eine Aufgabe gestellt, die Sie innerhalb einer Woche bearbeiten.

Um die nötigen Erklärungen geben und Fragen klären zu können, wird ein wöchentlicher Termin angeboten, an dem die Teilnehmenden mit dem Kursleiter online zusammenkommen.

Kleingruppenangebot

- **221.4S299H** Franco Tous
dienstags, 20:00-20:45 Uhr
Beginn 25. Januar, 10 Termine, 75 €

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter ww.vhs-essen.de/Newsletter

STANDARDKURSE B1

Spanisch B1.1 (1. Semester)

In diesem Kurs beginnen Sie die Stufe B1.

Der Kurs wird mit einer digitalen Plattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung.

Sollte der Kurs coronabedingt nicht stattfinden können, wird angeboten, den Kurs online durchzuführen.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Spanisch für Fortgeschrittene, Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD + DVD, 255 Seiten, ISBN 978-3-12-514684-6, ab Lektion 1

Kleingruppenangebot

- **221.4S320H** Verónica Virginia Jiménez Améstica
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B1

Spanisch B1.2 (1. Semester) – Onlinekurs

Lehrbuch: Con Gusto B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-515010-2, ab Lektion 7

Der Kurs wird mit einer digitalen Plattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung.

Der Onlinekurs findet mithilfe der Videokonferenzsoftware Zoom statt. Sie können vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Kleingruppenangebot

- **221.4S360H** Verónica Virginia Jiménez Améstica
mittwochs, 18:50-20:20 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch B1.2 (2. Semester) – blended learning

Dieser Kurs wechselt im **14-tägigen Rhythmus** zwischen Unterricht in Präsenz in der Volkshochschule und Onlineunterricht. In der Onlinevariante findet der Kurs via Zoom statt. Sie können vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Lehrbuch: Con Gusto B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio CDs, Klett, ISBN 978-3-12-515010-2, ab Lektion 11

Der Kurs wird mit einer digitalen Plattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung.

Kleingruppenangebot

- **221.4S380H** Verónica Virginia Jiménez Améstica
mittwochs, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch B1.2 (3. Semester) – blended learning

Endspurt – hier geben Sie Ihrem Spanisch auf B1-Niveau den letzten Schliff. Auch Seiteneinsteiger/innen sind willkommen.

Lehrbuch: Con Gusto B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978-3-12-515010-2, ab Lektion 11

Dieser Kurs wird hauptsächlich online durchgeführt. Er wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangslinks und Ankündigungen der Kursleitung. Videokonferenzen finden über Zoom statt. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und die Zugangsdaten. Sie können bereits vorab unter www.zoom.us/test Ihre Technik und die Zoomumgebung testen.

Je nach Coronaregelungen ist für den Kurs vorgesehen, ca. 1x im Monat den Unterricht vor Ort in der VHS durchzuführen. Folgende Termine sind dafür vorgesehen: 02.03.22, 30.03.22, 11.05.22, 08.06.22

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden

- **221.4S390H** Carola Schulz Escanilla Rivera
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 111 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleiter
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

AUFRISCHUNGSKURSE B1

Spanisch B1 Auffrischungskurs – blended learning

Sie haben schon gute Kenntnisse im B1-Bereich oder schon mal die Stufe B1 (fast) abgeschlossen, dies ist aber vielleicht schon länger her und die Feinheiten und die Grammatik könnten etwas mehr als nur eine schnelle Auffrischung gebrauchen – vieles ist Ihnen aber noch geläufig? Dieser Kurs frischt Ihre Kenntnisse auf dem B1-Niveau auf und arbeitet systematisch mit dem Buch Con gusto nuevo B1, ist aber nicht für Einsteiger auf dieser Stufe geeignet, sondern wiederholt die Lektionen. Das Lerntempo richtet sich nach der Kursgruppe, aber lässt auch Themenwünsche zu!

Sie haben schon einige Vorkenntnisse im Bereich B1? Machen Sie den Einstufungstest unter vhs.link/congustob1. Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. +/- 1 Lektion ist immer noch passend! Für diesen Kurs sollte der Test Ihnen als Kurseinstieg ca. Lektion 7 vorschlagen.

Der Kurs wird mit der VHS-Moodle-Plattform begleitet. Weitere Infos erhalten Sie vor Kursstart.

In diesem Kurs – im Format blended learning – finden die Unterrichtstage abwechselnd in Präsenz vor Ort und online statt. In der Onlinevariante treffen Sie sich via Zoom. Der erste Kurstag findet vor Ort in der VHS statt.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Spanisch für Fortgeschrittene, Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD + DVD, 255 Seiten, ISBN 978-3-12-514684-6.

Kleingruppenangebot

- **221.4S395H** Silvia Wrede
freitags, 16:30-18:00 Uhr
Beginn 18. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
 Kostenlose Beratung in der VHS Essén

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSZUSCHÜß
 Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Meine Infos unter www.vhs-essen.de/fofp

Spanisch B1+ Onlinekurs

Este curso está dirigido a todos los interesados (-as) que quieran mejorar sus facultades principalmente en la expresión oral a nivel B1+.

Se trabajará a base de textos, vídeos o audiciones y ocasionalmente se reforzará algunos aspectos de la gramática. Meta del curso es también ampliar los conocimientos de cultura, sociedad y actualidad tanto de los países hispanohablantes como del resto del mundo.

El material será presentado en clase.

- **221.4S399H** Carmen Schley Bueno
 dienstags, 11:00-12:30 Uhr
 Beginn 22. Februar, 15 Termine, 111 €



Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: B2

Spanisch B2 aktuell! – Onlinekurs

Mithilfe der spanischen Sprachzeitung **Revista de la Prensa** verbessern Sie in diesem Kurs Ihre Spanischkenntnisse im Bereich des B2-Niveaus. In der Sprachzeitung geht es um aktuelle Themen aus Spanien und Lateinamerika. Mit zusätzlichen Vokabelhilfen ist die Zeitung speziell zum Spanischlernen geeignet. Im Kurs werden Sie u. a. strukturierte Zusammenfassungen von Artikeln üben. Darunter fällt auch die Verwendung des Passivs und von Konditionalsätzen/Subjunctivo (was wäre wenn...?) sowie Vor- und Nachteile auszudrücken und zu diskutieren. Das alles kombinieren Sie inhaltlich mit den Artikeln aus der Zeitschrift und mit einem Austausch über aktuelle kulturelle und in Spanien politische Themen.

Der Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie abgeschlossene Kenntnisse der Stufe B1 haben, oder auch für Quereinsteiger, die schon über Kenntnisse innerhalb des B2-Bereichs verfügen.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden.

Der Kurs findet online mithilfe der vhs.cloud statt, Sie erhalten vor Kursstart die Zugangsdaten für diese Plattform. Dort finden Sie Kursankündigungen, Material und ein Forum.

Bitte besorgen Sie sich zu Kursstart die Zeitungsausgabe für Februar! Diese ist ca. ab Ende Januar verfügbar. Im Kurs wird festgelegt, mit welchen weiteren Ausgaben Sie arbeiten. Daher reicht zunächst die Februarausgabe aus. Sie müssen kein Abo der Zeitung bestellen!

Sie können die Zeitung unter www.sprachzeitungen.de/spanisch/revista-de-la-prensa.html oder im Zeitschriftenhandel (z. B. Essener Hbf.) kaufen.

- **221.4S400H** Yulaxi Guanche Sotolongo
 mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
 Beginn 23. Februar, 15 Termine, 111 €

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Spanisch B2.1 (1. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits den Lernstoff aus der Stufe B1 beherrschen und die entsprechenden Kurse abgeschlossen haben. In der Stufe B2 geht es nun darum, die Sprachkenntnisse so zu erweitern, dass Sie künftig auch komplexere Themen und Zusammenhänge im Spanischen verstehen und ausdrücken können.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4S420H** Denis A. Márquez de Schrader
 mittwochs, 18:10-19:40 Uhr
 Beginn 9. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch B2.1 (1. Semester) – Onlinekurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits gute Vorkenntnisse aus der Stufe B1 haben. Das Lernen findet über Videokonferenzen statt.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **221.4S421H** Yolanda Aguilera González
 dienstags, 18:00-19:30 Uhr
 Beginn 15. Februar, 15 Termine, 99 €

Spanisch B2.2 – blended learning

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits den Lernstoff aus der ersten Hälfte der Stufe B2 beherrschen und die entsprechenden Kurse abgeschlossen haben. Sie lernen, sich in vertrauten Situationen aktiv an einer Diskussion zu beteiligen und können Argumente für oder gegen einen bestimmten Standpunkt darlegen.

Inhalte: Perfeccionamiento de la conversación y de la gramática, lectura de textos de actualidad y análisis, debates, visionado de documentales o películas.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

In diesem Kurs – im Format blended learning – finden die Unterrichtstage abwechselnd in Präsenz vor Ort und online statt. Der erste Kurstag findet in der VHS statt. Die Onlinetage finden mit dem Konferenztool Meetzi statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Link und weitere Informationen dazu.

Kleingruppenangebot

- **221.4S480H** Mabel Sabadin / Cristina Canullo
 donnerstags, 18:30-20:00 Uhr
 Beginn 10. Februar, 15 Termine, 99 €

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiter
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 99

KONVERSATIONSKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen B1/B2

Conversación en Castellano

Este curso va dirigido a todos aquellos interesados que quieran ampliar las facultades de expresión, ampliando el vocabulario y las estructuras gramaticales a nivel B1, y potenciar la comprensión lectora, la comprensión auditiva y la expresión oral. Además, el curso está orientado a facilitar conocimientos sobre temas como: política, actualidad, geografía, cultura, sociedad, artes, literatura, etc tanto de los países de habla castellana como del resto del mundo. El material va a ser presentado en la clase.

Kleingruppe ab 6 Teilnehmenden

- **221.4S710H** Delly Rosario Toranzos de Carvajal
montags, 9:00-11:20 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 169 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen B2/C1

Conversación en Castellano C1

Este curso va dirigido a todos aquellos interesados que quieran ampliar las facultades de expresión, ampliando el vocabulario y las estructuras gramaticales entre los niveles B2+ y C1 y potenciar la comprensión lectora, la comprensión auditiva y la expresión oral. Meta del curso es también facilitar conocimientos de los países de habla castellana: de historia, cultura, sociedad y actualidad.

El material va a ser presentado en la clase.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.4S782H** Carmen Schley Bueno
montags, 10:50-12:20 Uhr
Beginn 21. Februar, 14 Termine, 105 €, VHS

SPANISCH FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

Diese Kurse richten sich an Teilnehmende, die das 60. Lebensjahr vollendet haben und an der VHS spanische Sprache erlernen möchten. Die Kurse finden in Kleingruppen statt und lassen genug Platz für Themenwünsche. Bitte bringen Sie das jeweils genannte Lehrbuch zum Kurs mit!

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
für das Qualitätsmanagement:
Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

Spanisch A1.1 (1. Semester) für Seniorinnen und Senioren

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die systematisch die spanische Sprache erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die unterschiedlichen Kulturen spanischsprachiger Länder gegeben.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 1.

Kleingruppenangebot

- **221.4S800H** Cornelia Kauer
montags, 9:10-10:40 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS
- **221.4S801H** Yolanda Aguilera González
mittwochs, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Spanisch A1.1 (2. Semester) für Seniorinnen und Senioren

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon erste geringe Kenntnisse haben und weiterlernen möchten. Hier werden weiterhin Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die unterschiedlichen Kulturen spanischsprachiger Länder gegeben.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 4.

Sollte der Kurs coronabedingt nicht stattfinden können, wird angeboten, den Kurs online durchzuführen.

Kleingruppenangebot

- **221.4S805H** Kathrin Schulz de Mendoza
montags, 14:40-16:10 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Sie haben bereits erste geringe Kenntnisse? Machen Sie den **Einstufungstest** unter vhs.link/congustonuevoa1.

Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. +/- 1 Lektion ist immer noch passend!

Waren die Testaufgaben zu leicht, machen Sie einen Einstufungstest auf einem höheren Niveau.

Spanisch A1.2 (1. Semester) für Seniorinnen und Senioren

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon geringe Kenntnisse haben und weiterlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die unterschiedlichen Kulturen spanischsprachiger Länder gegeben.

Lehrbuch: Con Gusto nuevo A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CDs, Klett, ISBN 978312514671-6, ab Lektion 7

Kleingruppenangebot

- **221.4S810H** Delly Rosario Toranzos de Carvajal
mittwochs, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 16. Februar, 15 Termine, 99 €, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!
www.instagram.com/vhssessen

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

■ Spanisch A2.2 (1. Semester) für Seniorinnen und Senioren

Sie steigen in diesem Kurs in die 2. Hälfte der Stufe A2 ein. Machen Sie den **Einstufungstest** unter vhs.link/congustonuevoa2. Der Test schlägt Ihnen als Ergebnis eine Lektion vor, die Sie dann mit unseren Kursangaben und -texten vergleichen können. +/- 1 Lektion ist immer noch passend!

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2: Kurs- und Übungsbuch + MP3-CD + DVD, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 6

Falls der Kurs coronabedingt nicht stattfinden darf, wird angeboten, den Kurs als Onlinekurs durchzuführen.

Kleingruppenangebot

- **221.45830H** Carmen Schley Bueno
donnerstags, 10:40-12:10 Uhr
Beginn 24. Februar, 14 Termine, 93 €, VHS



Herzlich willkommen
Welcome مرحبا
добродощао
добро пожаловать
bienvenido خوش آمد
欢迎 bienvenue
hoşgeldiniz

4T TÜRKISCH



Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike Reintanz-Vanselow
heike.reintanz@vhs.essen.de

☎0201 88-43222

Anmeldung

Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

☎0201 88-43223

Nähere Informationen siehe Seite 99

All Ihre Fragen zu den Kursen und zum Sprachenlernen beantworten wir Ihnen gern in einem Beratungsgespräch.

STANDARDKURSE

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A1

■ Türkisch A1.2 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der VHS Türkisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 90 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbücher:

Kolay gelsin neu! Türkisch für Anfänger. Lehrbuch mit Audio-CD, Klett, ISBN 9783125286610, ab Lektion 7

Kolay gelsin neu! Türkisch für Anfänger. Arbeitsbuch mit Audio-CD, Klett, ISBN 978-3125286627

- **221.4T270M** Kays Mutlu
montags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 7. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen: A2

■ Türkisch A2.1 (2. Semester)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit fünf Semestern an der VHS Türkisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 150 Unterrichtsstunden haben.

Lehrbücher:

Kolay gelsin neu! Türkisch für Anfänger. Lehrbuch mit Audio-CD, Klett, ISBN 9783125286610, ab Lektion 11

Kolay gelsin neu! Türkisch für Anfänger. Arbeitsbuch mit Audio-CD, Klett, ISBN 978-3125286627

- **221.4T370M** Kays Mutlu
dienstags, 18:40-20:10 Uhr
Beginn 8. Februar, 15 Termine, 81 €, VHS

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220

1

2

3

4

5

6

EDV / IT, Beruf und Wirtschaft

Inhaltsverzeichnis:

5A TASTSCHREIBEN / EDV GRUNDLAGEN / IT	5C RHETORIK / SCHLÜSSELQUALIFIKATIONEN	5D MANAGEMENTTECHNIKEN
10-Finger-System Tastenschreiben am PC 131	Rhetorik & Kommunikation 146	Managementtechniken 157
EDV/IT, Digital im Alltag 132	Soziale Kompetenzen für den Beruf 149	Büromanagement /
PC Einsteiger und Grundlagen 132	Berufliche Potenziale entfalten 153	Kaufmännische Praxis 159
Smartphones & Tablets – Android & Apple 134	Train the Trainer 154	Fachkraft Finanzbuchführung (XB) 160
Bürosoftware - Textverarbeitung,	Nachhaltiger leben und arbeiten 154	
Tabellenkalkulation, Datenanalyse 135	Ausbildereignungsprüfung (IHK) 155	
Bürokommunikation 137	Montessori-Diplom 155	
Präsentationen 137	Mediation 156	
Digital im Alltag 138	Technik Workshops für Kursleitende	
CAD und Netzwerktechnik 141	der VHS Essen 157	
Webseiten und CMS Systeme 141		
Programmieren 143		
Kryptowährungen 145		
Künstliche Intelligenz 145		

Unsere Hotline:
0201 88-43100



Stephan Rinke

**Englisch •
Digitalisierung / Erweiterte
Lernwelten**

Programmbereichsleiter:
Stephan Rinke
Raum 2.23
☎ 0201 88-43220
stephan.rinke@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
dienstags 10-12 Uhr
donnerstags 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Vanessa Bergmann
Raum 3.28
☎ 0201 88-43223
vanessa.bergmann@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Dr. Reimund Evers

**Tastatschreiben • Rhetorik /
Schlüsselqualifikationen •
Managementtechniken**

Programmbereichsleiter:
Dr. Reimund Evers
Raum 4.18
☎ 0201 88-43202
reimund.evers@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags von 10-12 Uhr
donnerstags von 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Annette Volmer
Raum 5.34
☎ 0201 88-43102
annette.volmer@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr



Katharina Graner

EDV / IT • Digital im Alltag

Programmbereichsleiterin:
Katharina Graner
Raum 5.26
☎ 0201 88-43203
katharina.graner@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10-12 Uhr
donnerstags von 17-19 Uhr
und nach Vereinbarung

Service:
Erich Maibaum
Raum 3.28
☎ 0201 88-43218
erich.maibaum@vhs.essen.de

Anmeldung / Servicezeiten:
montags bis donnerstags
10-12 Uhr und 14-16 Uhr
freitags 10-12 Uhr

Beratung für Perspektiven im Erwerbsleben

Wir beraten Sie gern:

Unterstützung bei beruflichen Veränderungen

Individuell – Neutral – Kostenlos

Es gibt viele potenzielle Auslöser für den Wunsch, sich beruflich verändern zu wollen: Mal lassen gesundheitliche Beschwerden einen Wechsel ratsam erscheinen. Mal sind es schlicht Unzufriedenheit mit dem derzeitigen Job oder eine veränderte Familiensituation. Oft gibt es auch Veränderungsdruck, weil eine Stelle befristet ist oder eine Kündigung vorliegt. Speziell für Frauen ist es nach einigen Jahren Kindererziehung nicht leicht, beruflich wieder Fuß zu fassen. Und viele Eingewanderte haben in ihrer Heimat zwar einen Beruf erlernt und ausgeübt, doch ihre Abschlüsse werden in Deutschland oft nicht anerkannt.

In solchen Fällen finden Sie in der VHS Essen mit der Beratung zu neuen "Perspektiven im Erwerbsleben" die Möglichkeit, sich individuell, neutral und kostenlos coachen zu lassen.

Dieses Angebot wendet sich an alle, die in NRW leben und arbeiten. Wer sich in einem beruflichen Orientierungs- bzw. Veränderungsprozess befindet und dabei professionelle Unterstützung sucht, kann diese Beratung in Anspruch nehmen.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union

Typische Anlässe und Ziele der Beratung sind:

- Sie wollen sich beruflich verbessern, neu orientieren oder weiterbilden?
- Sie waren einige Zeit nicht erwerbstätig und möchten jetzt zurück in den Beruf?
- Sie möchten einen Schul- oder Berufsabschluss nachholen bzw. erwerben?
- Sie haben Ihre Berufsqualifikation im Ausland erworben und möchten sich informieren, welche Möglichkeiten der Anerkennung es in Deutschland gibt?

Berufliche Perspektiven entdecken – Potenziale entfalten

Unsere Beratung orientiert sich an Ihren Ideen, Fragen und Zielen. Dabei ist es unerheblich, ob Sie mit Ihren Überlegungen noch ganz am Anfang stehen, oder schon relativ konkret wissen, was Sie vorhaben und nur noch Details klären möchten.

Die Beratung kann sich über mehrere Termine erstrecken. So begleiten wir Sie Schritt für Schritt von ersten Ansätzen bis zu konkreten Maßnahmen. Insgesamt können Sie bis zu neun Stunden in Anspruch nehmen.

Unsere Beraterinnen und Berater verfügen über langjährige Erfahrung und erfüllen die vom Land NRW vorgegebenen Qualifikationsanforderungen.



Sabine Preuß



Stephanie Herding



Thomas Körzel

Weitere Informationen sowie einen ersten Termin erhalten Sie hier:

**Weiterbildungsberatung
der Volkshochschule Essen**

Gabriele Ojstersek

Telefon 0201 88-43204

Telefax 0201 88-43003

E-Mail weiterbildungsberatung@vhs.essen.de

www.vhs-essen.de/bbe



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

**Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen**



5A TASTSCHREIBEN EDV GRUNDLAGEN / IT



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 129

10-FINGER-SYSTEM TASTSCHREIBEN AM PC

Mit der Verbreitung von Computern in allen Lebensbereichen wächst die Notwendigkeit, effizient und ergonomisch mit der Tastatur umgehen zu können. Die Beherrschung des Zehn-Finger-Blindschreibsystems ist unerlässlich für die rationelle Erfassung von Texten. Dies gilt nicht nur für professionelle Schreibkräfte, sondern auch für alle, die einen PC privat nutzen.

Alle Entgelte von Tastschreibkursen enthalten jeweils 6,00 € für eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung. Dieser Teilbetrag ist von der Ermäßigung ausgeschlossen.



BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlos Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCH[€]CK
Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/bsp

10-Finger-Tastschreiben Basics

JungeVHS!

Unsere Kurse aus der Reihe „Junge VHS“ sind exklusiv für Kinder und Jugendliche. Die Veranstaltungen sind besonders günstig kalkuliert. Falls du noch nicht 18 bist, müssen deine Eltern dich anmelden.

Wer in der Freizeit oder für die Schule den PC nutzt, sollte frühzeitig das 10-Finger-Tastschreiben erlernen. Das Schreiben von Texten wird dadurch einfacher, schneller und sogar gesünder. Der Kurs vermittelt die „blinde“ Bedienung der Tastatur (ohne Zahlenreihe). Und das macht auch noch Spaß! Nach nur 10 Unterrichtsstunden könnt ihr mit allen Fingern tippen, ohne auf die Tasten sehen zu müssen. Wer später sein Schreibtempo steigern will, sollte intensiv außerhalb des Unterrichts üben. Eine Prüfung ist in diesem Kurs nicht vorgesehen. Der Dozent ist Diplom-Verwaltungswirt.

- **221.5A051K** Harald Hendricks
dienstags, 15:45-17:45 Uhr
Beginn 8. März, 4 Termine, 52 €, inkl. Buch und Teilnahmebescheinigung, VHS

Osterferienkurse für Schüler/-innen von 11 bis 17 Jahren

- **221.5A053K** Harald Hendricks
Montag bis Donnerstag, 11.-14. April, je 10:00-12:00 Uhr, 52 €, inkl. Buch und Teilnahmebescheinigung, Blücherstraße 1, 45141 Essen, Raum 1.023
- **221.5A055K** Harald Hendricks
Montag bis Donnerstag, 11.-14. April, je 12:30-14:30 Uhr, 52 €, inkl. Buch und Teilnahmebescheinigung, Blücherstraße 1, 45141 Essen, Raum 1.023

Praktikumsberichte und Facharbeiten mit MS WORD layouts – Kompaktkurs für Schülerinnen und Schüler ab Klasse 9

JungeVHS!

An weiterführenden Schulen müssen Schülerinnen und Schüler Praktikumsberichte, Facharbeiten oder Referate verfassen. Die Texte werden mit dem Computer geschrieben, layoutet und zur Benotung eingereicht. Zu den Beurteilungskriterien gehört dabei meist, dass der abzuliefernde Text bestimmte Formvorschriften erfüllen muss. Für viele Schüler/-innen ist allerdings nach der eigentlichen Themenbewältigung die Formatierung der fertigen Arbeit am PC eine mühsame Herausforderung. Die wenigsten kennen die hilfreichen WORD-Funktionen, mit denen sich solche Texte einfach und schnell gestalten lassen. Unser Kompaktkurs zeigt daher, wie es geht: Fußnoten einfügen, Überschriften gestalten, ein Inhaltsverzeichnis automatisch erzeugen, Textkorrektur und Layout, Silbentrennung, Seitenumschlag und Abschnittswechsel, Bilder und Tabellen einfügen, Kopf- und Fußzeilen mit Seitenzahlen versehen, Literatur- und Abbildungsverzeichnisse auf Knopfdruck erzeugen sowie ein ansprechendes Deckblatt gestalten. Wer die von der Schule definierten Formvorgaben (Rand, Zeilenabstand, Schriftart etc.) sowie auf USB-Stick den ausformulierten Text mitbringt, geht mit einer passenden Vorlage sowie einem weitgehend gestalteten Dokument wieder nach Hause. Voraussetzung sind Grundlagenkenntnisse in Word. Die Dozentin ist M. A. mit langjähriger Erfahrung als EDV-Trainerin.

- **221.5A055K** Anke Luft
Samstag, 5. März, 11:00-15:00 Uhr, 17 €, VHS

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

1

2

3

4

5

6

Sie können sich auch online anmelden unter www.vhs-essen.de.

10-Finger-Tastschreiben – schnell und sicher

Sie müssen regelmäßig Texte inkl. Ziffern und Sonderzeichen mit dem PC schreiben? Dann sollten Sie das 10-Finger-Tastschreiben erlernen. Dank moderner Methoden ist dieses Ziel in nur 20 Unterrichtsstunden erreichbar. Der Kurs vermittelt die „blinde“ Bedienung der vollständigen Tastatur, ohne Blick auf die Tasten. Sie trainieren – auch zu Hause – Ihre Schreibsicherheit und können ein Tempo von ca. 120 Anschlägen/Minute erreichen. Am Kursende können Sie eine Prüfung absolvieren, die sich an den Bewertungsmaßstäben der IHK orientiert. Wer die Prüfung besteht, erhält ein Zertifikat der Volkshochschule Essen. Der Dozent ist Diplom-Verwaltungswirt.

- **221.5A073K** Harald Hendricks
dienstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 22. Februar, 7 Termine, 96 €, inkl. Buch und Teilnahmebescheinigung, VHS
- **221.5A075K** Harald Hendricks
dienstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 26. April, 7 Termine, 96 €, inkl. Buch und Teilnahmebescheinigung, VHS

Prüfungstermin 10-Finger-Tastschreiben

Sie beherrschen bereits die „blinde“ Bedienung der Tastatur mit zehn Fingern (ohne Blick auf die Tasten)? Sie wollen lediglich eine Prüfung ablegen, um ein Zertifikat zu erhalten? Dann sind Sie hier richtig. Unter Anleitung machen Sie sich mit der EDV-Ausstattung vertraut und schreiben sich mit einigen Übungstexten „warm“. Anschließend absolvieren Sie eine Prüfung, die sich an den Bewertungsmaßstäben der IHK orientiert (d. h. alle zehn Finger verwenden, mindestens 120 Anschläge pro Minute). Wer die Prüfung besteht, erhält ein Zertifikat der Volkshochschule Essen. Es eignet sich als Nachweis z. B. für eine Bewerbung.

- **221.5A093K** Harald Hendricks
Dienstag, 5. April, 18:10-19:40 Uhr, 24 €, inkl. Zertifikat, VHS
- **221.5A095K** Harald Hendricks
Dienstag, 7. Juni, 18:10-19:40 Uhr, 24 €, inkl. Zertifikat, VHS

EDV / IT, DIGITAL IM ALLTAG



Beratung / Programmbereichsleiterin
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎0201 88-43203
Anmeldung
Erich Maibaum
erich.maibaum@vhs.essen.de
☎0201 88-43218
Nähere Informationen siehe Seite 129

EDV EINSTEIGER UND PC GRUNDLAGEN

Laptop Einsteiger Crashkurs

Dieser Kurs begleitet Sie an 4 Terminen bei Ihren ersten Schritten an Ihrem Laptop! Themen: Einstieg in Windows, die wichtigsten Anwenderprogramme, Internet. Weitere Themen werden nach den Wünschen der Teilnehmenden behandelt. Bitte bringen Sie Ihr Windows Notebook mit.

Kleingruppenangebot

- **221.5A100H** Ulrich Bauer
Montag bis Donnerstag, 21. bis 24. Februar,
9:00-12:00 Uhr, 16 Ustd., 65 €, VHS

PC Einsteigerkurs für aktive Seniorinnen und Senioren – Windows und Internet

Sie lernen in einem angemessenen Tempo das Betriebssystem Windows kennen und benutzen. Themen: Maus, Tastatur, Programme, Fenster, Dateien, Ordner, Speichern, Löschen, Suchen, Texteingabe, Internet, E-Mail. Weitere Themen nach Absprache. Im Kurs wird Windows 10 verwendet.

Der Kurs wird mit einem Buch aus dem Herdt-Verlag begleitet. Im Kursentgelt ist bereits eine Lernmittelgebühr einberechnet, Sie bekommen das Buch dann zum Kursstart gestellt. Wer das Buch bereits hat, kann dies bei der Anmeldung mit angeben.

“Erste Schritte am Computer mit Windows 10“

Ausgabe: 2. Ausgabe, März 2019, Matchcode: PE-ESCOM-W10, ISBN: 978-3-86249-898-7

- **221.5A105H** Gudrun Brandenbusch
mittwochs, 10:50-13:15 Uhr
Beginn 16. Februar, 12 Termine, 150 €, VHS

Wie digital sind Sie? Testen Sie Ihre digitalen Kompetenzen mit dem **Digitalcheck NRW**: www.digitalcheck.nrw [CC-BY-SA 4.0 (DE) Land Nordrhein-Westfalen]



PC Aufbaukurs für aktive Seniorinnen und Senioren – Windows und Internet

Die bislang behandelten Themen werden fortgesetzt. Sie lernen in einem angemessenen Tempo, wie Sie Ihre Computerumgebung an eigene Bedürfnisse anpassen, weiterführende Internetanwendungen (z. B.: professionell Suchen, Auswahl, Download und Installation von Programmen/Apps) sowie Grundlagen einer Textverarbeitung. Weitere Themen nach Absprache.

- **221.5A110H** Gudrun Brandenbusch
donnerstags, 10:50-12:35 Uhr
Beginn 17. Februar, 9 Termine, 80 €, VHS

Effizient mit Windows 10 arbeiten

Viele kleine Tricks und Kniffe können den Umgang mit dem Rechner erleichtern. In diesem Wochenendkurs geht es daher darum, den effektiven Umgang mit Windows zu erlernen. Des Weiteren wird besprochen, wie ein Windows-Rechner optimal und sicher auf den Benutzer zugeschnitten werden kann. Daher stehen zusätzlich Systemsteuerung, Einstellungen, Druckeranbindung, Internet, WLAN, Netzwerk, Antivirenprogramme, Datensicherung, Windows-Updates, und Neuerungen bei Windows 10 auf der Agenda. Genügend Zeit für Ihre persönlichen Fragen und Probleme wird es auch geben. Für eine erfolgreiche Teilnahme empfehlen sich erste Erfahrungen in der Nutzung von Windows.

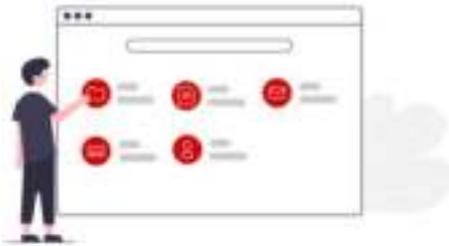
Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.5A120H** Frank Schwalfenberg
Samstag/Sonntag, 5./6. März,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 65 €, VHS

Erste Hilfe für den PC – Wege zur Problemlösung

Ihr Computer startet nicht mehr oder stürzt ab? Ungewöhnliche Aktivitäten lassen einen Virenbefall vermuten? Wichtige Dokumente oder Urlaubsfotos sind verschwunden? Kennwort vergessen? Viele Probleme können Sie selbst mit Windows Boardmitteln analysieren und auch gleich beheben. Der Workshop zeigt praxisnah systematische Wege zur Problemlösung auf. Weitere Themen: Datensicherung, Virenschutz, Updates. Grundkenntnisse in der Nutzung eines PCs sind hilfreich für eine erfolgreiche Teilnahme.

- **221.5A130H** Frank Schwalfenberg
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 72 €, VHS



Fotobücher gehören zu den ganz persönlichen Geschenken. Sind sie gut gestaltet, werden aus fotografischen Schätzen kleine Kunstwerke für die ganze Familie und liebe Freunde. Die 4 Kurse in diesem Bereich der Fotobuchgestaltung bieten innerhalb eines Semesters ein umfangreiches Wissen von den Basics bis hin zu fortgeschrittener Gestaltung und kreativer Verwendung an. Wenn Sie unsicher sind, ob alle Kurse oder ein Einstieg im fortgeschrittenen Bereich für Sie richtig ist, können wir in der Beratung gemeinsam den/die passenden Kurs/e finden.

Zum Einsatz in den Kursen kommt das Fotobuchprogramm CEWE. Es bietet vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Neben dem Umgang mit den Programmfunktionen werden Grundbegriffe des Gestaltens vermittelt.

Die Teilnehmer werden gebeten, vorab das CEWE-Fotobuchprogramm selbständig am heimischen PC zu installieren und einen USB-Stick in den Unterricht mitzubringen.

Ordnung in das Foto-Chaos mit Windows 10

Im digitalen Zeitalter verschwindet so manches tolle Foto in der Menge, oder Kopien von Lieblingsfotos in zusätzlichen Ordnern vergrößern den Datenbestand unnötig. Der Windows-Explorer bietet vielfältige Möglichkeiten, sich eine Übersicht nach unterschiedlichen Kriterien zu verschaffen und so die eigene Fotosammlung nach den eigenen Bedürfnissen zu strukturieren. Sie lernen, wie Sie Ihre Fotos komfortabel sichten, markieren und bewerten können, um darauf aufbauend Ihre Fotos effektiv in überschaubaren Ordnern zu sortieren. Der Kurs bietet für alle Interessenten der nachfolgenden Fotobuchkurse eine optimale Grundlage.

- **221.5A200H** Sigrid Riese
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 1. März, 3 Termine, 30 €, VHS

Kreative Fotobücher gestalten mit CEWE® – Grundkurs –

Oft sind es gerade die einfachen Mittel, die aus unseren Lieblingsfotos im Zusammenspiel mit Texten und Dekoration liebevolle Erinnerungs-Geschichten wachsen lassen. Dabei geht es neben dem Umgang mit dem Fotobuchprogramm darum, so zu gestalten, dass ein individueller Gesamteindruck entsteht, der sich wie ein roter Faden durchzieht. Der Kurs bietet allen Teilnehmenden genug Zeit, in Ruhe zu üben und Fragen zu stellen. Als Grundlage empfehlen wir den Kurs „Ordnung in das Foto-Chaos mit Windows 10“.

- **221.5A210H** Sigrid Riese
dienstags, 11:00-12:30 Uhr
Beginn 22. März, 5 Termine, 50 €, VHS



Das Herbstsemester beginnt am 5. September 2022.

Kreative Fotobücher gestalten mit CEWE® – Aufbaukurs –

Dieser Aufbaukurs wendet sich an alle, die in Eigenregie schon ein Fotobuch erstellt haben, am Grundkurs teilgenommen haben oder vergleichbare Kenntnisse haben. Im Vordergrund steht hier die Frage, wie ein individuelles Fotobuchthema mit Gestaltungsideen in Einklang gebracht werden kann. Konzept, Gestaltungsgesetze und die Umsetzungsmöglichkeiten des Programms finden so zusammen. Nach einer kurzen Einführung in die Programmoberfläche wird das Anlegen etwas komplexerer Layouts geübt. Hintergrundinformationen zur Bildbearbeitung und Bildoptimierung durch CEWE werden erklärt und veranschaulicht.

- **221.5A215H** Sigrid Riese
dienstags, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 10. Mai, 5 Termine, 50 €, VHS

Großmutter's Fotoalbum – Erinnerungsstücke als gedrucktes Fotobuch neu gestalten Wochenendworkshop

Von Groß- oder Urgroßeltern existieren oft keine großen Mengen Fotos, aber alte Briefe, Dokumente und Gegenstände. Wie kann daraus ein Fotobuch werden, in dem die Fotos stilvoll mit Dekor ergänzt werden und auch die Dokumente schön zur Geltung kommen? Anhand von Beispielen werden Ideen vorgestellt, die den Teilnehmenden helfen ihr eigenes nostalgisches Fotobuch im Unterricht (und zu Hause) zu planen und umzusetzen. So kann eine wunderschöne, digital erstellte Erinnerung entstehen, die bestehen bleibt!

Sie können optional gerne als Vorbereitung auf den Kurs überlegen, was für Erinnerungsstücke Sie in einem Fotobuch aufbereiten könnten. Sie müssen natürlich nicht das gesamte nostalgische Material mitbringen, aber haben dadurch schon Ideen, die Sie im Kurs mitdenken können.

- **221.5A220H** Sigrid Riese
Samstag, 2. April, 10:00-15:30 Uhr, 30 €, VHS

1

2

3

4

5

6

SMARTPHONES & TABLETS – ANDROID & APPLE

Android Smartphones und Tablets für Einsteiger/-innen – Kompaktkurs –

Smartphones oder Tablets mit dem Betriebssystem Android sind vielseitig und mobil einsetzbare, einfach zu bedienende Geräte, die für Multimedia-Anwendungen (Fotos, Musik, Spiele, etc.) und Informationsbeschaffung (Internet) gleichermaßen nützlich sind. Im Kurs geht es um die Einrichtung und grundlegende Bedienung dieser kleinen Computer sowie um Akku, Sim-Karte, Apps und die praktische Verwendung im Alltag. Themen: Oberfläche, Telefonie, Adressbuch, Internet, Apps und Widgets, Fotos und andere Daten, Cloudspeicher. Bitte bringen Sie Ihr Android Smartphone oder Tablet mit.

Kleingruppenangebot

- **221.5A250H** Ulrich Bauer
dienstags, 9:00-12:00 Uhr
Dienstag und Mittwoch, 1. & 2. März,
9:00-12:00 Uhr, 40 €, VHS

Android Smartphones und Tablets für Einsteiger/-innen

Smartphones oder Tablets mit dem Betriebssystem Android sind vielseitig und mobil einsetzbare, einfach zu bedienende Geräte, die für Multimedia – Anwendungen (Fotos, Musik, Spiele, etc.) und Informationsbeschaffung (Internet) gleichermaßen nützlich sind. Im Kurs geht es um die Einrichtung und grundlegende Bedienung dieser kleinen Computer sowie um Akku, Sim-Karte, Apps und die praktische Verwendung im Alltag. Themen: Oberfläche, Telefonie, Adressbuch, Internet, Apps und Widgets, Fotos und andere Daten, Cloudspeicher. Bitte bringen Sie Ihr Android Smartphone oder Tablet mit.

- **221.5A252H** Frank Schwalfenberg
dienstags, 17:20-18:50 Uhr
Beginn 22. März, 6 Abende, 60 €, VHS
Kurs findet nicht statt am 03.05.22, VHS
- **221.5A254H** Frank Schwalfenberg
freitags, 17:30-19:00 Uhr
Beginn 29. April, 6 Abende, 60 €, VHS

Wie digital sind Sie? Testen Sie Ihre digitalen Kompetenzen mit dem **Digitalcheck NRW**: www.digitalcheck.nrw [CC-BY-SA 4.0 (DE) Land Nordrhein-Westfalen]

Android Sicherheit

Medienberichten zufolge gelten gerade Android-Geräte als besonders unsicher. Es wird von hohen Rechnungen, Datenspionage, Viren und Sicherheitslücken berichtet. Meistens liegt es daran, dass einfache Vorsichtsmaßnahmen nicht ergriffen werden. Im Vortrag mit Diskussion werden die wichtigsten Bedrohungen angesprochen und es wird gezeigt, wie Sie sich effektiv schützen können, um Ihr Gerät ohne Sorge nutzen zu können.

- **221.5A256H** Frank Schwalfenberg
Dienstag, 21. Juni, 18:20-19:50 Uhr,
10 €, VHS

iPhone für Einsteiger/-innen

Das iPhone ist mittlerweile als persönlicher Assistent nicht mehr wegzudenken, auch wegen des Sprachassistenten Siri. Ein iPhone ist eine Informationszentrale, ein Multimediagerät für Musik, Video und Foto, eine Spielkonsole und natürlich auch das Gerät zur Kommunikation. Was es noch alles ist, erfahren Sie in diesem Kurs. Wir behandeln das aktuelle iOS Betriebssystem (iOS 15).

Themen: der 1. Start, Apple-ID, Touch-ID, Mitteilungszentrale und Kontrollzentrum, Siri im Alltag, iCloud und iCloud Drive, Kontakte, Kalender, Mail, On-Screen-Tastatur, Sonderzeichen, Healthbook, mobiles Internet, Apps, Musik, Videos, Tipps und Tricks. Bitte bringen Sie Ihr iPhone mit!

Kleingruppenangebot

- **221.5A270H** Hans-Peter Kusserow
donnerstags, 19:00-21:25 Uhr
Beginn 10. Februar, 4 Termine, 68 €, VHS
Kurs findet nicht statt am 24.02.22

iPad für Einsteiger/-innen

Mittlerweile ist das iPad Air oder das iPad mini ein Gerät, für das man nicht mehr zwingend einen Mac oder einen PC benötigt, um es nutzen zu können. Gezeigt wird alles von der ersten Anmeldung bis hin zum Umgang mit Ihrem Gerät. Wir behandeln das aktuelle iOS Betriebssystem. Bitte bringen Sie Ihr iPad mit!

Inhalt: der 1. Start, Apple-ID, Mitteilungszentrale, Kontrollzentrum, Einrichten der iCloud, Kontakte, Kalender und E-Mail, On-Screen-Tastatur, Sonderzeichen, Umgang mit dem Gerät, Internet, Apps, Musik, Videos und Multimedia, Tipps und Tricks für die tägliche Nutzung.

Kleingruppe mit maximal 8 Teilnehmenden

- **221.5A272H** Hans-Peter Kusserow
donnerstags, 19:00-21:25 Uhr
Beginn 5. Mai, 5 Termine, 85 €, VHS

Einstieg in den Mac

Der Mac stellt mit seinem Betriebssystem Mac OS X eine sichere Alternative zum Windows-PC dar. Gerade beim Umstieg von Windows auf den Mac treten häufig Fragen zur Tastatur, zur Installation von Programmen oder zum Austausch von Dateien auf. Der Kurs wird Ihnen den Umstieg oder den Einstieg in den Mac erleichtern. Vorkenntnisse benötigen Sie keine, aber ein eigenes Apple-Notebook sollten Sie mitbringen.

Inhalt: Das neue OS XI Big Sur, Tastatur und die Maus, Desktop, Dock, Trackpad, Suche, Dateien, der Finder, iCloud Drive, QuickLook, Telefonieren mit dem Mac, Facetime – Videotelefonie, Mission Control, aktive Ecken, Backup mit TimeMachine, Keychain, etc.

Kleingruppe mit maximal 8 Teilnehmenden

- **221.5A280H** Hans-Peter Kusserow
donnerstags, 19:00-21:25 Uhr
Beginn 17. März, 5 Termine, 85 €, VHS

IHRE ANMELDUNG – EINFACH UND SCHNELL:

online	unter www.vhs-essen.de
schriftlich	per Anmeldekarte, siehe letzte Seite des Programmheftes
persönlich	in der VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Erich Maibaum
erich.maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218
Nähere Informationen siehe Seite 129

BÜROSOFTWARE – TEXTVERARBEITUNG / TABELLENKALKULATION / DATENANALYSE

MS Office Grundlagen im Büroeinsatz

Die Bürosoftware MS Office stellt in heutigen Büroumgebungen den De-facto-Standard dar. Ein professioneller Umgang mit den enthaltenen Programmen ist daher in Schule, Studium oder Beruf gleichermaßen vonnöten. In diesem Kompaktkurs erhalten Sie eine grundlegende Einführung in die praktische Nutzung des Office-Paketes. Den Schwerpunkt hierbei bildet die Nutzung im Büro, also die Erstellung von Geschäftsbriefen, Protokollen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Rechnungen, Tabellen, Diagrammen und auch Präsentationen. Nur für Teilnehmende ohne Kenntnisse in den einzelnen Komponenten des Office-Paketes geeignet. Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in der Nutzung eines PCs. Das Kursgeld enthält eine Schulungsunterlage aus dem Herdt-Verlag.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden

- **221.5A300H** Frank Schwalfenberg
dienstags, 19:00–21:30 Uhr
Beginn 15. Februar, 12 Termine, 150 €,
Kurs findet nicht statt am 03.05.22, VHS



Früh buchen – Platz sichern!

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung
Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSCHÜSSECK
Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/edv

MS Office Grundlagen im Büroeinsatz – Auffrischkurs –

Sicherer werden im Umgang mit Word, Excel und Co.! Ein professioneller Umgang mit den enthaltenen Programmen ist in Schule, Studium oder Beruf gleichermaßen vonnöten. In diesem Kurs frischen Sie erste Kenntnisse auf. Im Fokus stehen dabei die Programme Word und Excel. Den Schwerpunkt hierbei bildet die Nutzung im Büro, also die Erstellung von Geschäftsbriefen, Protokollen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Rechnungen, Tabellen, Diagrammen und auch Präsentationen. Der Kurs ist für Sie richtig, wenn Sie im beruflichen und privaten Kontext vielleicht bereits Word und Excel nutzen, sich dies aber auf sehr wenige Funktionen beschränkt und Sie gerne sicherer im Umgang hiermit werden möchten. Im Kurs frischen wir Ihre vorhandenen ersten Kenntnisse auf und erweitern sowie vertiefen diese. Vorausgesetzt sind Grundkenntnisse in der Nutzung eines PCs. Weitere Themen sind nach Absprache in der Kursgruppe möglich!

Wenn Sie noch nie mit Word oder Excel gearbeitet haben, ist dieser Kurs nicht für Sie geeignet. Schauen Sie dann im Bereich der Grundlagenkurse nach z. B. 221.5A300H.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden

- **221.5A302H** Frank Schwalfenberg
mittwochs, 18:00–20:30 Uhr
Beginn 18. Mai, 6 Termine, 70 €, VHS

MS Office Grundlagen im Büroeinsatz

Bildungsurlaub

Die Bürosoftware MS Office stellt in heutigen Büroumgebungen den De-facto-Standard dar. Ein professioneller Umgang mit den enthaltenen Programmen ist daher in Schule, Studium oder Beruf gleichermaßen vonnöten. In diesem Bildungsurlaub erhalten Sie eine grundlegende Einführung in die praktische Nutzung des Office-Paketes. Den Schwerpunkt hierbei bildet die Nutzung im Büro, also die Erstellung von Geschäftsbriefen, Protokollen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Rechnungen, Tabellen, Diagrammen und auch Präsentationen. Fokussiert werden dabei die Komponenten Word (Textproduktion) und Excel (Tabellenkalkulation). Wünsche der Teilnehmenden sind willkommen. Das Kursgeld enthält eine Schulungsunterlage aus dem Herdt-Verlag. Nur für Teilnehmende ohne Kenntnisse in den einzelnen Komponenten des Office-Paketes geeignet. Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in der Nutzung eines PCs.

Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden

- **221.5A304H** Frank Schwalfenberg
Montag bis Freitag, 7. bis 11. Februar,
9:00–16:30 Uhr, 5 Tage, 189 €, VHS

Textproduktion mit MS Word – Basics

Die Bürosoftware MS Office stellt in heutigen Büroumgebungen den De-facto-Standard dar. Ein professioneller Umgang mit den enthaltenen Programmen ist daher in Schule, Studium oder Beruf gleichermaßen vonnöten. In diesem Workshop erhalten Sie eine grundlegende Einführung in eines der meistgenutzten Programme Word. Den Schwerpunkt hierbei bildet die Nutzung im Büro, also die Erstellung von Geschäftsbriefen, Protokollen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Tabellen. Die Inhalte richten sich aber vor allem auch nach den Themenwünschen der Kursgruppe. Vorausgesetzt sind Grundkenntnisse in der Nutzung eines PCs. Kleingruppenangebot

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption. In der Onlineoption finden dann Videokonferenzen und Selbstlernphasen statt. Sie erhalten dazu vor Kursstart weitere Informationen.

- **221.5A321H** Christian Pfannkuche
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00–16:15 Uhr, 14 Ustd., 69 €, VHS

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiterin
 Katharina Graner
 katharina.graner@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43203
Anmeldung
 Erich Maibaum
 erich.maibaum@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43218
 Nähere Informationen siehe Seite 129

Excel Einführung kompakt

Es werden Ihnen die Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten der Tabellenkalkulation mit Excel vermittelt. Anhand vieler Beispiele erarbeiten Sie sich ein fundiertes Basiswissen: Tabellen anlegen, speichern, formatieren. Berechnungen mit Formeln und Funktionen. Große Tabellen sortieren, filtern und verwalten. Diagramme erstellen und bearbeiten.

- **221.5A340H** Werner Pawlicki
 Samstag/Sonntag, 5./6. März, 9:30-17:00 Uhr,
 16 Ustd., 75 €, VHS
- **221.5A341H** Werner Pawlicki
 Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
 9:30-17:00 Uhr, 16 Ustd., 75 €, VHS



Excel für Fortgeschrittene kompakt

Es werden weiterführende Kenntnisse in der Tabellenkalkulation unter Excel vermittelt: erweiterter Umgang mit Funktionen, Spezialfilter, Zielwertsuche, Szenario-Manager, Pivot-Tabellen, Makros, mit Datenbanken arbeiten. Grundkenntnisse in der Tabellenkalkulation unter Excel (Formeln, einfache Funktionen) und Kenntnisse in Windows setzen wir voraus.

- **221.5A342H** Werner Pawlicki
 Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 9:30-17:00 Uhr,
 16 Ustd., 75 €, VHS

WEITERBILDUNG IN GEPRÜFTER QUALITÄT

Die Volkshochschule Essen bietet Qualität mit Zertifikat. Bei uns finden Sie hochwertige Bildungsangebote und Qualifizierungsmaßnahmen.

Zu unserem Qualitätsverständnis gehört es, stets den Erfolg der Bildungsangebote und die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden zu überprüfen.

Dies tun wir, um das Erreichte ständig zu verbessern. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit!

Ihr Ansprechpartner
 für das Qualitätsmanagement:
 Dr. Reimund Evers ☎ 88-43202

Grundlagen der Tabellenkalkulation mit MS Excel

Typische Anwendungsgebiete der Tabellenkalkulation werden vorgestellt und mit Excel umgesetzt. Der Kurs beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- Einführung in die Arbeitsumgebung von Office und Excel
- Dateneingabe und einfache Formelerstellung (einschließlich einfacher Funktionen)
- Die automatischen Ausfüllhilfen von Excel für Daten- und Formelreihen
- Formatierung von Tabellen
- Relative und absolute Bezüge
- Formeleingabe mit Inhalten unterschiedlicher Tabellenblätter / Dateien
- Einrichtung eines Blattschutzes
- Erstellung von Vorlagen

Spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Erfahrungen in der Bedienung von Windows werden allerdings vorausgesetzt.

- **221.5A343H** Christian Pfannkuche
 donnerstags, 18:50-21:15 Uhr
 Beginn 24. Februar, 6 Termine, 85 €, VHS



Tabellenkalkulation mit MS Excel

Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub vermittelt Ihnen die erforderlichen Kenntnisse zum souveränen Umgang mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel. Das Themenspektrum reicht vom Erstellen einfacher Tabellen und Diagramme bis hin zu komplexem Einsatz von Funktionen und der professionellen Gestaltung von Kalkulationen. Viele praktische Übungen. Themen: Grundlegende Techniken wie Text-, Wert- und Formeleingabe, Tabellenaufbau und -formatierung, logische, Matrix-, Zeit- und Verweis-Funktionen, Pivot-Tabellen, Grafische Elemente, SmartArts und Diagrammbearbeitung. Neue Tools wie Schnellanalyse, FlashFill und intelligente Tabellen runden das Thema ab. Windows-Kenntnisse sind erforderlich. Einen Ablaufplan über die konkreten Themen finden Sie auf unserer Homepage.

- Bildungsurlaub
- **221.5A350H** Werner Pawlicki
 Montag bis Freitag, 7. bis 11. März,
 9:00-16:30 Uhr, 5 Tage, 185 €, VHS
- Bildungsurlaub
- **221.5A352H** Werner Pawlicki
 Montag bis Freitag, 16. bis 20. Mai,
 9:00-16:30 Uhr, 5 Tage, 185 €, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Datenanalyse mit Pivot-Tabellen und weiteren Excel-Werkzeugen

Bildungsurlaub

Sie arbeiten bereits erfolgreich mit Excel, möchten aber große Datenmengen analysieren und verarbeiten. Aus dem Inhalt:

Lernen Sie schwerpunktmäßig – aber nicht ausschließlich – den Umgang mit Pivot-Tabellen, Pivot-Charts und dem erweiterten Tool PowerPivot. Arbeiten Sie mit intelligenten Tabellen, nutzen Sie für Optimierungen den Solver, für Alternativrechnungen den Szenario-Manager und die 'Was-wäre-wenn-Analyse'.

Nutzen Sie MS Query für Datenbankabfragen und den Umgang mit großen Datentabellen und Fremdformaten. Erstellen Sie individuelle Excel-Funktionen und nutzen Sie FlashFill zur Datentrennung. Konsolidieren Sie umfangreiche Tabellen und berücksichtigen Sie dabei auch die Funktion 'Teilergebnisse'.

- **221.5A354H** Werner Pawlicki
Montag, Dienstag, Mittwoch, 9:00-16:30 Uhr
Beginn 13. Juni, 3 Tage, 135 €, VHS

Programmieren mit Excel – Einführung in Visual Basic for Applications

Bildungsurlaub

Ein wesentlich effizienteres Arbeiten mit Excel ist durch die Automation von Abläufen möglich. Anhand praktischer und leicht verständlicher Beispiele lernen Sie in diesem Bildungsurlaub die Grundlagen der Programmierung mit Visual Basic for Applications kennen und erhalten so die Fähigkeit, eigene automatische Abläufe in Excel zu programmieren und so Excel-Anwendungen in VBA zu erstellen. Themen: Makros, Grundlagen in Visual Basic, Excel-Objekte, Dialogboxen, bedingte Anweisungen, Schleifen und Funktionen.

- **221.5A360H** Werner Pawlicki
Montag bis Freitag, 4. bis 8. April,
9:00-16:30 Uhr, 5 Tage, 185 €, VHS

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**

Analyse und Visualisierung von Daten mit Power BI

Bildungsurlaub

Im Power BI Kurs erlernen Sie in 3 Tagen, wie Sie die Möglichkeiten der Datenaufbereitung und Datenvisualisierung von Power BI Desktop effektiv nutzen können. Lernen Sie die wichtigen Grundlagen, die Sie für die Arbeit mit Power BI für Ihre Fragestellungen benötigen. Das Konzept Power BI Desktop und die Sprachelemente werden Sie während des Kurses kennenlernen und anhand verschiedener Beispiele einüben.

- **221.5A370H** Ralf Bendig
Montag, Dienstag, Mittwoch, 23. bis 25. Mai,
9:00-16:30 Uhr, 135 €, VHS



BÜROKOMMUNIKATION

Kommunikationsprogramm Outlook

In diesem Grundlagenkurs lernen Sie, wie Sie Outlook erfolgreich als persönlichen Informationsmanager einsetzen können. Neben der klassischen Funktion als reines E-Mail-Programm bietet Outlook sehr viel mehr; vielfältige Informationen lassen sich mit Outlook zentral verwalten. Themen: Kontakte pflegen und verwalten, klassische Adressbuchfunktionen, Kontaktdaten filtern und im Datenaustausch mit anderen Anwendungen nutzen, Termine und Terminserien einrichten, elektronischen Kalender nutzen, Aufgaben einrichten und verwalten, Posteingang organisieren und grundlegende E-Mail-Funktionen verwenden, Journale zur Dateiverwaltung nutzen und mit Notizen arbeiten.

- **221.5A380H** Werner Pawlicki
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-17:30 Uhr, 16 Ustd., 75 €, VHS



PRÄSENTATIONEN

Präsentieren mit MS PowerPoint

PowerPoint ist eine Plattform zur Präsentation digitaler Daten, die es Ihnen ermöglicht, Texte, Tabellen, Grafiken, Diagramme, Animationen, Videos und Sounds designgerecht aufbereitet miteinander zu kombinieren. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie dieses Programm nutzen, um Druckvorlagen zu erstellen oder einen Vortrag multimedial zu unterstützen. Grundkenntnisse in Windows sind erforderlich.

- **221.5A390H** Ulrich Bauer
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, 3. bis 5. Mai,
18:30-21:30 Uhr, 12 Ustd., 55 €, VHS

Einfache Flyer, Social Media Posts, Präsentationen etc. erstellen mit Canva

Siehe 221.5A432H, Seite 140

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmbereichsleiterin
 Katharina Graner
 katharina.graner@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43203
Anmeldung
 Erich Maibaum
 erich.maibaum@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43218
 Nähere Informationen siehe Seite 129

DIGITAL IM ALLTAG



Digital, Digitalisierung, analog: diese Begriffe bestimmen mittlerweile vieles in unserem Leben, in dem sie mindestens zum alltäglichen Sprachgebrauch gehören und im Zusammenhang mit den großen und kleinen technischen Notwendigkeiten und Spielereien den Alltag neu prägen. So funktioniert vielleicht noch ein Leben ohne sprechenden Kühlschrank, der automatisch die Lebensmittel bestellt, ganz gut, aber wie sieht es mit alltäglichen Dingen aus?

Die Volkshochschule Essen hat für Sie einen Reiseführer mit ausgewählten Themen aus der digitalen Welt vorbereitet: Unsere Kurse in der Kategorie Digital im Alltag führen Sie an das Digitale heran und umfassen Themen wie **Zoom, Online-Tools, Homeoffice, digitales Projektmanagement, Smartphone und Apps**. Die Kurse haben meist kürzeren Workshop-Charakter und sind damit ideal zum Reinschnuppern und Ausprobieren geeignet.

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, Siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Zoom für Einsteiger/-innen – Onlineworkshop –

Sie lernen nicht nur die Basis-Funktionen von Zoom kennen, sondern können diese auch direkt ausprobieren. Dieser Kurs ist für Teilnehmer/-innen geeignet, die bisher keine oder wenig Erfahrung mit dem Tool Zoom haben.

Inhalt:

- Vorteile von Online-Meetings und Veranstaltungen
- Grundlegende Funktionen von Zoom
- Online-Veranstaltungen abwechslungsreich gestalten

Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten für Zoom. Unter www.zoom.us/test können Sie bereits vorab die Zoomumgebung testen.

- **221.5A400H** Constanze Brinkmann
Montag, 28. März, 9:00-11:15 Uhr, 15 €
- **221.5A401H** Constanze Brinkmann
Freitag, 13. Mai, 17:00-19:15 Uhr, 15 €

Zoom für Einsteiger/-innen – The Next Step – Onlineworkshop –

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Zoom gemacht, möchten jedoch Ihr Wissen erweitern? Sie haben individuelle Fragen zu den Grundfunktionen? Sie möchten Möglichkeiten für Ihre Online-Veranstaltungen kennenlernen, die über die Basis-Funktionen hinausgehen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Inhalt: Zoom zielführend und ansprechend nutzen, Einbindung von Präsentationen, Medienvielfalt bei Video-Chats einsetzen

- **221.5A408H** Constanze Brinkmann
Montag, 20. Juni, 18:00-20:15 Uhr, 15 €

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**

Videokonferenzen: das passende Tool auswählen und optimal einsetzen – Onlineworkshop –



Auf einmal ist alles anders: Digitale Kommunikation ist auf einmal selbstverständlich. Videocalls haben schnell das normale Telefonat ersetzt. Konferenzen und andere Meetings werden zunehmend virtuell veranstaltet.

Doch welches Programm soll gewählt werden? Reicht eine freie Software aus? Welche Bedürfnisse haben ich und/ oder meine Mitarbeiter/-innen? Wo unterstützt mich eine bestimmte App?

Zahlreiche Fragen entstehen vor der Wahl eines geeigneten Meeting-Tools. Die Antworten werden in diesem Mitmach-Workshop gegeben, in dem darüber hinaus auch noch effektive Tipps für die richtige Planung und Durchführung von virtuellen Besprechungen interaktiv erarbeitet werden.

Inhalte: Auswahl der Software (Vor- und Nachteile, Datenschutz), Meetings effektiv gestalten, Visualisieren und Präsentieren

Im Kurs werden verschiedene Tools behandelt, v. a. Zoom, Jitsi, Big Blue Button

Gearbeitet wird über die vhs.cloud, jeweils mit einer Gruppenphase in wonder.me.

- **221.5A410H** Constanze Brinkmann
donnerstags, 16:15-17:45 Uhr
Beginn 24. Februar, 4 Termine, 40 €

Effektives Arbeiten im Homeoffice – Onlineworkshop –

Der Begriff Homeoffice rückt immer stärker in den Fokus. In der Regel ist eine ungewollte Ablenkung von geplanten beruflichen Aufgaben in einem privaten Umfeld wesentlich höher. Dieser Workshop sieht das Selbst- und Arbeitsplatzmanagement ganzheitlich. Die Chancen für effektives Arbeiten im Homeoffice sind erstaunlicherweise oftmals größer als im auswärtigen Büro – wenn man bestimmte Dinge berücksichtigt und die richtigen Tools einsetzt.

Die insgesamt vier rund 1,5-stündigen Kursreihen bestehen aus interaktiven Inhalten. Jeweils zum Ende eines Abschnitts bekommen die Teilnehmenden eine individuelle Aufgabenstellung, die bearbeitet bzw. trainiert werden kann. Sie erhalten – sofern gewünscht – hierfür ein Feedback der Moderation. Die Ergebnisse und Erfahrungen können auch zu Beginn der jeweils folgenden Kurseinheit mit allen Teilnehmenden besprochen werden, da sich aus individuellen Erarbeitungen oftmals interessante Aspekte für andere ergeben können.

Inhalte:

- Was bei der Einrichtung beachtet werden sollte
- Die richtige Struktur
- Tipps für den Workflow
- Motivation schaffen und erhalten
- Für immer ein aufgeräumter Schreibtisch
- Rechtliche Stolperfallen bei der Arbeit im Homeoffice

Der Kurs wird mit der vhs.cloud-Plattform begleitet. Sollte es Schwierigkeiten in der Verbindung geben, wird auf Zoom umgestiegen.

- **221.5A412H** Constanze Brinkmann
donnerstags, 10:00-11:30 Uhr
Beginn 17. Februar, 4 Termine, 40 €



Mit Trello Pläne realisieren – Onlineworkshop –

Den Überblick behalten – wer möchte das nicht? Hierbei helfen einfache Erinnerungs-Apps genauso häufig wie professionelle Tools zur Aufgabenkontrolle und zum Zeitmanagement. Die Kanban-Methode, die der Visualisierung von Arbeitsprozessen dient und damit dem Einzelnen, aber auch Teams oftmals zu hochgradiger Effizienz verhilft, steht im Fokus eines weiteren Teils unserer Reihe „Digital im Alltag“. Die App Trello wird exemplarisch behandelt – es ist einfach schön, wenn Pläne erfasst und umgesetzt werden können.

- **221.5A414H** Constanze Brinkmann
Mittwoch, 22. Juni, 17:30-19:45 Uhr, 15 €

Arbeiten im Team: Mit den richtigen Tools durchstarten – Onlineworkshop –

Der Workshop unterstützt Teams bei der Organisation ihrer Arbeit. Im Team kann und muss arbeitsteilig gearbeitet werden, gleichzeitig aber sehen sich die einzelnen Mitglieder mit besonderen Herausforderungen konfrontiert: Dadurch sind Doppelarbeit oder auch unerledigte Aufgaben keine Seltenheit. Mangelhafte oder gar fehlende Kommunikation und Information können schon früh zu extremen persönlichen Spannungen führen.

Genau für diese Probleme der Teamarbeit soll der Workshop sensibilisieren, gleichzeitig aber auch (digitale) Lösungsstrategien anbieten und leicht umsetzbare Hinweise für ein effizientes Arbeiten liefern.

Im Mittelpunkt stehen die Themen: Umgang mit Ideen im Team, Aufgabenteilung optimieren, Arbeiten mit Kommunikationstools, Projektmanagement leicht gemacht, Informationsmanagement für Teams, Zeitmanagement bei der Teamarbeit.

- **221.5A416H** Constanze Brinkmann
donnerstags, 2. und 9. Juni,
17:30-19:45 Uhr, 30 €



Sicher unterwegs in sozialen Medien – Onlineworkshop –

Der Workshop richtet sich an Menschen, die sich privat oder beruflich in und über soziale Medien austauschen oder planen, sich auszutauschen. Im Fokus stehen hier auch rechtliche Hinweise des Umgangs mit Twitter, Facebook, Instagram und Co. Ein Vorwissen im Bereich der sozialen Medien ist nicht notwendig. Die insgesamt 3 rund 1,5-stündigen Kurseinheiten bestehen aus interaktiven Inhalten. Jeweils zum Ende eines thematisch abgeschlossenen Abschnitts erhalten die Teilnehmenden eine Aufgabenstellung, die bis zur nächsten Einheit umgesetzt werden kann. Das Ergebnis ist eine rechtssichere Checkliste, die die Teilnehmenden gemeinsam bis zum Ende der letzten Einheit fertiggestellt haben.

Der richtige Kanal für mich, Konfliktherde bei sozialen Medien, Urheberrechte und Datenschutz Inhaltliche Möglichkeiten und Grenzen.

Constanze Brinkmann hat langjährige Erfahrungen im Management und als Rechtsanwältin mit eigener Kanzlei. Sie unterstützt durch Coachings und Workshops bei der rechtskonformen und effektiven Organisation und Teamarbeit sowie beim Selbstmanagement.

- **221.5A418H** Constanze Brinkmann
Freitag, 3. Juni, 17:30-19:45 Uhr, 15 €

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**
Siehe Seite 169

1

2

3

4

5

6

Tolle VHS-Fotos auf Instagram! www.instagram.com/vhsessen

Mein digitaler Tag: Mit den richtigen Tools den Alltag erleichtern - Onlineworkshop -

Das Smartphone ist ein Begleiter erster Wahl, wenn es darum geht, kleine Hilfen und große Erleichterungen zu erhalten. Im Privaten und im Beruflichen ist es immer dabei. Die Einkaufsliste findet sich auf ihm genauso wieder wie der letzte E-Mail-Austausch mit der Chef-Etage. Die kommunikativen Fähigkeiten sind das Zentrum.

- a: Kleine Helfer auf meinem Smartphone: Diktierfunktion, Wetter, Taschenrechner, Einkaufslisten, Standorte teilen, Notizen
- b: Digitale Kommunikation: Mail, Chats, SMS, Clouddienste

Sie benötigen für diesen Kurs 2 Geräte. Am Smartphone probieren Sie während des Kurses die unterschiedlichen Apps aus und sollten also für die Videokonferenz in Zoom ein 2. Gerät verwenden (Laptop/PC/Tablet).

- **221.5A420H** Constanze Brinkmann
Freitag, 8. April, 17:30-19:45 Uhr, 15 €

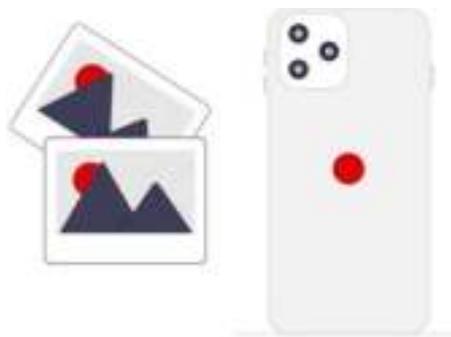
Mit Apps sportlich unterwegs und fit - Onlineworkshop -

Ende der 70er-Jahre war es der analoge Walkman, der seinem Namen alle Ehre machte und die Musik tatsächlich lauffähig machte. Digital geht der Sport – um im Bild zu bleiben – noch einen großen schnellen Schritt weiter: Der Trainer im

Ohr und die Physiokontrolle am Handgelenk ist kein Sport mehr ohne digitalen Schub. Die Schnittstellen rücken dem Körper näher. Im Kurs schauen wir uns Apps zu folgenden Themen an: Fitness, Yoga, Wandern, Radfahren

Sie benötigen für diesen Kurs 2 Geräte. Am Smartphone probieren Sie während des Kurses die unterschiedlichen Apps aus und sollten also für die Videokonferenz in Zoom ein 2. Gerät verwenden (Laptop/PC/Tablet).

- **221.5A422H** Constanze Brinkmann
Samstag, 4. Juni, 9:30-11:00 Uhr, 10 €



Mit dem iPhone / iPad Fotos und Videos aufnehmen und anschließend bearbeiten - Onlineworkshop -

„Bitte lächeln“, so die Aufforderung des Fotografen, als das Fotografieren noch richtig teuer war und als auf einen Film nur wenige Aufnahmen passten, die dann auch noch zur Entwicklung gegeben werden mussten. Die Digitalität hat dem ein Ende bereitet. Gelächelt werden kann und sollte natürlich weiterhin, auch wenn die Kosten für ein grimmiges Foto nicht mehr so hoch sind. Fotografen mit einem gewissen Anspruch müssen sich seitdem allerdings mit Bildbearbeitungs-Programmen auseinandersetzen. Die Fotokiste gibt es nur noch virtuell und das private Familienalbum wird online bestellt. Die Produkte der Firma Apple bieten zur Hardware die passende Software. Diese wird in diesem Teil der Reihe „Digital im Alltag“ im Mittelpunkt stehen. „Lächeln Sie bitte“, auch wenn diese Zeiten manchmal dystopisch anmuten. So viel Zeit muss sein.

Sie benötigen für diesen Kurs 2 Geräte. Am Smartphone probieren Sie während des Kurses die unterschiedlichen technischen Aspekte aus und sollten also für die Videokonferenz in Zoom ein 2. Gerät verwenden (Laptop/PC/Tablet).

- **221.5A424H** Constanze Brinkmann
Montag, 13. Juni, 17:30-19:45 Uhr, 15 €

Das Herbstsemester beginnt am 5. September 2022.

Das Museum auf dem Sofa: digitale Freizeitgestaltung - Onlineworkshop -

Zunehmend finden – quasi als pandemische Nebeneffekte – kulturelle Ereignisse in der digitalen Welt statt. Digital Life ist keine Wunschvorstellung von weltfremden Nerds mehr; es ist eine oftmals schwierig umzusetzende Realität geworden. Schulkinder können ein Lied davon singen – und das nicht nur im Musikunterricht vor laufender Webcam. In diesem Teil unserer Reihe zur Digitalität – ein Begriff, der übrigens die Digitalisierung im Alltag noch genauer umreißt – geht es um die schönen, geistigen, schöngestigen Dinge unseres Lebens. Auf dem Sofa unserer Träume sitzt es sich ausgesprochen bequem.

Themen: Veranstaltungen, Museen, Videos (YouTube, Streamingdienste, öffentlich rechtliche Mediatheken), Fernsehen, Zeitungen aus aller Welt, Radio global, Hörbücher, Podcasts.

- **221.5A428H** Constanze Brinkmann
Mittwoch, 16. März, 17:30-19:45 Uhr, 15 €

Einfache Flyer, Social Media Posts, Präsentationen etc. erstellen mit Canva - Onlineworkshop -

Dieses Webinar (Dauer 2,5 Stunden) ist geeignet für jeden, der Flyer, Social Media Posts oder Präsentationen etc. grafisch gestalten möchte. Die Plattform Canva bietet (ohne Kostenaufwand) erstaunlich viele Möglichkeiten, diese grafische Gestaltung zu erleichtern; es gibt eine umfangreiche Auswahl an Designvorlagen, Stock Fotos und Icons. Lernen Sie, Vorlagen zu nutzen, mit Bildern und Text zu gestalten, um diese dann als Dokument herunterzuladen oder auf den Sozialen Medien zu teilen.

Der Kurs findet als Videokonferenz statt mithilfe des Tools Zoom. Zur Teilnahme benötigen Sie einen ungestörten Raum, eine stabile Internetverbindung und einen Computer mit möglichst großem Bildschirm (oder zwei Bildschirme, um Videokonferenz und eigenes Anwendungsfenster gleichzeitig sehen zu können). Weiterhin benötigen Sie ein angeschlossenes Headset (Kopfhörer und Mikrofon), möglichst auch eine Kamera. Testen Sie bitte rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn, ob alle Geräte funktionieren. Unter www.zoom.us/test können Sie bereits vorab die Zoomumgebung testen.

Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

- **221.5A432H** Eva Wright
Dienstag, 05. April, 18:30-21:00 Uhr, 17 €



Beratung / Programmabereichsleiterin
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Erich Maibaum
erich.maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218
Nähere Informationen siehe Seite 129

CAD UND NETZWERKTECHNIK

Autodesk Fusion 360 Grundlagen

Autodesk Fusion 360 ist eine cloudbasierte professionelle 3D-CAD-Software für die mechanische Konstruktion und Produktentwicklung z. B. im Maschinenbau. Die Software ist kostenlos für Schüler, Studenten, Hobbybastler und Heimwerker. Inhalt: Die Autodesk Fusion 360-Oberfläche; Bauteile modellieren, Skizzen erzeugen; Abhängigkeiten vergeben; 3D-Befehle: Extrusion, Drehung, Bohrung, Wandstärke, Gewinde; Boolesche Operationen: Vereinigung, Differenz; Volumenkörper abrunden und fassen; Zusammenbauzeichnung erstellen; 2D-Zeichnungsableitung. Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse und ein vor dem Seminar-Start angelegtes Konto bei „Autodesk Account“.

Kleingruppenangebot ab 4 Personen

- **221.5A470H** Hans-Jürgen Grigat
montags, 18:30-21:30 Uhr
Beginn 7. Februar bis 4. April, 6 Abende,
140 €, Kurs findet nicht statt am: 28.02.22,
14.03.22 & 21.03.22, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Autodesk Inventor 3D-Konstruktion Einführung

Themen: Die Inventor-Arbeitsoberfläche; Skizzen erzeugen; Abhängigkeiten vergeben, Extrusion, Drehung, Bohrung, Wandstärke, Gewinde; Boolesche Verknüpfungen: Vereinigung, Differenz, Schnittmenge; Volumenkörper abrunden und fassen; Arbeitselemente erzeugen; Zusammenbauzeichnung erstellen; 2D-Zeichnungsableitung. Als Voraussetzung sollten Sie CAD-Grundlagen im 2D-Bereich mitbringen. Kleingruppenangebot ab 4 Teilnehmenden

- **221.5A472H** Hans-Jürgen Grigat
montags, 18:30-21:30 Uhr
Beginn 25. April, 6 Abende, 140 €, VHS

AutoCAD Grundlagen

Bildungsurlaub

Themen: Einführung in die Arbeitsoberfläche, Koordinateneingabe und Objektfang, Zeichnen von Linien, Kreisen und Bögen, Änderungsbefehle anwenden, Layer-Technik verwenden, Zeichnungen bemaßen und beschriften, Arbeiten mit Rastergrafiken, Erstellen von Blöcken, Arbeiten mit Externen Referenzen, Maßstäbe realisieren. Grundkenntnisse des technischen Zeichnens und Windows-Grundkenntnisse sind erforderlich.

Kleingruppe ab 5 Teilnehmenden

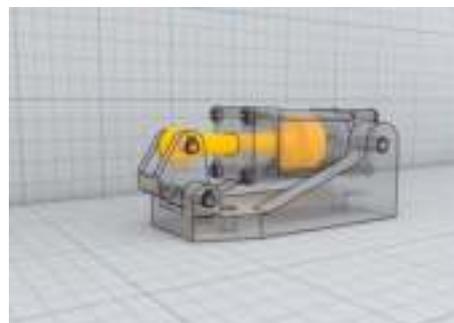
- **221.5A474H** Hans-Jürgen Grigat
Montag bis Freitag, 2. bis 6. Mai,
9:00-16:30 Uhr, 5 Tage, 220 €, VHS

Netzwerktechnik

Themen:

- Wie funktioniert ein TCP-IP-Netzwerk
 - Hardwarekomponenten wie Kabel, Switch, Router, WLAN, Accesspoints, Firewall, usw.
 - Einrichtung eines Netzwerks
 - Netzwerkmasken, Gateways und Routing zwischen Netzwerken
 - DNS- Server zur Namensauflösung
 - Masquerading
 - Sicherheitsaspekte in lokalen Netzwerken
 - Werkzeuge zum Verwalten, Konfigurieren und zur Fehlersuche in Netzwerken
 - Fernwartung und VPN Zugänge aus dem Internet
- Kleingruppenangebot ab 6 Teilnehmenden

- **221.5A480H** Christian Pfannkuche
donnerstags, 18:50-20:20 Uhr
Beginn 28. April, 5 Termine, 50 €, VHS



WEBSEITEN UND CMS SYSTEME

Webseiten erstellen – Einführung in HTML und CSS

Die Basis des Internets bilden die Webseiten, also mit Texten, Bildern, Video und weiterführenden 'Hyperlinks' gefüllte Seiten. HTML ist die verwendete Makrosprache, die zusammen mit CSS über die Gestaltung und Darstellung der jeweiligen Seite entscheidet. Der Kurs ermöglicht es, – ohne Vorkenntnisse im Programmieren und ohne kostspielige Webdesign-Software – eigene Web-Pages zu erstellen und gibt Gelegenheit, Gestaltungswünsche bei der Erstellung einer Homepage umzusetzen. Kenntnisse in der Bedienung eines PCs werden vorausgesetzt. Das Kursentgelt enthält Unterrichtsmaterial aus dem Herdt-Verlag.

- **221.5A510H** Hans Witteck
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 10:00-17:00 Uhr,
16 Ustd., 90 €, VHS

Einführung in HTML und CSS

Bildungsurlaub

Sie erlernen in diesem Bildungsurlaub alle wichtigen HTML-Elemente und formulieren diese selbstständig mit Hilfe eines Editors. Sie verlinken Webseiten, setzen Grafiken ein, erstellen Listen und Formulare und erhalten wertvolle Hinweise zu Datei- und Ordnerstruktur, Fehlersuche und Veröffentlichung. Die erlernten HTML-Elemente werden mit CSS-Eigenschaften wie Selektoren, Vererbung, Positionierung und Elementfluss gezielt formatiert und schließlich zu einem einsatzfähigen Website-Layout zusammengeführt. Mit diesem Wissen werden Sie auch fremden HTML- und CSS-Code, wie den einer Vorlage eines Content Management Systems oder eines Webeditors, verstehen, verändern und erweitern können. Die gesamte Ablaufplanung erfolgt natürlich, wie in Veranstaltungen der Erwachsenenpädagogik üblich und notwendig, mit Rücksicht auf die nicht näher zu spezifizierenden Vorkenntnisse der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer und vorbehaltlich des Lerntempos der gesamten Lerngruppe.

Einen Ablaufplan mit den konkreten Inhalten finden Sie auf unserer Homepage.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden.

- **221.5A512H** Niklas Kanthak
Montag bis Donnerstag, 9. bis 12. Mai,
9:00-16:30 Uhr, 4 Termine, 195 €, VHS

1

2

3

4

5

6

Früh buchen – Platz sichern!

WordPress – Einstieg leicht gemacht

Über 40 Prozent aller Internet Webseiten verwenden das frei erhältliche und einfach zu installierende WordPress-CMS (Version 5.X). Mit WordPress werden professionelle Ansprüche für Ihre Internetpublikationen realisierbar. Ob interessante Texte, Fotos oder Produkte einem größeren Publikum gezeigt werden sollen – mit WordPress sind die erforderlichen Schritte schnell gemacht und die Möglichkeiten, eigene Vorstellungen zur Gestaltung umzusetzen, sind riesig. Der Funktionsumfang von WordPress ist äußerst variabel und passt sich Ihren Wünschen an. Themen: Konzepte, Benutzeroberfläche, Themes, Inhalte, Kommentare, Plugins.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.5A550H** Hans Wittek
mittwochs, 20:10-21:40 Uhr
Beginn 2. März, 10 Termine, 90 €, VHS

Webseiten gestalten und pflegen für Anfänger – WordPress – Schnelleinstieg

Dieses 2-tägige Seminar ist perfekt für Kleinunternehmer/-innen und Start-ups geeignet, die noch keine eigene Webseite haben oder ihre WordPress Webseite selbst pflegen möchten. WordPress ist das mit Abstand populärste Content-Management-System. Ursprünglich für den Betrieb eines Blogs konzipiert, eignet es sich heute für alle möglichen Einsatzzwecke. Lernen Sie die wichtigsten Funktionen der Redaktionsoberfläche für den Betrieb Ihrer eigenen Website kennen: Legen Sie Beiträge, Seiten und Menüs an, verwalten Sie Medien und passen Sie das System über verschiedene Layoutvorlagen (Themes) an. Gute Kenntnisse in der PC- und Internet-Nutzung werden vorausgesetzt.

Im Kurs werden zu Beginn Unterschiede zwischen Wordpress.com und Wordpress.org besprochen, bevor Sie sich entscheiden können, welchen Zugang Sie für Ihre Website verwenden wollen.

- **221.5A552H** Eva Wright
Samstags, 05. März und 02. April,
9:00-16:00 Uhr, 16 Ustd., 75 €, VHS

WordPress – Schnelleinstieg – Onlinewochenende –

WordPress ist das mit Abstand populärste Content-Management-System. Ursprünglich für den Betrieb eines Blogs konzipiert, eignet es sich heute für alle möglichen Einsatzzwecke. Lernen Sie die wichtigsten Funktionen der Redaktionsoberfläche für den Betrieb Ihrer eigenen Website kennen: Legen Sie Beiträge, Seiten und Menüs an, verwalten Sie Medien und passen Sie das System über verschiedene Layoutvorlagen (Themes) an. Gute Kenntnisse in der PC- und Internet-Nutzung werden vorausgesetzt. Für die Videokonferenz wird Zoom verwendet.

Zur Teilnahme benötigen Sie einen ungestörten Raum, eine stabile Internetverbindung und einen Computer mit möglichst großem Bildschirm (oder zwei Bildschirme, um Videokonferenz und eigenes Anwendungsfenster gleichzeitig sehen zu können). Weiterhin benötigen Sie ein angeschlossenes Headset (Kopfhörer und Mikrofon), möglichst auch eine Kamera. Testen Sie bitte rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn, ob alle Geräte funktionieren. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A554H** Niklas Kanthak
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-13:15 Uhr, 8 Ustd., 50 €

WordPress: Redaktion, Administration, Design

Bildungsurlaub

WordPress ist das mit Abstand populärste Content-Management-System. Ursprünglich für den Betrieb eines Blogs konzipiert, eignet sich WordPress mit seinem großen Funktionsumfang heute für alle möglichen Einsatzzwecke. Hier lernen Sie die Redaktionsoberfläche kennen, legen Beiträge, Seiten und Menüs an und verwalten Medien, Kommentare, Tags und Kategorien. Zur Administration werden Sie die Software selbst installieren und zur Wartung Backups erstellen. Schließlich passen Sie das System über verschiedene Themes an und erweitern es mit Plugins.

Gute Kenntnisse in der PC- und Internet-Nutzung werden vorausgesetzt.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A556H** Niklas Kanthak
Montag, Dienstag, Mittwoch, Beginn 30. Mai,
9:00-16:30 Uhr, 3 Termine, 150 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleiterin
Katharina Graner
katharina.graner@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43203
Anmeldung
Erich Maibaum
erich.maibaum@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43218
Nähere Informationen siehe Seite 129

Typo3 – Schnelleinstieg – Onlinewochenende

In diesem Onlineseminar erlernen Sie die wichtigsten Operationen für eine reibungslose Onlineredaktion mit dem häufig eingesetzten Content-Management-System TYPO3. Sie erstellen, bearbeiten die unterschiedlichen Seitentypen und Inhaltselemente, platzieren Bilder und Dateien und schützen Bereiche der Website vor Zugriff. Gute Kenntnisse in der PC- und Internet-Nutzung werden vorausgesetzt.

Für die Videokonferenz wird Zoom verwendet.

Zur Teilnahme benötigen Sie einen ungestörten Raum, eine stabile Internetverbindung und einen Computer mit möglichst großem Bildschirm (oder zwei Bildschirme, um Videokonferenz und eigenes Anwendungsfenster gleichzeitig sehen zu können). Weiterhin benötigen Sie ein angeschlossenes Headset (Kopfhörer und Mikrofon), möglichst auch eine Kamera. Testen Sie bitte rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn, ob alle Geräte funktionieren.

Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A570H** Niklas Kanthak
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-13:15 Uhr, 8 Ustd., 50 €

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlos Beratung in der VHS Essen

- + Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- + Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich aktiv - es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/foip





TYPO3 Einführung

In diesem Seminar erhalten Sie eine strukturierte Einführung in die Handhabung des Content-Management-Systems TYPO3. Sie lernen die Benutzeroberfläche und alle für eine reibungslose Onlineredaktion nötigen Operationen kennen: Sie erstellen, bearbeiten und kopieren die unterschiedlichen Seitentypen und Inhaltelemente, platzieren Bilder und Dateien, fertigen Übersetzungen an und schützen Bereiche der Website vor Zugriff. Dazu erhalten Sie nützliche Tipps, z. B. für die effiziente Arbeit mit dem Rich-Text-Editor und die Suchmaschinenoptimierung. Gute PC-Kenntnisse werden vorausgesetzt.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A572H** Niklas Kanthak
montags, 17:50-20:10 Uhr
Beginn 16. Mai, 5 Termine, 90 €, VHS

PROGRAMMIEREN

Programmieren – der Anfang

Kaffeemaschinen, Waschmaschinen und Heizungen (Smart Home) werden digital gesteuert, vernetzt und programmiert. Es werden in diesem Kurs neben den Grundlagen der Programmierung (Strukturen, Daten, Logik und Anweisungen) Programmbeispiele aus dem Bereichen der Licht- und Temperatursteuerung erarbeitet. Als Plattform wird der Arduino (ESP8266, ESP32) zur Programmierung verwendet. Grundlegende Konzepte des Programmierens, insbesondere zu Anweisungen und Kontrollstrukturen (in C/C++), werden vermittelt und eingeübt.

Voraussetzung: Gute Kenntnisse in der Bedienung eines PCs.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption.

- **221.5A600H** Hans Wittek
mittwochs, 18:20-19:50 Uhr
Beginn 2. März, 10 Termine, 95 €, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!

www.instagram.com/vhsessen

Java Grundkurs

Java ist eine Programmiersprache und eine Laufzeitumgebung, die zuerst im Jahre 1995 von Sun Microsystems veröffentlicht wurde. Es gibt eine täglich wachsende Anzahl von Anwendungen und Websites, die nur funktionieren, wenn auf dem Endgerät Java installiert ist. Java ist schnell, sicher und zuverlässig. Angefangen bei Laptops bis hin zu Rechenzentren, Spielekonsolen, wissenschaftlichen Supercomputern, Mobiltelefonen und dem Internet, Java wird überall verwendet.

Kursinhalte:

Vorstellung der Programmierumgebung Eclipse, Was ist objektorientierte Programmierung, Ein erstes Programm erstellen, Datentypen, Ausdrücke, wie arithmetische- relationale, logische Operatoren, Anweisungen wie Verzweigungen und Schleifen, objektorientierte Objekte wie Klassen, Methoden, Vererbung, Strings (Zeichenketten), Fehlerbehandlung, Collections (Vector, Stack, Iteratoren, Kalender), Streams, Dateihandling, Multithreading.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A620H** Christian Pfannkuche
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
Beginn 10. März, 10 Termine, 95 €, VHS

Einführung in die Programmierung mit JavaScript

JavaScript macht es Programmierneulingen leicht: Ein Texteditor und ein Webbrowser genügen, um JavaScript-Programme zu schreiben und ausführen zu lassen. Schließlich interpretiert jeder moderne Webbrowser diese mächtige Programmiersprache und macht aus statischen Webseiten im besten Fall interaktive Anwendungen. Lernen Sie die grundlegenden JavaScript-Befehle und -Strukturen in aufeinander aufbauenden Lektionen kennen und anwenden. Vorkenntnisse im Programmieren sind nicht erforderlich. Themen: Variablen, Kontrollstrukturen, Funktionen, Objekte, Document Object Model (DOM), Events.

Kleingruppenangebot ab 5 Teilnehmenden

- **221.5A630H** Niklas Kanthak
mittwochs, 17:50-20:10 Uhr
Beginn 23. Februar, 10 Termine, 180 €, VHS

Einführung in die Programmierung mit JavaScript

Bildungsurlaub

JavaScript macht es Programmierneulingen leicht: Ein Texteditor und ein Webbrowser genügen, um JavaScript-Programme zu schreiben und ausführen zu lassen. Schließlich interpretiert jeder moderne Webbrowser diese mächtige Programmiersprache und macht aus statischen Webseiten im besten Fall interaktive Anwendungen. Lernen Sie die grundlegenden JavaScript-Befehle und -Strukturen in aufeinander aufbauenden Lektionen kennen und anwenden. Themen: Variablen, Kontrollstrukturen, Funktionen, Objekte, Document Object Model (DOM), Events. HTML- und CSS-Grundkenntnisse sind hilfreich, Programmierkenntnisse sind nicht nötig.

Die gesamte Ablaufplanung erfolgt natürlich, wie in Veranstaltungen der Erwachsenenpädagogik üblich und notwendig, mit Rücksicht auf die nicht näher zu spezifizierenden Vorkenntnisse der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer und vorbehaltlich des Lerntempos der gesamten Lerngruppe.

Einen Ablaufplan zur Veranstaltung finden Sie auf unserer Homepage.

- **221.5A632H** Niklas Kanthak
Montag bis Donnerstag, 14. bis 17. Februar,
9:00-16:30 Uhr, 4 Termine, 195 €, VHS

Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.

1

2

3

4

5

6



Beratung / Programmabereichsleiterin
 Katharina Graner
 katharina.graner@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43203
 Anmeldung
 Erich Maibaum
 erich.maibaum@vhs.essen.de
 ☎ 0201 88-43218
 Nähere Informationen siehe Seite 129

Programmiersprache Python – Grundlagenkurs –

Die Programmiersprache Python ist wegen ihrer einfachen, klaren Struktur bei gleichzeitig weiten Einsatzmöglichkeiten inzwischen eine der wichtigsten Sprachen. Um für die eigenen Einsatzgebiete passende Anwendungen schreiben zu können, muss man zunächst sowohl die Sprache selbst als auch die hinter ihr stehenden Konzepte kennen und können. Genau diese Konzepte und Sprachelemente werden wir während des Kurses kennenlernen und anhand verschiedener Beispiele einüben. Grundkenntnisse einer Programmiersprache sind von Vorteil, aber in keinem Fall Voraussetzung, da alle Inhalte von Grund auf erarbeitet werden. Auf Wünsche und Ideen der Kursteilnehmenden kann dabei eingegangen werden.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien und Ankündigungen der Kursleitung. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption. Der Unterricht findet dann mit Videokonferenzen und Selbstlernphasen statt. Es wird dafür ein Rechner mit installiertem Python (Download: python.org, mindestens Version 3.10.x) benötigt.

- **221.5A640H** Simone Opel
 Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 10:00-17:00 Uhr
 16 Ustd., 65 €, VHS

**Bildung schenken
 mit dem Geschenkgutschein
 der VHS Essen!**
 Siehe Seite 169



Programmiersprache Python – für Fortgeschrittene –

Für diesen Kurs benötigen Sie Vorkenntnisse beispielsweise aus dem Grundlagenkurs Python.

Wir werden eine der aktuell wichtigsten Anwendungen von Python betrachten – den Umgang und die Auswertung von großen Datenmengen als Einstieg in die Welt des Machine Learning, also der Erstellung von Anwendungen der Künstlichen Intelligenz. Vorkenntnisse aus Data Science und Machine Learning werden nicht benötigt. Die notwendigen Bibliotheken und Daten werden zur Verfügung gestellt oder sind in Python vorhanden. Da im Kurs mit der Online-Entwicklungsumgebung Colab von Google (<https://colab.research.google.com/>) gearbeitet wird, sollten Sie sich zuvor – falls nicht bereits vorhanden – eine Google-Mailadresse bzw. ein Google-Konto (kostenlos) anlegen, was Sie dann im Kurs verwenden können.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien und Ankündigungen der Kursleitung. Sie erhalten vor Kursstart weitere Informationen und Zugangsdaten.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption. Der Unterricht findet dann mit Videokonferenzen und Selbstlernphasen statt. Es wird dafür ein Rechner mit installiertem Python (Download: python.org, mindestens Version 3.8.x) benötigt.

- **221.5A641H** Simone Opel
 Sonntag, 12. Juni, 10:00-17:00 Uhr, 39 €, VHS

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Python

■ Bildungsurlaub

Die Programmiersprache Python findet wegen ihrer einfachen, klaren Struktur bei gleichzeitig weiten Einsatzmöglichkeiten immer mehr Freunde. Um für die eigenen Einsatzgebiete passende Scripte schreiben zu können, muss man zunächst sowohl die Sprache selbst als auch die hinter ihr stehenden Konzepte – wie z. B.: Objektorientierung – kennen und können.

Genau diese Konzepte und Sprachelemente werden wir während des Kurses kennenlernen und anhand verschiedener Beispiele einüben.

Themen:

Einführung in die Programmiersprache Python, Grundlegende Konzepte von Python, Arbeiten mit Variablen, Datenstruktur mit Python, Vergleiche, Bedingungen (if, else, elif), Schleifen in Python (while, for, break, continue), Funktionen in Python, Python-Standardbibliothek (GUI, Math, ...), Objektorientierung in Python, Fehlerbehandlung und Ausnahmen, Datenspeicherung. Einen Ablaufplan zur Veranstaltung finden Sie auf unserer Homepage.

Grundkenntnisse einer Programmiersprache sind von Vorteil, aber in keinem Fall Voraussetzung, da alle Inhalte von Grund auf erarbeitet werden. Auf Wünsche und Ideen der Kursteilnehmenden kann dabei eingegangen werden.

Der Kurs wird mit der VHS Essen Moodleplattform begleitet als zentraler Ort für Kursmaterialien, Zugangsdaten und Ankündigungen der Kursleitung. Weitere Informationen erhalten Sie vor Kursstart.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz- als auch die Onlineoption. Der Unterricht findet dann mit Videokonferenzen und Selbstlernphasen statt. Es wird dafür ein Rechner mit installiertem Python (Download: python.org, mindestens Version 3.10.x und VS Code) benötigt.

- **221.5A642H** Ralf Bendig
 Montag bis Freitag, 25. bis 29. April,
 9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 185 €, VHS

Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/vhsessen

Data Analytics & machine learning – Python für Fortgeschrittene

Bildungsurlaub

Aktuelle Trends wie Digitalisierung, E-Commerce und Social Media führen zu einer rasanten Zunahme an Daten, die für Unternehmen und Organisationen zunehmend zum zentralen Erfolgsfaktor werden. Durch Data Analytics und Machine Learning werden wichtige Erkenntnisse für den Geschäftserfolg gewonnen.

Data Analytics und Machine Learning wird nicht nur in Unternehmen erfolgreich eingesetzt, sondern auch in anderen Bereichen wie z. B. in der Medizin, im Bildungswesen, im medialen Umfeld, in der Marktforschung sowie in den Sozial- und Naturwissenschaften.

Voraussetzung: Grundlagenkenntnisse Python.

Da im Kurs mit der Online-Entwicklungsumgebung Colab von Google (<https://colab.research.google.com/>) gearbeitet wird, sollten Sie sich zuvor - falls nicht bereits vorhanden - eine Google-Mailadresse bzw. ein Google-Konto (kostenlos) anlegen, was Sie dann im Kurs verwenden können.

Falls der Kurs coronabedingt nicht vor Ort stattfinden kann, wird der Kurs als Onlinekurs umgestellt. Ihre Anmeldung gilt sowohl für die Präsenz-, als auch die Onlineoption. Der Unterricht findet dann mit Videokonferenzen und Selbstlernphasen statt.

- **221.5A645H** Ralf Bendig
Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni,
9:00-16:30 Uhr, 5 Termine, 185 €, VHS

Digital kreativ! Projekte mit dem Arduino

Die kleine Arduino-Platine lässt sich leicht programmieren und ist dadurch äußerst vielseitig in einer Vielzahl von Projekten einsetzbar. Sowohl die aus einem Mikrocontroller-Board bestehende Hardware als auch die Arduino-Entwicklungsumgebung (IDE) sind Open Source. Auch für technisch weniger versierte Anwender/-innen geeignet. Der Arduino ist ideal für alle möglichen Steuerungs- und Regelungsaufgaben (auch z. B. im Bereich Smarthome) geeignet. Wir werden mit dem Arduino Musik-, LED-Kunst- und weitere kreative Anwendungen in verschiedenen Projekten selbstständig erarbeiten.

- **221.5A690H** Hans Wittek
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 90 €, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

KRYPTOWÄHRUNGEN

Kryptowährungen – Bitcoins und seine Alternativen? – Onlineworkshop/ Vortrag –

Einige Visionäre sehen in Kryptowährungen (digitalem Geld) bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten sowie von marktbeherrschenden Großbanken existieren. Für die anderen bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik-Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Internet. Wertzuwächse von mehreren hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoins und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Wir zeigen Ihnen, wie Kryptowährungen funktionieren und an welchen Stellen sie bereits heute Einzug in unseren Alltag gefunden haben. Folgende Punkte werden im Workshop besprochen:

- Einführung in Kryptowährungen
- Was versteht man unter Mining?
- Notwendige technische Ausrüstung
- Vor- und Nachteile von Kryptowährungen gegenüber etablierten Währungen
- Gefahren bei Kryptowährungen
- Das Phänomen Bitcoin
- Alternativen zu Bitcoins
- Kryptowährungen als Zahlungsmittel im Alltag
- Kryptowährungen zur Spekulation und Geldanlage

Der Kurs findet über die Videokonferenzplattform ZOOM statt. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn einen Link, über den Sie ganz einfach dem Online-Konferenzraum beitreten können. Sie benötigen einen Rechner, Laptop oder Tablet und eventuell ein Headset oder Smartphone-Kopfhörer.

Der Workshop wird als gemeinsamer Termin für mehrere Volkshochschulen angeboten. Bei diesem Kurs besteht daher eine Durchführungsgarantie.

- **221.5A700H** Hartmut Nehme
Dienstag, 22. März, 18:30-21:00 Uhr, 15 €

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

Was verbirgt sich hinter Künstlicher Intelligenz und wie wird diese unseren Alltag verändern – Online Workshop/Vortrag –

Künstliche Intelligenz, häufig auch als KI abgekürzt, gilt als eine der wichtigsten Zukunftstechnologien der nächsten Jahre. Viele sehen in der Nutzung von Künstlicher Intelligenz eine weitere Vereinfachung unseres Alltages, indem Routineaufgaben durch Maschinen übernommen werden. Anderen gilt Künstliche Intelligenz als Vernichter von Millionen von Arbeitsplätzen. Wir wollen Sie in diesem Kurs mit den Grundlagen von Künstlicher Intelligenz vertraut machen und Ihnen an konkreten Beispielen aufzeigen, was heutige und zukünftige Lösungen damit im Stande sind zu leisten. Eine praktische Anwendung für künstliche Intelligenz stellen die Digitalen Sprachassistenten (Alexa, Siri usw.) dar.

Während des Seminars gehen wir auf folgende Fragestellungen ein:

- Was steckt hinter Künstlicher Intelligenz (KI)?
- Wie erfolgt die Datensammlung als Grundlage für Künstliche Intelligenz?
- Wie können sich Computersysteme selbstständig weiterentwickeln?
- Wie wird Künstliche Intelligenz unseren Alltag vereinfachen?
- Welchen Einfluss hat Künstliche Intelligenz auf unsere Arbeitsplätze?
- Welche konkreten Lösungen im Bereich KI gibt es heute bereits?
- Wo kommt Künstliche Intelligenz an ihre Grenzen?
- Wo liegen die Gefahren von Künstlicher Intelligenz?
- Welche Auswirkung hat Künstliche Intelligenz auf die Gesellschaft?
- Welche Pläne verfolgt die Politik im Zusammenhang mit Künstlicher Intelligenz?

Der Kurs findet über die Videokonferenzplattform ZOOM statt. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn einen Link, über den Sie ganz einfach dem Online-Konferenzraum betreten können. Sie benötigen einen Rechner, Laptop oder Tablet und eventuell ein Headset oder Smartphone-Kopfhörer.

Der Workshop wird als gemeinsamer Termin für mehrere Volkshochschulen angeboten. Bei diesem Kurs besteht daher eine Durchführungsgarantie.

- **221.5A710H** Hartmut Nehme
Dienstag, 3. Mai, 18:30-21:00 Uhr, 15 €

1

2

3

4

5

6

5C RHETORIK / SCHLÜSSELQUALIFIKATIONEN



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43202

Anmeldung

Annette Volmer

annette.volmer@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129

RHETORIK & KOMMUNIKATION

Basics der Rhetorik für Jugendliche

JungeVHS!

Unsere Kurse aus der Reihe „Junge VHS“ sind exklusiv für Kinder und Jugendliche. Die Veranstaltungen sind besonders günstig kalkuliert. Falls du noch nicht 18 bist, müssen deine Eltern dich anmelden.

In der Schule, im Studium, im Verein, bei Familienfeiern, beim Treffen der Bürgerinitiative oder im Job: Immer wieder wird es vorkommen, dass ihr anderen Leuten etwas erklären oder vor Publikum einen Vortrag halten müsst. Aber was nützen das fundierteste Wissen und die besten Ideen, wenn ihr nicht in der Lage seid, dies überzeugend zu vermitteln? Der Kurs zeigt, wie ihr vor Publikum stehen und bestehen könnt. Ihr lernt, wie ihr möglichst entspannt mit Lampenfieber umgeht und wie man grundlegende rhetorische Wirkmittel (Sprache, Mimik, Gestik) bewusst einsetzt. In praktischen Trainingssituationen wird das Gelernte ausprobiert. Vielleicht findet ihr dabei sogar heraus, dass die „Kunst der freien Rede“ euch nutzt und Spaß machen kann. Der Dozent ist Personalentwickler und Trainer.

- **221.5C000K** Georg Engels
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai,
10:00-16:00 Uhr, 14 Ustd., 32 €, VHS



Grundkurs Rhetorik

Sie wollen lernen, überzeugend und selbstsicher vorzutragen, den eigenen Standpunkt wirkungsvoll zu vertreten, für ein Thema zu begeistern oder bei einem privaten bzw. beruflichen Anlass vor Publikum zu sprechen? Der Kurs richtet sich an Interessierte mit keinen oder geringen Vorkenntnissen. Er bietet die Gelegenheit, Nervosität abzubauen, positive Erfahrungen zu sammeln und in entspannter Atmosphäre zu üben. Techniken der freien Rede werden vorgestellt und trainiert. Falls Sie eigene, konkrete Vorträge, Gespräche oder Reden planen, können diese im Kurs vorbereitet werden. Sie erhalten Feedback und Verbesserungsvorschläge, erproben und verbessern im geschützten Rahmen Ihre Wirkung. Inhalte des Kurses sind: Selbstmanagement, Strategien gegen Sprechunsicherheiten, Sprechausdruck, Architektur einer Rede, der kurze Redebeitrag, Körperhaltung, Mimik und Gestik, Schlagfertigkeit, Umgang mit Störungen und Pannen. Der Dozent ist freier Redner, Coach und Trainer.

- **221.5C001K** Simon Croonenbroeck
montags, 18:10-21:30 Uhr
Beginn 7. März, 4 Termine, 50 €, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kontrollierte Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 300 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK

Weniger für dich zahlen - mehr dafür erhalten!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/fof

Grundkurs Rhetorik | Online per Zoom-Videokonferenz

Dieser Kurs ist inhaltlich identisch mit dem zuvor beschriebenen. Er findet jedoch online per Zoom-Videokonferenz statt. Zur Teilnahme benötigen Sie eine stabile Internetverbindung sowie ein Endgerät mit Webcam. Empfehlenswert ist ein Computer mit Kamera, Mikrofon und Lautsprechern / Headset. Alternativ können Sie auch ein Tablet nutzen. Zusätzlich sollten Sie gern auch Ihr Smartphone zur Hand haben. Der Dozent ist freier Redner, Coach und Trainer.

- **221.5C003K** Simon Croonenbroeck
mittwochs, 18:10-21:30 Uhr
Beginn 23. März, 4 Termine, 61 €,
Kleingruppe 8-10 TN

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

Aufbaukurs Rhetorik

Sie haben am Grundkurs teilgenommen oder verfügen bereits über Erfahrungen aus rhetorischen Situationen wie z. B. Vortrag, Unterricht, Gespräch und wollen Ihre Kommunikationskompetenz weiter optimieren? Im Aufbaukurs lernen Sie anhand von praktischen Übungen, Menschen mit der „Macht des Wortes“ im Vortrag und Gespräch gekonnt zu überzeugen, sich stilsicher zu präsentieren, Ihr Zeitgefühl zu verbessern und insgesamt gelassener zu werden. Freies Reden, Körpersprache, Argumentationsstruktur, effiziente Vorbereitung, Umgehen mit Störern (Zwischenrufe) sowie Publikumsreaktionen (Feedback), individuelle Wahrnehmung und Zeitmanagement werden intensiv trainiert. Dies geschieht erst in Einzelübungen und dann in der Form des Debattierens (engl. debating), das all diese Faktoren vereint und daher auch als Königsdisziplin der rhetorischen Übungen bezeichnet wird. Debattiert wird dabei zu humoristischen Themen. Der Dozent ist freier Redner, Coach und Trainer.

- **221.5C005K** Simon Croonenbroeck
montags, 18:10-21:25 Uhr
Beginn 2. Mai, 6 Termine, 74 €, VHS

Rhetorik für Frauen: Überzeugend auftreten – kommunikative Stärken nutzen

Ihre guten Sachargumente sind nicht wie gewünscht angekommen? Sie wurden mit persönlichen Angriffen verunsichert oder sogar schachmatt gesetzt? Selbstzweifel, Perfektionismus und die Befürchtung, sich selbst zu sehr in den Vordergrund zu drängen, sind u. a. Gründe dafür, dass Frauen sich unter Wert verkaufen. In diesem Seminar lernen Sie, männliche Spielregeln und rhetorische Mittel zu durchschauen. Sie üben in geschütztem Rahmen Ihre Meinung klar zu vertreten, Ihre Leistungen gut darzustellen und andere für Ihre Position zu gewinnen. Die Dozentin ist NLP-Trainerin und Business-Coach.

- **221.5C007K** Evelyn Lethaus
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 10:00-17:00 Uhr,
16 Ustd., 70 €, 8-12 TN, VHS

Intensivkurs praktische Rhetorik**Bildungsurlaub**

Sie wollen überzeugend vortragen, Ihren Standpunkt wirkungsvoll vertreten, für ein Thema begeistern oder selbstsicher vor Publikum sprechen? Dieser Kurs bietet Interessierten mit keinen oder geringen Vorkenntnissen die Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre positive Erfahrungen zu sammeln und Nervosität abzubauen. Techniken der freien Rede werden vorgestellt und geübt. Im geschützten Rahmen erhalten Sie Feedback und Verbesserungsvorschläge, erproben und verbessern Ihre Wirkung. Die Inhalte: Selbstmanagement, Strategien gegen Sprechunsicherheiten, Sprechausdruck, Architektur einer Rede, der kurze Redebeitrag, Körperhaltung, Mimik und Gestik, Schlagfertigkeit, Umgang mit Störungen und Pannen. Zum Abschluss trainieren Sie, Menschen mit der Macht des Wortes zu überzeugen, sich stilsicher zu präsentieren und insgesamt gelassener zu werden. Dies geschieht in der Form des Debatierens, das alle erlernten Faktoren vereint und daher auch als Königsdisziplin der rhetorischen Übungen gilt. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Der Dozent ist freier Redner, Coach und Trainer.

- **221.5C009K** Simon Croonenbroeck
Montag bis Freitag, 30. Mai bis 3. Juni,
9:00-16:00 Uhr, 5 Termine, 176 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Stand.Punkt! Rhetorik im Beruf – Fortgeschrittenes Praxistraining

Im Berufsleben kommt es oft darauf an, Fachhalte oder eigene Standpunkte selbstsicher und verständlich zu vertreten. Das Seminar richtet sich an Personen, die bereits über Grundkenntnisse der Rhetorik verfügen. Sie üben, wirkungsvoll zu sprechen, zu überzeugen, zu unterhalten und bestenfalls sogar zu begeistern. Dazu werden Techniken der freien Rede vorgestellt und erprobt. Zudem können Sie eigene, konkret anstehende Vorträge, Gespräche oder Präsentationen vorbereiten. Sie erhalten ein persönliches Feedback und verbessern so im geschützten Rahmen Ihre Wirkung. Die Inhalte: Optimale Vorbereitung auf ein berufliches Gespräch, ein Meeting oder einen Vortrag; Strategien gegen Sprechunsicherheiten; Körperhaltung, Mimik und Gestik; Schlagfertigkeit; Umgang mit „schwierigen“ Zeitgenossen, Störungen und Pannen; Praktische Übungen mit Video-Feedback. Der Dozent ist Trainer und Coach.

- **221.5C011K** Dr. Michael Gille
Samstag, 7. Mai, 9:00-16:00 Uhr
Sonntag, 8. Mai, 9:00-16:00 Uhr,
16 Ustd., 75 €, 8-10 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Die Macht der Stimme: Stimm- und Sprechtraining für Beruf und Alltag**Bildungsurlaub**

"Der Ton macht die Musik!" Ihre Stimme ist das Werkzeug für eine erfolgreiche Kommunikation. Insbesondere ihr Klang und die Deutlichkeit der Artikulation sind sehr entscheidend: Werden Sie als kompetent und aufrichtig angesehen? Glaubt man Ihnen, was Sie sagen? Das wird in diesem Seminar gelernt und praxisnah geübt. Sie erleben den Einfluss der Stimme auf Ihre Persönlichkeit und Ihr Auftreten. Sie trainieren, durch den bewussten Einsatz sprecherischer Mittel (z. B. Tempo, Pausen, Betonung) andere von sich zu überzeugen. Konkret werden wir uns mit Haltung, Atmung, Stimmlage, Artikulation und der Bewältigung von Stresssituationen befassen. Zudem wird gezeigt, wie man seine Stimme pflegt und schont, wenn man viel sprechen muss. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Die Dozentin ist Diplom-Sprecherzieherin.

- **221.5C013K** Sara Ruge
Montag bis Donnerstag, 25.-28. April,
je 10:00-17:00 Uhr, 32 Ustd., 120 €

So machen Sie Eindruck: Stimme – Sprechen – Körpersprache**Bildungsurlaub**

Gutes Sprechen und überzeugende Selbstpräsentation sind Erfolgsfaktoren in vielen beruflichen Situationen, etwa bei Meetings, Referaten, Vorträgen, Prüfungen oder Bewerbungsgesprächen. Und dabei geht es keinesfalls nur um verbale, sondern vor allem um nonverbale Kommunikation. Denn egal wie gut Ihre Referenzen und Argumente sind: Mit einer leisen, zu hohen oder verhauchten Stimme und unsicherer Körpersprache werden Sie Ihr Gegenüber nicht überzeugen können. In dem Seminar werden daher folgende Inhalte vermittelt: Einüben gesunder Ruhe- und Sprechatmung; Erforschen der Resonanzräume; Umgang mit Lampenfieber und Stress; Bewusstmachen der körpersprachlichen – meist unbewussten – Signale; Training sprecherischer Elemente wie z. B. Lautstärke, Tempo, Pausen, Deutlichkeit; Vorbereiten und Vortragen einer Kurzrede mit Feedback. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Die Dozentin ist Diplom-Sprecherzieherin.

- **221.5C015K** Sara Ruge
Montag bis Donnerstag, 16.-19. Mai,
9:30-16:30 Uhr, 32 Ustd., 154 €, 8-12 TN, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Mein Körper kann sprechen!? Tipps zur nonverbalen Kommunikation

Jede/r hätte gern die Macht des gesprochenen Wortes. Gleichwohl wird sie oft völlig überschätzt. Nach dem Prinzip „ein Bild sagt mehr als 1000 Worte“ gilt auch im persönlichen Kontakt: Mimik und Gestik, Haltung und Stimme prägen meist ziemlich unbewusst den größten Teil der zwischenmenschlichen Kommunikation. Der Kurs vermittelt – natürlich in Wort und Tat – Einblick in die Wirkung und Bedeutung der nonverbalen Kommunikation. An praktischen Beispielen üben Sie das Senden, Empfangen und Interpretieren von nonverbalen Botschaften. Die Dozentin ist NLP-Trainerin.

- **221.5C017K** Djamilia Lindemann
dienstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 1. März, 2 Termine, 20 €, VHS



1

2

3

4

5

6



Sicher auftreten – mit bewusster Körpersprache und trainierter Sprechtechnik

Gutes Sprechen und eine überzeugende Selbstpräsentation sind Anforderungen bei Vorstellungsgesprächen, Meetings, Referaten und Vorträgen. Dabei wird oft die Wirkung des gesprochenen Wortes überschätzt. Mindestens ebenso wirkmächtig ist die nonverbale Kommunikation, d. h. Körpersprache, Haltung und Stimme. Noch so gute Referenzen und Argumente verpuffen, wenn Sie mit leiser, zu hoher oder verhauchter Stimme reden, undeutlich artikulieren oder Ihre Körpersprache Unsicherheit verrät. Das Seminar wendet sich an Interessierte mit Vortragserfahrung. Die Themen: Auftreten und äußeres Erscheinungsbild; Bewusstmachen körpersprachlicher Signale; Umgang mit Lampenfieber und Stress; Erarbeiten der sprecherischen Kriterien; Vortrag und Reflexion einer Kurzrede bzw. eines Referats (ca. 5 Minuten). Bitte bringen Sie ein Konzept einer evtl. schon gehaltenen Rede mit. Die Dozentin ist Diplom-Sprecherzieherin.

- **221.5C019K** Sara Ruge
freitags, 17:15-20:20 Uhr
Beginn 11. März, 3 Termine, 72 €, VHS

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:

Sie suchen attraktive, qualitätsvolle und preisgünstige Weiterbildungsangebote und haben nicht viel Zeit? Kein Problem!

Bei der Volkshochschule Essen können Sie unter www.vhs-essen.de bequem in den aktuellen und vielseitigen Angeboten stöbern und auch direkt buchen.

Bildung schenken mit dem Geschenkgutschein der VHS Essen!

Siehe Seite 169



Beratung / Programmbereichsleiter

Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎0201 88-43202

Anmeldung

Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129

Nonverbale Kommunikation: Auf Entdeckungsreise in die wortlose Welt!

Bei dem Begriff Kommunikation denken wir meist an gesprochene oder geschriebene Sprache. Allerdings besteht nur ein Teil der menschlichen Kommunikation aus Wörtern. Stark unterschätzt wird die größtenteils unbewusst ablaufende Wirkung von nonverbalen Signalen. Diese sind visueller (z. B. Gestik, Mimik, Blickkontakt, Augenbewegungen) und auditiver Art (z. B. Sprechgeschwindigkeit, Lautstärke, Modulation). In diesem Workshop entdecken Sie die wortlose Welt, die unsere privaten und beruflichen Beziehungen bestimmt. Dabei werden folgende Faktoren theoretisch analysiert und durch gezielte Übungen praktisch trainiert: Körpersprache und Körperintelligenz, nonverbale Präsenz und persönliches Standing, Ton und Tempo, Atem und Haltung, Kleidung und Kultur, Habitus und Charisma. Nach dem Workshop können Sie die nonverbale Kommunikation der Anderen interpretieren und Ihre eigene bewusster und zielgerichteter einsetzen. Geben Sie bei künftigen Gesprächen die nonverbalen Signale, die Sie geben möchten. Denn: Es gibt keine zweite Chance für den ersten Eindruck! Die Dozentin ist diplomierte Germanistin und Schauspielerin sowie Regisseurin. Ihre Methodik verbindet Elemente aus Schauspiel, Psychologie und Neurowissenschaften.

- **221.5C021K** Angeliki Papagrigoriou
Samstag/Sonntag am 7./8. Mai & 11./12. Juni,
je 10:00-15:00 Uhr, 24 Ustd., 101 €, VHS

Mit Papier und Stift überzeugend visualisieren – kreativ & wirkungsvoll | Online per Videokonferenz

In Zeiten von Powerpoint, Videokonferenz und Co. wird das freihändige Visualisieren mit Stift und Papier oft unterschätzt. Dabei liegen die Vorteile auf der Hand – was man dafür braucht, ist nahezu überall vorhanden, schnell und einfach nutzbar. Mit dem richtigen Handwerkszeug und etwas Übung können Sie damit Ihr Publikum elektrisieren. Das gelingt sogar Menschen, die glauben, zeichnerisch talentfrei zu sein. Schon einfache Visualisierungen können lange Sitzungen verkürzen und Entscheidungen erleichtern. Sie können mit der Gruppe auf dem Papier „gemeinsam denken“. Dies ist ein Erfolgsfaktor bei komplexen Problemen, zur Ideenfindung und beim Erklären, Beraten oder Verkaufen. Und das Beste ist: Das kreative Einmal-eins, clevere Tricks und die nötige Materialkunde können Sie sich auch online aneignen und am Schreibtisch zuhause ausprobieren. Wir zeigen Ihnen die richtige Schrift; Farben und Schatten; Formen, Symbole und Figuren; Komposition, Aufbau und Layout; Ideenfindung für Ihre Anwendungen. Es wird viel ausprobiert und geübt. Sie erhalten individuelles Feedback und fertigen zum Schluss ein persönliches Meisterstück. Anfänger/-innen werden zum Ausprobieren ermutigt. Fortgeschrittene erweitern ihren persönlichen Schreib- und Zeichenstil. Für die Kommunikation und Zusammenarbeit wird eine Zoom-Videokonferenz genutzt. Zusätzlich kommt ein Padlet als virtuelle Pinnwand zum Einsatz. Zur Teilnahme benötigen Sie einen PC mit Webcam und Lautsprechern (alternativ: ein Headset) oder ein Tablet, eine stabile Internetverbindung sowie zusätzlich gern Ihr Smartphone. Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5C035K** Eva Grieskamp
dienstags + donnerstags, am 1., 3. und 8. März, je 18:00-21:00 Uhr, 12 Ustd., 78 €, Kleingruppe 4-8 TN

Das Herbstsemester beginnt am 5. September 2022.



Flipchart-Profi: Kreative Präsentationen mit „Hallo-Effekt“ erstellen!

In Zeiten von Powerpoint, Video und Co. wird das Präsentationsmedium Flipchart oft unterschätzt. Dabei ist ein Flipchart nahezu überall vorhanden, schnell und einfach nutzbar. Mit dem richtigen Handwerkszeug und etwas Übung können Sie mit diesem Medium zudem – auch ohne Strom und Kabelsalat – Ihr Publikum elektrisieren. Mit gut gestalteten Flipcharts reduzieren Sie Sitzungszeiten und kommen schneller zu Entscheidungen. Sie können mit der Gruppe auf dem Papier „gemeinsam denken“. Dies ist ein Erfolgsfaktor bei komplexen Problemen, zur Ideenfindung und beim Erklären, Beraten oder Verkaufen. Im Seminar lernen Sie, Flipcharts kreativ und attraktiv zu gestalten. Trainiert wird der Umgang mit Stiften und Farben sowie das Einsetzen von Signaturen oder Markenzeichen zur klaren Verdeutlichung Ihrer Botschaften. Die Inhalte: Grundlagen und kleine Materialkunde; Rahmen, Linien und Layout; Schrift und Lesbarkeit; Grundformen, Figuren und Farben; von der Idee zum Bild; Inhalte und Geschichten live visualisieren. – Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich. Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5C037K** Eva Grieskamp
Samstag/Sonntag, 7./8. Mai, 9:00-16:00 Uhr,
16 Ustd., 99 €, Kleingruppe 6-10 TN, inkl.
Skript, Material und Teilnahmebescheinigung,
VHS

Früh buchen – Platz sichern!

Flipchart-Profi Aufbau-Workshop: Mit noch mehr kreativen Präsentationen wirken!

Ansprechende Flipcharts sind ein Erfolgsfaktor beim Bearbeiten komplexer Probleme, zur Ideenfindung, beim Erklären, Beraten oder Verkaufen. Sie sind bereits erfahren im Präsentieren am Flipchart, kennen Material und Möglichkeiten und haben evtl. sogar das Grundlagenseminar besucht? Wenn Sie noch mehr Formen der Visualisierung per Flipchart erproben, eigene Ideen einbringen und von der Erfahrung einer fortgeschrittenen Arbeitsgruppe profitieren möchten, ist das Seminar genau richtig. Es wendet sich an Trainer/-innen, Moderator/-innen, Teamentwickler/-innen und andere Interessierte, die häufig Gruppen begleiten oder Kundengespräche führen und dabei Konzepte, Dialogprozesse und Verknüpfungen ansprechend zu Papier bringen wollen. Die Inhalte: Flipcharts kreativ und attraktiv gestalten mit dynamischen Layouts, der passenden Aufteilung und Farbwahl, den Einsatz von Symbolen, Figuren und intuitiven Darstellungskonzepten; Entscheidungsprozesse unterstützen, wichtige Aspekte und Redebeiträge visuell auf den Punkt bringen; Prozesse analysieren und Komplexität in einfache Symbole übersetzen. Neben vielen praktischen Übungen können Sie ein eigenes Präsentationskonzept planen, gestalten und durchführen. Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5C039K** Eva Grieskamp
Samstag, 11. Juni, 10:00-17:00 Uhr, 55 €, Kleingruppe 6-10 TN, inkl. Skript, Material und Teilnahmebescheinigung, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK

Machen Sie sich schlau – bis zum 30.05.2017

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/befg

SOZIALE KOMPETENZEN FÜR DEN BERUF



Beratung / Programmbereichsleiter

Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43202

Anmeldung

Annette Volmer

annette.volmer@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129



Mit NLP zu mehr beruflichem Erfolg

Bildungsurlaub

Das NLP-Modell (Neuro-Linguistisches Programmieren) geht von einem Zusammenhang zwischen Wahrnehmung, Sprache, Denken und Verhalten aus. Das Seminar vermittelt spezifische Grundtechniken, die der Förderung Ihrer persönlichen Potenziale und Empathie sowie Kommunikations- und Konfliktkompetenz dienen. Es richtet sich an Interessenten ohne Vorkenntnisse, ist aber auch offen für Auffrischer, die vertiefende Übungsgelegenheiten suchen. Im Interesse der Verwertbarkeit im beruflichen Alltag dominiert der praktische Anteil. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Einige Wochen nach der Veranstaltung können die Teilnehmenden in einer Videokonferenz ihre Erfahrungen beim Praxistransfer evaluieren. Der Dozent ist NLP-Lehrtrainer und NLP-Lehrcoach.

- **221.5C041K** Dr. Michael Gille
Dienstag bis Freitag, 7.-10. Juni, je
9:00-16:00 Uhr, plus Videokonferenz am
Mittwoch, 22. Juni, 18:00-20:15 Uhr,
35 Ustd., 163 €, 8-12 TN, VHS

1

2

3

4

5

6

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Bildungsurlaub

Konflikte und schwierige Gespräche gehören zu unserem Leben. Doch nicht immer gelingt es, sie zu einem einvernehmlichen Ergebnis zu führen. Wenn unsere gewohnten Kommunikationsmuster versagen oder wir uns nicht richtig gehört und verstanden fühlen, kommt es oft zu Frustration oder zum lauten Knall. Dabei ist selten der Konflikt selbst das Problem, sondern meist die Art, wie wir mit ihm umgehen. Das Seminar vermittelt in Theorie und Praxis die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg. Dieses humanistische Konzept fördert die friedliche Kommunikation im privaten, beruflichen oder politischen Bereich. Anhand von Übungen und lebensnahen Beispielen erkennen Sie eigene Kommunikationsmuster und verändern diese ggf. schrittweise. Sie erweitern Ihr Repertoire im Umgang mit Konfliktsituationen. Sie lernen, Kritik und Angriffe nicht mehr persönlich zu nehmen. Sie gehen mit sich selbst und anderen wertschätzend um. Sie können Gefühle und Bedürfnisse bei sich selbst und Ihren Mitmenschen besser heraushören und annehmen. Insgesamt gehen Sie dadurch künftig mit mehr Gelassenheit in schwierige Gesprächssituationen. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Die Dozentin ist ausgebildete Mediatorin.

- **221.5C043K** Sabine Sauerborn
Montag bis Freitag, 4.-8. April, Mo-Do
9:30-17:00 Uhr, Fr 9:30-15:00 Uhr,
40 Ustd., 178 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS
- **221.5C045K** Sabine Sauerborn
Montag bis Freitag, 15.-19. August, Mo-Do
9:30-17:00 Uhr, Fr 9:30-15:00 Uhr,
40 Ustd., 178 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlos Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich fit für die Zukunft

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/bildung



Der Typ nervt mich! – Rhetorische Kommunikation mit schwierigen Menschen

Bildungsurlaub

Mitunter geraten wir beruflich in schwierige Gesprächssituationen oder an unangenehme Charaktere. Das kann im Kontakt mit Kollegen, Vorgesetzten oder auch Geschäftspartnern eintreten. Als Einzelfall ist das normal und meist unproblematisch. Doch was tun, wenn sich einzelne Auseinandersetzungen zu einem dauerhaft schwelenden und persönlich belastenden Konflikt entwickeln? Im Privatleben besteht häufig die Option, schwierigen Menschen und Situationen schlicht aus dem Weg zu gehen. Das klappt im Arbeitsalltag in der Regel jedoch nicht. Das Seminar vermittelt Hintergrundwissen zu dem beschriebenen Phänomen und den damit verbundenen Problemen. In praktischen Übungen werden kommunikative Kompetenzen zum gelasseneren Umgang mit schwierigen Mitmenschen trainiert. Auf Wunsch werden dabei anonymisierte Fälle der Teilnehmenden aufgegriffen. Das Seminar hat jedoch explizit keinen therapeutischen Charakter. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Einige Wochen nach der Veranstaltung können die Teilnehmenden in einer Videokonferenz ihre Erfahrungen beim Praxistransfer evaluieren. Der Dozent ist Kommunikationstrainer und Coach.

- **221.5C047K** Dr. Michael Gille
Dienstag bis Freitag, 10.-13. Mai,
je 9:00-16:00 Uhr, plus Videokonferenz
am Dienstag, 14. Juni, 18:00-20:15 Uhr,
35 Ustd, 163 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Tolle VHS-Fotos auf Instagram!

www.instagram.com/vhsessen

Selbstsicher und überzeugend: Kommunikation im Beruf mit NLP

Beruflicher Erfolg braucht neben Fachwissen exzellente Kommunikationskompetenz sowie die Fähigkeiten, Ziele zu erreichen und kritische Situationen souverän zu meistern. Genau diese Fertigkeiten trainiert das Seminar. Es vermittelt Berufstätigen und Wiedereinsteigern Grundtechniken des „Neuro-Linguistischen Programmierens“ (NLP). Dabei handelt es sich um eine moderne Methode zur effektiveren Gestaltung von Kommunikations- und Veränderungsprozessen. Das Ziel des Trainings ist die praktische Verwertbarkeit des Gelernten im Alltag. Daher machen praktische Übungen den größten Teil aus. Der Dozent ist NLP-Lehrtrainer und NLP-Lehrcoach.

- **221.5C049K** Dr. Michael Gille
Samstag, 2. April, 9:00-16:00 Uhr
Sonntag, 3. April, 9:00-16:00 Uhr,
16 Ustd., 75 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Stand.Punkt! Teamgespräche gekonnt online moderieren mit ZOOM & Co

Die Corona-Pandemie hat bewirkt, dass viele Menschen teils dauerhaft im Homeoffice arbeiten und verstärkt online kommunizieren. So haben Telefon- und Videokonferenzen enorm an Bedeutung gewonnen. Dabei hat der Kontakt auf Distanz eine andere Qualität als die persönliche Zusammenkunft. Schon wenn nur ein Teil des Teams oder die Führungskraft selbst nicht regelmäßig aufeinander treffen, hat das Folgen für Information und Kooperation, für das Entstehen und Bewältigen von Konflikten, für vertrauliche Gespräche und gelingende Motivation! Im Kurs wird trainiert, Team- und Einzelgespräche gezielt und effektiv per Videokonferenz zu leiten. Sie lernen Methoden, Tools und Optimierungspotenziale für die Zusammenarbeit auf Abstand kennen. Weitere Themen: Bedingungen und Rollenverständnis für erfolgreiches Führen, Potenziale der Einflussnahme aus der Ferne, Reflexion eigener Erfahrungen. Der Kurs findet online statt. Wir werden das Videokonferenzsystem Zoom verwenden. Der sichere Umgang mit einem derartigen Tool wird vorausgesetzt. Als Endgerät empfehlen wir einen Computer mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher / Headset. Der Dozent ist Kommunikationstrainer, Coach und Online-Trainer.

- **221.5C053K** Dr. Michael Gille
dienstags, 18:00-20:15 Uhr
Beginn 8. März, 4 Termine, 60 €, 6-12 TN



Beratung / Programmbereichsleiter

Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43202

Anmeldung

Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de

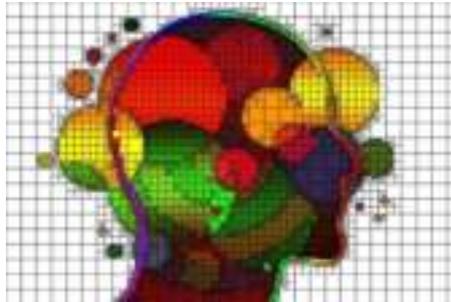
☎ 0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129

Schlagfertigkeit: intelligent reagieren auf verbale Herausforderungen

Wenn uns verbale Attacken – sei es ernsthaft aggressiv oder freundschaftlich-ironisch – unerwartet treffen, sind wir oft sprachlich blockiert: Im Gehirn herrscht gähnende Leere. Erst Stunden später fällt uns die geniale Entgegnung ein. Sie kennen das? Dann bietet dieses Seminar Anregungen zur Entwicklung Ihrer Schlagfertigkeit. Dabei geht es nicht darum, zurückzuschlagen und den Gesprächspartner mundtot zu machen. Intelligente Schlagfertigkeit hat zum Ziel, dass Menschen sich selbstbewusst Respekt verschaffen können, ohne aufeinander loszugehen. Die Inhalte: Mechanismen verbaler Attacken. Warum dumme Sprüche sprachlos machen? Warum Rechtfertigung und Gegenschlag nicht funktionieren? Wie Sie innerlich Abstand halten und sich Respekt verschaffen! Wie Sie mit Fingerspitzengefühl eine individuell passende Strategie einsetzen! Erproben und Trainieren von 10 (non-) verbalen Methoden für schlagfertige Reaktionen. Die Dozentin ist Kommunikationstrainerin und Coach.

- **221.5C057K** Evelyn Lethaus
Samstag, 2. April, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 3. April, 10:00-17:00 Uhr,
16 Ustd., 76 €, 8 -10 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS



Praktische Psychologie für den Beruf: Menschenkenntnis erhöhen – Zusammenarbeit verbessern

Hohe Herausforderungen im Beruf, immer schneller wechselnde Teams, unsichere Rahmenbedingungen – all das prägt den Berufsalltag. Oft fehlen die psychologischen Grundkenntnisse, um den eigenen Charakter und den anderer Mitarbeitenden zu verstehen. Aber nicht nur faktische Themen, auch individuelles Verhalten und subjektive Gefühle sind Grundlagen von erfolgreicher Zusammenarbeit. Dieser Kurs vermittelt psychologisches Hintergrundwissen, stärkt Ihre Selbsteinschätzung und Menschenkenntnis. Dies hilft z. B. dabei, in Gesprächssituationen (versteckte) Informationen besser zu erkennen, Menschenkenntnis im Teambuilding einzusetzen und eingefahrene Muster erfolgreich zu bekämpfen. Inhalte: Psychologische Grundlagen – warum ticken wir verschieden? Persönlichkeit & Identität – was uns prägt und antreibt! Wahrnehmung & Menschenkenntnis – besser beobachten und verstehen. Auftritt & Wirkung – Eindruck hinterlassen. Gute Zusammenarbeit – Gruppen funktionieren anders. Der Kurs ist sehr praxisorientiert angelegt. Dabei dienen wissenschaftliche Theorien und Modelle als Grundlage und zum Weiterlernen. Der Workshop-Ansatz gibt eigenen Erfahrungen viel Raum, jedoch explizit ohne therapeutischen Charakter. Humor ist ausdrücklich erlaubt. Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5C059K** Eva Grieskamp
dienstags, 18:10-21:20 Uhr
Beginn 3. Mai, 4 Termine, 83 €, 6-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.



Kommunikation für Frauen in schwierigen beruflichen Situationen

In der beruflichen Kommunikation mit Männern lassen sich Frauen häufig in die Defensive drängen. Sie reagieren frustriert, wütend, abwehrend, irritiert oder gar nicht. Für den beruflichen Erfolg und das persönliche Wohlbefinden ist es entscheidend, dass Frauen lernen, in schwierigen Gesprächssituationen einen klaren Kopf zu behalten. Lernen und üben Sie sprachliche Methoden, mit denen Sie den beruflichen Alltag sicher und gelassen meistern: Forderungen stellen und „Nein“ sagen können, persönlichen Angriffen standhalten, Kritik üben und souverän annehmen können, rhetorische Machtmittel durchschauen. Die Dozentin ist NLP-Trainerin und Business-Coach.

- **221.5C060K** Evelyn Lethaus
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 70 €, VHS

Wertschätzend und gelassen kommunizieren – GfK Praxistraining

Aufbauend auf dem Seminar „Gelassenheit beginnt im Kopf“ besteht in diesem Praxistraining die Gelegenheit, die gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg in verschiedenen Kontexten zu üben. Zunächst werden die vier Schritte des Stufen-Modells wiederholt, dann Gefühle und Bedürfnisse in verschiedene Kontexte, privat und beruflich, eingeordnet. Dadurch wird die Theorie allen wieder präsent. Anschließend beginnen wir die Schritte in verschiedenen Übungen und Rollenspielen zu festigen. Hier werden zum einen Übungsfälle vorgegeben, zum anderen bekommen alle die Gelegenheit, eigene Situationen einzubringen. Das Seminar ist für alle geeignet, die sich in den Basics der GfK auskennen und gern ihre Fähigkeiten erweitern und verbessern möchten. Die Dozentin ist ausgebildete Mediatorin.

- **221.5C064K** Sabine Sauerborn
montags, 18:10-20:25 Uhr
Beginn 2. Mai, 4 Termine, 12 Ustd., 59 €,
8 -12 TN, inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

1

2

3

4

5

6

Stand.Punkt! Standpunkte vertreten und Gespräche gekonnt meistern

Bildungsurlaub

Sie führen beruflich oder privat immer wieder Einzel- oder auch Gruppengespräche mit anderen Menschen. Sie möchten solche Situationen künftig mit mehr souveräner Diplomatie meistern, Ihre eigenen Standpunkte gekonnt präsentieren und vertreten? Dabei hilft Ihnen ein ganzheitliches Rede- und Kommunikationskonzept. Die Fortbildung steigert Ihr persönliches Selbstbewusstsein, Ihre Standfestigkeit und Ihre Kompetenz zur konstruktiven Selbstbehauptung. Sie trainieren, das Gesprächsgeschehen wahrzunehmen, ruhig und gelassen zu bleiben sowie angemessen auf Ihr Gegenüber zu reagieren. Das Seminar ist sehr praktisch angelegt. Übungen in Kleingruppen und Videofeedback ermöglichen den Transfer in die eigene tägliche Praxis. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Der Dozent ist Kommunikationstrainer und Coach.

- **221.5C066K** Dr. Michael Gille
Dienstag bis Freitag, 29. März – 1. April,
je 9:00-16:00 Uhr, plus Videokonferenz
am Dienstag, 3. Mai, 18:00-20:15 Uhr,
35 Ustd, 164 €, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

Manipulationstechniken erkennen und abwehren

Wie gelingt es manchen Menschen, uns zu etwas zu bringen, was wir eigentlich gar nicht wollen? Warum übernehmen wir mitunter Standpunkte und Argumente gegen unsere innere Überzeugung? Häufig werden wir in verschiedenen Situationen manipuliert und merken es meist gar nicht: Das können Diskussionen, Verhandlungen, Konflikt- und Kritikgespräche, aber auch Gespräche mit Freunden oder Familienmitgliedern sein. Doch wie funktionieren diese Manipulationstechniken? Was machen sie mit uns und wie können wir dagegen vorgehen? In diesem Kurs geben wir einen Einblick in die klassischen Manipulationstechniken und erarbeiten gezielte und effektive Gegenstrategien. Die Dozentin ist NLP-Trainerin.

- **221.5C068K** Djamila Lindemann
dienstags, 18:10-20:30 Uhr
Beginn 7. Juni, 2 Termine, 20 €, VHS



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 129

Mitarbeiter führen, Partizipation fördern: Der Personzentrierte Ansatz in der Personalentwicklung

Bildungsurlaub

Nur wenn Mitarbeitende und Führungskräfte ihre Erfahrungen und Werte in die gemeinsame Arbeit einbringen können, machen sie sich betriebliche Vorhaben zu eigen und übernehmen Mit-Verantwortung. Das ist das Prinzip von Partizipation. Doch oft verhindern subtile oder offene Widerstände das Gelingen partizipativer Zusammenarbeit. Hier bietet der personzentrierte Ansatz (PZA), ein Konzept der Humanistischen Psychologie nach Carl Rogers, erhebliche Chancen: Der Ansatz hilft Bedingungen herzustellen, in denen Menschen ihre Ressourcen einbringen, ihre Persönlichkeit weiterentwickeln und sich echte Partizipation entfalten kann. In dieser Fortbildung lernen Sie die humanistische, personzentrierte Haltung kennen. Die entscheidenden Grundlagen und Kompetenzen für eine partizipative (Gesprächs-)Führung im Sinne des PZA werden vorgestellt und eingeübt. So können individuelle Führungskonzepte und eigene Erfahrungen reflektiert, individuelle Kommunikationsmuster und Ressourcen erkannt und erweitert werden. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Die Dozentin ist Soziologin, Coach & Supervisorin (DACB, DGSv, GWG) und Leiterin der Deutschen Akademie für Coaching und Beratung.

- **221.5C073K** Christiane Hellwig
Montag bis Mittwoch, 13.-15. Juni, je
9:00-16:00 Uhr, 24 Ustd., 132 €, 6-12 TN, VHS



Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlose Beratung in der VHS-Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/bf

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter führen – fördern – fordern

Wer erstmals eine Führungsposition und damit Personalverantwortung übernimmt, trifft auf neue Herausforderungen und Möglichkeiten. Dieses praxisorientierte Seminar behandelt die Basics moderner Führung. Es wendet sich an Führungskräfte, Menschen in stellvertretender Funktion sowie an Personen, die sich auf eine Führungsposition vorbereiten möchten. Folgende Themen werden behandelt: Identifikation mit der Führungsrolle, Authentizität als Führungskraft, situative Führung, Motivation von Mitarbeitenden erkennen und fördern, Ziele vereinbaren, Feedback geben. Das Gelernte wird anhand von Situationen aus dem Berufsalltag erprobt und reflektiert, die sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden orientieren. Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin, Supervisorin und Führungskraft.

- **221.5C075K** Tina Lachner
Freitag, 1. April, 16:30-19:40 Uhr
Samstag, 2. April, 10:00-17:00 Uhr,
12 Ustd., 58 €, inkl. Teilnahmebescheinigung,
VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer
auf dem Laufenden. Weitere Infos
unter www.vhs-essen.de/Newsletter



Zehn agile Methoden zur Verbesserung von Kommunikation, Motivation und Effizienz

Seit einiger Zeit findet der Begriff der Agilität im Management und in der Personalführung verstärkt Beachtung. Spezifische Methoden ermutigen Arbeits- und Projektgruppen zu innovativem Denken und kreativer Kommunikation. Auch die Kooperation, Motivation und Mitarbeiterzufriedenheit werden gefördert, um notwendige Veränderungsprozesse konstruktiv zu bewältigen oder den Bestand und Erfolg des Unternehmens zu sichern. Das Seminar vermittelt Grundlagen. Der Fokus liegt dabei auf dem gemeinsamen Erproben von zehn praxisbewährten agilen Methoden: Funktionsweise von SCRUM- sowie Kanban-Boards, den Tag beginnen mit Standup-Meetings, Prozesse und Qualität evaluieren mit Retrospektiven, Visualisieren mit Post it's, Probleme lösen, neuen Input bekommen mit Barcamps oder Lean Coffee, Arbeiten in cross-funktionalen Teams, das Pull-Prinzip anwenden und Time-Boxed arbeiten. Sie lernen alle Methoden kennen und erleben zugleich agiles Arbeiten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch Offenheit für neue Denk- und Handlungsformen. Die Dozentin ist Kommunikationstrainerin und zertifiziert als Scrum Master II von Scrum.Org.

- **221.5C077K** Antje Susanne Schulz
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 75 €, 6-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Sie können sich auch online
anmelden unter www.vhs-essen.de.

BERUFLICHE POTENZIALE ENTFALTEN

Berufliche Situationen reflektieren, eigene Handlungsmöglichkeiten erweitern

An diesem Wochenende haben Sie Gelegenheit, herausfordernde Erfahrungen im Beruf zu reflektieren und alternative Handlungsoptionen zu erarbeiten. Die konkreten Themen ergeben sich aus den Anliegen der Teilnehmenden. Das können z. B. sein: Selbstfürsorge und Selbstbehauptung, Umgang mit Kundinnen und Kunden, Klientinnen und Klienten, Kolleginnen und Kollegen oder Mitarbeitenden und Vorgesetzten. Wir nutzen das Potenzial der Gruppe, um gemeinsam um die Ecke zu denken, mit Leichtigkeit und Freude neue Perspektiven für das eigene Handlungsrepertoire zu entwickeln. Der Workshop eignet sich auch als Fortsetzung des Seminars „Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter führen – fördern – fordern“ zur Vertiefung Ihrer Führungskompetenz. Willkommen sind alle, die ihre eigene berufliche Situation reflektieren bzw. am gemeinsamen Entwickeln von kreativen Lösungen teilhaben möchten. Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin, Führungskraft sowie als Supervisorin und Coach tätig.

- **221.5C079K** Tina Lachner
Freitag, 6. Mai, 16:30-19:40 Uhr
Samstag, 7. Mai, 10:00-17:00 Uhr,
12 Ustd., 52 €, Fr 16.30 – 19.40 Uhr /
Sa 10-17 Uhr, VHS

Zum Traumjob bitte hier entlang: Workshop zur beruflichen Neu-/Orientierung

Ob wegen (drohender) Arbeitslosigkeit oder Lust auf eine berufliche Veränderung: Die Berufskarten noch mal neu zu mischen, stellt immer auch eine Chance dar! Es könnte ja eine Arbeit sein, die wirklich Spaß macht. Aber was macht Ihnen wirklich Spaß...? Der Workshop gibt Gelegenheit, Leib-und-Seele-Themen zu identifizieren, liebste Tätigkeiten herauszuarbeiten und Überlegungen anzustellen, wo diese Punkte in einer beruflichen Tätigkeit zusammentreffen. Angesprochen sind alle, die über eine berufliche Veränderung nachdenken (müssen). Sie erhalten ca. 10 Tage vor dem Wochenende vorbereitende Unterlagen per E-Mail. Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin, systemische Beraterin und Coach. Unter susannemarx@gmx.de erhalten Sie nähere Infos.

- **221.5C150K** Susanne Marx
Samstag/Sonntag, 2./3. April, 9:30-17:00 Uhr,
18 Ustd., 77 €, VHS

Kompetenzentfaltung im Beruf und Privatleben

Die eigenen Fähigkeiten wahrzunehmen und in einer zur eigenen Persönlichkeit passenden Weise einzusetzen, ist sowohl nützlich als auch freudvoll. Sich seiner individuellen Kompetenzen bewusst zu sein, setzt Energie frei und ermöglicht, neue Wege zu finden und zu beschreiben. In diesem Workshop werden Sie sich in Einzel-, Gruppen- und leichten Körperübungen mit Ihren Stärken und Potenzialen beschäftigen, Ihre inneren Verhinderer erkennen und einen Plan entwickeln, Ihre beruflichen und/oder privaten Ziele mit neuer Kraft zu realisieren. Bei einem Online-Folgetreffen per Videokonferenz am 13.8. tauschen Sie sich zu Ihren (ersten) Umsetzungsschritten und neuen Erfahrungen aus. Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin, systemische Beraterin und Coach.

- **221.5C152K** Susanne Marx
Samstag/Sonntag, 11./12. Juni,
9:30-17:00 Uhr, 18 Ustd., 77 €, VHS



Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlos Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich aktiv – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/fohp



1

2

3

4

5

6

TRAIN THE TRAINER



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43202

Anmeldung

Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de

☎ 0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129

Train the Trainer – Informationsabend

Die Volkshochschule Essen bietet ab November 2022 wieder ihre langjährig erfolgreiche Fortbildung für Personen an, die als Lehrkraft, Trainer/-in oder Dozent/-in in der Weiterbildung tätig sind oder werden wollen. Ebenfalls angesprochen sind Fach- und Führungskräfte, die mit Personalentwicklung befasst sind oder Projektgruppen und Teams leiten. Die sieben Seminarmodule finden an Wochenenden ca. einmal pro Monat statt. Zusätzlich können begleitende Kommunikations- und Lernangebote mithilfe der interaktiven Online-Lernplattform Moodle wahrgenommen werden. Wer beim Abschluss-Workshop eine eigene Trainingssequenz erfolgreich durchführt, erhält das Zertifikat der Volkshochschule Essen. Weitere Details erfahren Sie an diesem kostenfreien Informationsabend.

Modul 1: Lernen und Lehren in der Weiterbildung

Modul 2: Visualisieren, Präsentieren und Medieneinsatz im Training

Modul 3: Gesprächsführung in Trainingssituationen

Modul 4: Lernen als Gruppenprozess

Modul 5: Trainingssituationen planen und methodenkompetent durchführen

Modul 6: Profilbildung, Akquise und Kundenbindung

Abschluss-Workshop

- **221.5C264K** Dr. Reimund Evers
Donnerstag, 9. Juni, 18:10-19:00 Uhr,
entgeltfrei, VHS



NACHHALTIGER LEBEN UND ARBEITEN

Nachhaltigkeit schaffen – Veränderung gemeinsam gestalten: Workshop für den Wandel von Leben und Arbeiten

Angesichts des bedrohlich spürbaren Klimawandels findet das Konzept der Nachhaltigen Entwicklung zunehmend Beachtung. Viele Menschen wollen aktiv daran mitwirken, ökologische, soziale und ökonomische Interessen in eine Balance zu bringen, die die Lebensgrundlagen der Menschheit langfristig sichern soll. Die dazu erforderliche Veränderung von Wirtschaft und Gesellschaft ist enorm. Man kann sie auch als gigantischen Lernprozess auf individueller und sozialer Ebene betrachten. An diesem Infoabend wird eine neuartige Fortbildung vorgestellt, die Interessierte mit dem Thema der Nachhaltigkeit vertraut macht, Herausforderungen benennt und praktische Kompetenzen vermittelt. Die Teilnehmenden werden ermutigt, sich positiv auf den Wandel einzulassen und eine individuelle Strategie für mehr Nachhaltigkeit zu definieren. Dabei geht es nicht darum, als Einzelne/r die Welt zu retten, sondern gemeinsam Veränderung zu gestalten und Nachhaltigkeit zu erschaffen. Da, wo man steht. So, wie man es kann. Im Laufe des Kurses können die Teilnehmenden ihr persönliches Nachhaltigkeitsprojekt konzipieren, präsentieren, ggf. umsetzen und evaluieren. Dies kann im beruflichen oder privaten Kontext sein. Die Fortbildung umfasst Workshops, die an Wochenenden zwischen November 2022 und Juni 2023 stattfinden.

Modul 1 Nachhaltigkeit: Was bedeutet das – für mich und andere?

Modul 2 Psychologie der Nachhaltigkeit: Wie kann die Veränderung gelingen?

Modul 3 Theorien und Modelle für Nachhaltige Entwicklung: Wohin geht die Reise?

Modul 4 Grundlagen nachhaltiger Kommunikation und Konfliktlösung

Modul 5 Methodentraining für die Kooperation in Veränderungsprozessen

Modul 6 Projektmanagement für Nachhaltige Entwicklungsprozesse

Modul 7 Abschlussworkshop: nachhaltige gemeinsam erschaffen!

- **221.5C271K** Dr. Reimund Evers
Donnerstag, 2. Juni, 18:10-19:40 Uhr,
entgeltfrei, VHS



Workshop: Auf Erkundungstour zu nachhaltigerem Leben und Arbeiten | Online per Videokonferenz

Klimawandel, Wirtschaftsmigration, Müllstrudel, Bienensterben, Mikroplastik: Das Problem hat viele Gesichter. Auf den Punkt gebracht: Wenn alle Menschen so leben würden wie wir Europäer, bräuchten wir fast drei Planeten. Diese Situation wird nicht erst langfristig zum Problem, sondern fordert jetzt jede/n Einzelne/n von uns zum Handeln auf. Wir alle können etwas verändern beim Einkaufen, bei der Arbeit, beim Zähneputzen oder auch ganz nebenbei. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit gesellschaftlichen Trends wie Minimalismus oder Do-it-yourself. Und wir fangen anhand von kleinen, konkreten Aufgaben an, unseren Lebensstil (weiter) zu verändern. Egal, wie viel Sie über das Thema Nachhaltigkeit wissen: Lassen Sie uns über unsere Verantwortung als Verbraucher/in und Mitbürger/in sprechen und auch direkt etwas verändern. Das Motto lautet: Einfach mal loslegen! Im Kurs erhalten Sie konkrete Anregungen, wie Sie Ihren Alltag nachhaltiger gestalten können. Was Sie anspricht, probieren Sie aus, reden in der Gruppe über Erfolge sowie Schwierigkeiten, beraten und bestärken sich wechselseitig. Übrigens ein tolles Projekt für die Fastenzeit! – Die Dozentin ist Trainerin und Moderatorin.

Der Kurs findet als Online-Videokonferenz statt. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie einige Tage vor dem ersten Termin per Mail die erforderlichen Zugangsdaten. Zur Teilnahme benötigen Sie ein Endgerät mit Webcam, Mikrofon und Lautsprechern sowie eine stabile Internetverbindung.

- **221.5C273K** Dr. Wiebke Lahg
mittwochs, 19:00-21:15 Uhr
Beginn 2. März, 4 Termine, 66 €

AUSBILDEREIGNUNGSPRÜFUNG (IHK)

Ausbildung der Ausbilder (IHK) – Informationsabend

Wer im Betrieb ausbilden will, muss eine Ausbildereignungsprüfung bei der IHK absolvieren. Zudem sind relevante berufliche Qualifikationen nachzuweisen. Aber auch wer nicht ausbilden möchte, sondern für andere Zwecke daran interessiert ist, kann einen diesbezüglichen Lehrgang besuchen und ggf. das IHK-Zertifikat erwerben. Dies sind etwa Personen, die nicht betrieblich ausbilden, sondern als Lehrkraft in der Weiterbildung arbeiten wollen. Die VHS Essen bereitet Sie auf die Prüfung bei der IHK Essen vor. Weitere Details erfahren Sie bei Dr. Reimund Evers (Tel.: 0201 – 88 43 202) oder an diesem Informationsabend.

- **221.5C281K** Dr. Reimund Evers
Donnerstag, 10. Februar, 18:10-19:00 Uhr, entgeltfrei, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind erwerbstätig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK

Machen Sie sich aktiv – es zahlt sich aus!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/fofag

Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung (IHK)

Der Kurs bereitet auf die theoretische und praktische Ausbildereignungsprüfung vor. Unsere Dozentinnen Anja Berlien (Dipl.-Kauffrau) und Andrea Haaf (Kauffrau, Trainerin) haben langjährige Erfahrung in der Weiterbildung. Frau Haaf ist zudem Prüferin für die praktische Ausbildereignungsprüfung bei der IHK. Im Kursentgelt sind die Kosten für umfassendes Lehrmaterial enthalten, jedoch nicht die Prüfungsgebühr der IHK. Erwerbstätige können mit dem "Bildungsscheck NRW" 50 Prozent des Entgelts sparen.

- **221.5C283K** Anja Berlien / Andrea Haaf
dienstags + donnerstags, 18:10-21:05 Uhr
Beginn 22. Februar, 21 Termine, 420 €, Kleingruppe 6-12 TN, inkl. Lehrmaterial, keine Ermäßigung, VHS

Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung (IHK)

Bildungsurlaub

Wer im Betrieb junge Erwachsene ausbilden will, muss selbst über einen Berufsabschluss sowie Berufserfahrung verfügen und die Ausbildereignung durch eine entsprechende Prüfung – meist bei der örtlichen Industrie- und Handelskammer – nachweisen. Aber auch wer nicht beruflich ausbilden will, sondern z. B. als Lehrkraft bei einer Weiterbildungseinrichtung arbeiten möchte, kann die Ausbildereignungsprüfung absolvieren und so diese Zusatzqualifikation erwerben. Die VHS-Dozentinnen Anja Berlien (Dipl.-Kauffrau) und Andrea Haaf (Kauffrau, Trainerin) bereiten seit vielen Jahren erfolgreich auf die theoretische und praktische Ausbildereignungsprüfung vor. Frau Haaf ist zudem als Prüferin bei der IHK Essen tätig. Die Veranstaltung ist in NRW auch als Bildungsurlaub anerkannt, so dass berechtigte Personen bei ihrem Arbeitgeber eine Freistellung beantragen können. Das Entgelt beinhaltet die Kosten für umfassendes Lehrmaterial, jedoch nicht die IHK-Prüfungsgebühr. – Eine Woche nach dem Kurs beantworten die Dozentinnen in einer Videokonferenz ggf. auftretende Folgefragen der Teilnehmenden. Erwerbstätige können mit dem „Bildungsscheck NRW“ 50 Prozent des Entgelts sparen.

- **221.5C285K** Anja Berlien / Andrea Haaf
Montag bis Samstag, 4.-9. April,
je 9:00-17:00 Uhr, 54 Ustd., 6 Termine, 392 €, 6-10 TN, inkl. Lehrmaterial, ohne IHK-Prüfungsgebühr, keine Ermäßigung, VHS



Ausbildung der Ausbilder: Vorbereitung auf die praktische IHK-Prüfung

Die Ausbildereignungsprüfung der IHK besteht generell aus einem theoretischen und einem praktischen Teil. Sie haben die Theorieprüfung bereits bestanden oder benötigen diese nicht und wollen sich nun speziell auf die praktische Prüfung vorbereiten? Dann finden Sie in diesem Kurs die optimale Unterstützung: Unsere Dozentin ist seit vielen Jahren auch als Prüferin für die IHK tätig und weiß genau, worauf es ankommt. Sie erläutert die Prüfungsanforderungen und entwickelt mit Ihnen Ihr persönliches Konzept. Sie trainieren die Prüfungspraxis, absolvieren im geschützten Rahmen risikolos eine Generalprobe und erhalten konkrete Tipps zur Verbesserung. So werden Sie fit für die echte AdA-Prüfung. Erwerbstätige können mit dem „Bildungsscheck NRW“ 50 Prozent des Entgelts sparen.

- **221.5C287K** Andrea Haaf
donnerstags + dienstags, 18:10-21:05 Uhr
Beginn 28. April, 6 Termine, 159 €, 6-12 TN, keine Ermäßigung, VHS

MONTESSORI-DIPLOM



Montessori-Diplom – Vorankündigung

Die Montessori-Pädagogik ist ein reformpädagogischer Ansatz, in dessen Mittelpunkt die individuelle Förderung von Kindern in ihrem sozialen und kulturellen Umfeld steht. Immer häufiger findet dieses Erziehungsmodell Anwendung in Kindergärten, Tagesstätten und Schulen. Die Volkshochschule Essen bietet in Kooperation mit der Deutschen Montessori-Vereinigung e.V. ab September 2022 ihren neunten Lehrgang zur Vorbereitung auf das Montessori-Diplom an. Details erfahren Sie an diesem Infoabend sowie persönlich bei Dr. Reimund Evers (Tel.: 0201 – 88 43 202).

- **221.5C291K** Dr. Reimund Evers
Donnerstag, 19. Mai, 18:00-19:30 Uhr, entgeltfrei, VHS

1

2

3

4

5

6

MEDIATION



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202

Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 129

Einführung in die Mediation: Wie löse ich Konflikte kompetent und dauerhaft?

Bildungsurlaub

Arbeitsverdichtung, Leistungs- und Konkurrenzdruck sowie zwischenmenschliche Probleme führen zu Konflikten im Beruf und im Privatleben. Hier ist Mediation eine optimale Methode, um brisantem Konfliktstoff durch besondere Techniken der Kommunikation und Gesprächsführung die Explosivität zu nehmen und Lösungen zu finden, die alle Beteiligten zufriedenstellen. Das Seminar vermittelt Angehörigen von Betrieben und Organisationen, aber auch Privatpersonen einen praxisbezogenen Ansatz zur eigenen Konfliktbewältigung sowie zur Moderation von Konflikten. Sie erwerben Wissen zu den Eskalationsstufen von Auseinandersetzungen, Möglichkeiten der Deeskalation, Konflikttypen, -arten und -ursachen. Auf dieser Basis werden in praktischen Übungen und Rollenspielen Methoden des Spiegelns, Reframings und Genauerns eingeübt. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Die Dozentin ist Mediatorin, Schiedsfrau und freiberufliche Trainerin.

- **221.5C470K** Maria Nacke-Viedenz
Montag bis Freitag, 25.-29. April,
je 9:30-16:00 Uhr, 40 Ustd., 189 €, 8-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

BILDUNG VERSCHENKEN – GEHT DAS?

Aber klar! Mit dem Geschenkgutschein der Volkshochschule Essen. Geschenkgutscheine, siehe Seite 169, können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie kaufen sie direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Ausbildung in Mediation – Informationsabend

Mediation ist ein strukturiertes Verfahren zur freiwilligen, konstruktiven Beilegung von Konflikten. Es ist in Deutschland seit 2012 auch als Option zur außergerichtlichen Konfliktbeilegung gesetzlich geregelt. Mediationsverfahren werden seither in juristischen, betrieblichen und privaten Zusammenhängen immer häufiger angewendet. Damit steigt der Bedarf nach qualifizierten Mediator/-innen. Die VHS Essen bietet ab Mai 2022 erneut eine 218 Stunden umfassende Ausbildung zum/zur zertifizierten Mediator/in an. Sie ist abgestimmt auf die Anforderungen des Mediationsgesetzes (MediationsG) sowie der Verordnung über die Aus- und Fortbildung von zertifizierten Mediatoren (ZMediaAusbV). Die Ausbildung wendet sich an alle, die ihre Konfliktkompetenz verbessern und diese privat oder beruflich nutzen wollen. Vermittelt werden theoretische und praktische Grundlagen der Mediation, Interventionsmethoden aus den Bereichen Kommunikation und Psychologie sowie Gruppendynamik und Organisationsentwicklung. An diesem Abend erfahren Sie weitere Details und lernen die Leiterin der Ausbildung kennen. Monique Ridder ist Personalreferentin, Coach und Ausbilderin in Mediation.

- **221.5C472K** Monique Ridder
Donnerstag, 24. März, 18:30-20:00 Uhr,
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich, VHS



Ausbildung in Mediation

Mediation ist ein strukturiertes Verfahren zur freiwilligen, konstruktiven Beilegung von Konflikten. Es ist in Deutschland seit 2012 auch als Option zur außergerichtlichen Konfliktbeilegung gesetzlich geregelt. Mediationsverfahren werden seither in juristischen, betrieblichen und privaten Zusammenhängen immer häufiger angewendet. Damit steigt der Bedarf nach qualifizierten Mediatoren/Mediatorinnen. Die VHS Essen bietet ab Mai 2022 erneut eine 218 Stunden umfassende Ausbildung zum/zur zertifizierten Mediator/in an. Sie ist abgestimmt auf die Anforderungen des Mediationsgesetzes (MediationsG) sowie der Verordnung über die Aus- und Fortbildung von zertifizierten Mediatoren (ZMediaAusbV). Die Ausbildung wendet sich an alle, die ihre Konfliktkompetenz verbessern und privat oder beruflich nutzen wollen. Vermittelt werden theoretische und praktische Grundlagen der Mediation, Interventionsmethoden aus den Bereichen Kommunikation und Psychologie sowie Gruppendynamik und Organisationsentwicklung. Zusätzlich zum Präsenzunterricht in der VHS benötigen die Teilnehmenden Zeit für Interventionsgruppen, Falldurchführung und Dokumentation.

Modul 1: Wochenende 06. bis 08.05.2022

Historie, Begriffe und Merkmale der Mediation

Was ist Mediation?; Historie & weitere Entwicklung; Anwendungsgebiete; Grundgedanken & Merkmale von Mediation; das Mediationsgespräch.
Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr
Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr
Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

Modul 2: Wochenende 10. bis 12.06.2022

Kommunikationstechniken, Konfliktanalyse und Gesprächsführung im Mediationsverfahren

Die Phasen der Mediation; Merkmale und Besonderheiten in den Phasen; Konfliktanalyse; Positionen, Interessen, Bedürfnisse und Werte; Eskalationsstufen.
Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr
Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr
Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

Modul 3: Wochenende 24. bis 26.06.2022

Gewaltfreie Kommunikation in der Mediation

Grundlagen der GfK nach Marshall B. Rosenberg; wertfreies Umformulieren; Benennen von Gefühlen; Unterscheidung von Interesse & Bedürfnis; Übersetzung von Beleidigungen.
Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr
Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr
Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

Modul 4: Kompaktwoche 15. bis 19.08.2022 Mediation in familiären Kontexten sowie in der Schule

Familien in der Mediation; Paar-, Trennungs- & Scheidungsmediation; inhaltliche & strukturelle Besonderheiten; rechtliche Rahmenbedingungen; Schulmediation.

Montag bis Freitag 9:00 bis 18:00 Uhr

Modul 5: Wochenende 21. bis 23.10.2022

Mediation mit interkulturellem Kontext sowie Täter-Opfer-Ausgleich

Kulturdimensionen & ihre Auswirkungen auf den Mediationskontext; interkulturelle Mediation; Täter-Opfer-Ausgleich bzw. Mediation in Strafverfahren.

Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr

Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr

Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

Modul 6: Wochenende 18. bis 20.11.2022

Moderation und Mediation in Gruppen

Präsentation & Moderation; gruppendynamische Prozesse; Umgang mit Störungen; 50 Tools für Mediation in Gruppen.

Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr

Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr

Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

Modul 7: Kompaktwoche 16. bis 20.01.2023

Wirtschafts- und Betriebsmediation, Teamentwicklung und Bürgerbeteiligung

Grundlagen & Besonderheiten für Mediationen in wirtschaftlichen Kontexten; rechtliche Rahmenbedingungen; Mediation im öffentlichen Raum & Bürgerbeteiligung.

Montag bis Freitag 9:00 bis 18:00 Uhr

Modul 8: Wochenende 24. bis 26.03.2023

Abschlussworkshop

Fallvorstellungen; kollegiale Fallberatung; Zertifizierung.

Freitag 15:30 bis 21:00 Uhr

Samstag 9:30 bis 18:00 Uhr

Sonntag 9:30 bis 16:00 Uhr

- **221.5C474K** Monique Ridder / Sabine Sauerborn
Beginn 6. Mai, 28 Termine, 2.100 €, inkl. Unterrichtsmaterial und Prüfung, keine Ermäßigung, Teilzahlung möglich, VHS

Das Herbstsemester beginnt am 5. September 2022.

TECHNIK WORKSHOPS FÜR KURSLEITENDE DER VHS ESSEN



Beratung / Programmbereichsleiter
Stephan Rinke
stephan.rinke@vhs.essen.de
☎0201 88-43220
Anmeldung
Vanessa Bergmann
vanessa.bergmann@vhs.essen.de
☎0201 88-43223
Nähere Informationen siehe Seite 129

Unterrichtstechnik an der VHS Essen – Was geht wie?

In fast allen Räumen der VHS Essen stehen Beamer und Audiokombis zur Verfügung und in manchen Räumen interaktive Displays. Wer erfahren möchte, wie eigene Geräte mit den unterschiedlichen audiovisuellen Unterrichtslösungen verwendet werden können, erfährt das Wichtigste in diesem Workshop und kann das Gelernte auch direkt mit einem eigenen Gerät ausprobieren (nicht vergessen, die Geräte mitzubringen). So geht am Kurstag nichts schief und Sie gehen ganz entspannt in Ihren Unterricht. Denn: unser Technikteam kann nicht immer in allen Kursschichten Hilfestellung geben ...

- **212.5C500E** Harald Kirchoff / Marvin Köllner
Mittwoch, 15. September,
10:00-11:30 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **212.5C501E** Harald Kirchoff / Marvin Köllner
Mittwoch, 15. September,
16:30-18:00 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **212.5C502E** Harald Kirchoff / Marvin Köllner
Donnerstag, 16. September,
12:00-13:30 Uhr, entgeltfrei, VHS
- **212.5C503E** Harald Kirchoff / Marvin Köllner
Donnerstag, 16. September,
17:45-19:15 Uhr, entgeltfrei, VHS

5D MANAGEMENTTECHNIKEN



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 129

MANAGEMENTTECHNIKEN

Konfliktmanagement – konstruktiv mit Konflikten umgehen

Auseinandersetzungen mit Kund/-innen, Kolleg/-innen, Vorgesetzten oder zwischen Arbeitsgruppen sind ein völlig normales Problem im Berufsleben. Der konstruktive Umgang mit solchen Fällen erfordert ein hohes Maß an Kommunikations-, Kooperations- und Konfliktkompetenz. Doch es gelingt nicht immer, kritische Punkte auf angemessene Art zu benennen und strittige Fragen einvernehmlich zu klären. Dann kann die Situation unangenehm werden und eskalieren. Doch wie kommt das? Und wie kann es besser laufen? Das Seminar beleuchtet die Strukturen verschiedener Konfliktformen sowie typische Auslöser von Unstimmigkeiten und Auseinandersetzungen. An lebensnahen Beispielen werden einige erprobte Methoden vermittelt, mit denen man Konflikte konstruktiv begegnen kann. Das Gelernte wird in praktischen Übungen erprobt, um den Transfer in die Praxis zu trainieren. Der Dozent ist Geisteswissenschaftler und ausgebildeter Mediator.

- **221.5D051K** Thomas Kierstein
Samstag/Sonntag, 2./3. April,
10:00-17:00 Uhr, 16 Ustd., 83 €, 6-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS



1

2

3

4

5

6



Erfolgreich verhandeln – Vereinbarungen erzielen

Im beruflichen Alltag ist es wichtig, selbstsicher und kompetent aufzutreten. Dazu benötigen Sie Wissen über Kommunikation, Argumentationstechniken und die Fähigkeit zur zielgerichteten Vorbereitung, Durchführung und Strukturierung von Diskussionen und Verhandlungen. Neben theoretischen Grundlagen stehen im Seminar praktische Übungen im Mittelpunkt. – Die Themen: Körpersprache erkennen und einsetzen; Methoden der Gesprächsführung anwenden; aktiv zuhören; die richtigen Fragen stellen; Aufbau von Argumentationsstrategien; Bewertung und Entkräftung von Argumenten; Gespräche strukturieren und selbstbewusst auftreten. Bitte beachten Sie, dass es sich um kein Verkaufstraining handelt! Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5D053K** Eva Grieskamp
dienstags, 18:10-21:20 Uhr
Beginn 15. März, 4 Termine, 83 €, 6-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

VON IHNEN KÖNNEN ANDERE ETWAS LERNEN!

Unterrichten Sie an der Volkshochschule! Sie verfügen über einen qualifizierten Abschluss?

Sie besitzen fachliche und pädagogische Kompetenzen? Sie haben Lehr- und Berufserfahrungen und möchten Ihr Wissen vermitteln?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
www.vhs-essen.de/bewerbung

Roadmap Verkaufsgespräch – mit Empathie beraten und verkaufen

Wer sich im Vertrieb behaupten möchte, muss seine Kund/-innen von sich, seinem Unternehmen und den Produkten überzeugen. Die richtige Einstellung, Motivation, Vorbereitung und systematisches Vorgehen sind dabei genauso ausschlaggebend wie Selbstbewusstsein, Authentizität und ein empathisches Wesen. Das Seminar richtet sich an Beschäftigte im Verkauf und Vertrieb, Selbstständige und freie Handelsvertreter/-innen sowie an alle, die sich für solche Tätigkeiten interessieren. Vorerfahrung ist hilfreich, aber nicht erforderlich. Die Themen: Ihr Rollenverständnis als Beraterin, Verkäufer oder Top-Verkäuferin; subjektive Wahrnehmungen und Einschätzungen im Verkaufsgespräch; Bedeutung der Stärken Ihrer Person, des Unternehmens und des Produktes bzw. der Dienstleistung; Empathie und Begeisterung als Schlüssel zum Erfolg; Phasen und Vorbereitung des Verkaufsgesprächs; unterschiedliche Kundentypen; Verkaufsgespräche interaktiv führen; unterschiedliche Fragetechniken; die Merkmal-Vorteil-Nutzen-Argumentation; Nach- und Aufbereitung des Verkaufsgesprächs. Das Gelernte wird realitätsnah erprobt. Individuelles Feedback fördert Ihre Stärken und den Praxistransfer. Der Dozent ist Key-Account-Manager.

- **221.5D055K** Drasko Pavlovic
Samstag, 5. März, 10:00-17:15 Uhr
Sonntag, 6. März, 10:00-16:15 Uhr,
15 Ustd., 78 €, 6-10 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

Tschüss Hamsterrad – Zeitmanagement anders

Was hat die eigene Energiebilanz mit Ihrem Ordnungssystem zu tun? Wozu brauchen Sie persönliche Ziele im Arbeitsleben? Wie schafft man es, Nein zu sagen, ohne jemanden zu verärgern? Und was macht man mit dem hartnäckigen inneren Schweinehund? Dieses Seminar vermittelt, wie Sie sich in Ihrem Arbeitsleben selbstbestimmter organisieren können. Sie durchleuchten im Helikopterblick Ihre Gewohnheiten und stellen diese auf den Prüfstand. Sie kommen Ihren schlimmsten Zeitfressern auf die Schliche und verbannen diese konsequent aus Ihrem Alltag. So gewinnen Sie die Macht über Ihre Zeit und Ihr Leben zurück und entdecken dabei vielleicht ungeahnte Energiereserven neu. Die Inhalte: Ziele setzen und priorisieren (SMART, Eisenhower, Pareto etc.); passende Planungswerkzeuge (z. B. Outlook, Lotus Notes) anwenden, individuellen Arbeitszufluss und -prozess lenken; Steuerung von Mails, Telefonaten und Besprechungen; Ablagemanagement; Zeitdiebe und Energietankstellen erkennen, die Energie-Balance nachhaltig im Blick behalten. Sie arbeiten praxisorientiert und mit eigenen Beispielen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Dozentin ist Trainerin und Coach.

- **221.5D057K** Eva Grieskamp
Samstag/Sonntag, 2./3. April, 9:00-16:00 Uhr,
16 Ustd., 83 €, 6-12 TN,
inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS





Projektmanagement – Realisieren von Projekten im Team

Bildungsurlaub

Ein Projekt ist eine Aufgabe mit definierter Dauer und festem Budget, bei dem mehrere Bereiche bzw. Personen koordiniert zusammenarbeiten müssen. Dieser Kurs vermittelt Grundwissen und stellt anhand praktischer Beispiele Strategien und Werkzeuge vor, die Projektmanager benötigen, um Ressourcen effektiv einzusetzen und im Team erfolgreich zu arbeiten. Die Inhalte: Grundlagen der Projektarbeit, Projektziele, Projektorganisation, Maßnahmen zur Projektkontrolle und -steuerung, Projektteams entwickeln und etablieren, Dokumentation und Projektauswertung. Vorkenntnisse oder Berufserfahrung sind nicht erforderlich. Der Dozent ist seit über 25 Jahren in leitender Funktion im Bereich Strategieentwicklung und Projektmanagement tätig.

- **221.5D059K** Dr. Daniel Zerweck
Montag bis Mittwoch, 23.-25. Mai,
je 10:00-17:00 Uhr, 24 Ustd., 141 €, 6-12 TN,
inkl. Lehrbuch und Teilnahmebescheinigung, VHS

**Bildung schenken
mit dem Geschenkgutschein
der VHS Essen!**
Siehe Seite 169

**Das Herbstsemester beginnt
am 5. September 2022.**

BÜROMANAGEMENT / KAUFMÄNNISCHE PRAXIS



Beratung / Programmbereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎0201 88-43202
Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎0201 88-43102
Nähere Informationen siehe Seite 129

Fachkraft für Büromanagement (XB) – Informationsabend

Die VHS Essen bietet ab November 2022 erneut die bundesweit verbreitete Fortbildung zur „Geprüften Fachkraft für Büromanagement (Xpert Business)“ an. Sie wendet sich an Berufstätige (als Zusatzqualifikation), Berufsrückkehrer/-innen (als Auffrischung), Interessenten ohne Ausbildung (als Basisqualifikation) sowie an Existenzgründer/-innen (zur Bürostrukturierung). Der Lehrgang hat einen Umfang von 202 Unterrichtsstunden (inkl. Modulprüfungen) mit den folgenden Themen:

- * Büroorganisation (32 UStd plus Prüfung)
- * Unternehmensführung, Wirtschaftsrecht und Rechnungswesen (36 UStd plus Prüfung)
- * Zeitmanagement (16 UStd)
- * Kommunikation, Kundenkontakt und Verhandlungsführung (32 UStd)
- * Tastschreiben und normgerechte Korrespondenz (21 UStd plus Prüfung)
- * Bürokommunikation mit EDV und Internet (60 UStd plus Prüfung)

Einzelheiten erfahren Sie bei Dr. Reimund Evers (Tel.: 0201 – 88 43 202) sowie an diesem Informationsabend. Erwerbstätige können mit dem „Bildungsscheck NRW“ 50 Prozent des Entgelts sparen.

- **221.5D271K** Dr. Reimund Evers
Donnerstag, 23. Juni, 18:00-19:30 Uhr,
entgeltfrei, VHS

Grundlagen der Finanzbuchführung – beim TEST-Sieger gelernt

Bildungsurlaub

Das Seminar wendet sich an Interessenten ohne Vorkenntnisse. Es vermittelt in leicht verständlicher Form die wichtigsten Arbeitsabläufe der doppelten Buchführung: Wie schaffe ich die Grundlagen für eine funktionierende Buchführung? Wie werden Belege sinnvoll und effektiv verwaltet? Was ist beim Kontieren und Buchen zu beachten? Was verbirgt sich hinter dem Grundsatz „Soll an Haben“? An typischen Geschäftsfällen und praktischen Beispielen können Sie das neu erworbene Wissen anwenden und festigen. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Der Dozent ist Trainer für Buchführung und Erwachsenenbildung.

- **221.5D281K** Achim Schröder
Montag bis Donnerstag, 20.-23. Juni,
je 10:00-17:00 Uhr, 32 Ustd., 147 €,
8-15 TN, VHS



Grundlagen der Finanzbuchführung – beim TEST-Sieger gelernt | Online per Videokonferenz

Das Seminar entspricht inhaltlich der zuvor beschriebenen Veranstaltung. Es handelt sich jedoch um keinen Bildungsurlaub. Die viertägige Fortbildung findet vollständig online in Form von Videokonferenzen statt. Die benötigten Zugangsdaten senden wir Ihnen rechtzeitig per Mail. Zur Teilnahme benötigen Sie einen PC mit Webcam, Mikrofon und Lautsprechern (alternativ ein Headset), eine stabile Internetverbindung sowie einen ungestörten Arbeitsplatz. Sie lernen in einer kleinen Gruppe von 6 bis maximal 10 Personen.

- **221.5D283K** Achim Schröder
Montag bis Donnerstag, 1.-4. August,
je 9:00-16:00 Uhr, 32 Ustd., 166 €,
Kleingruppe 6-10 TN

1

2

3

4

5

6

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert?

Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 88-43220

Grundlagen der Lohn- und Gehaltsbuchführung

Bildungsurlaub

Arbeitgeber müssen bei der betrieblichen Lohn- und Gehaltsabrechnung Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und gesetzliche Sozialversicherungsbeiträge einbehalten und an die entsprechenden Stellen abführen. Der Kurs vermittelt das nötige Basiswissen und macht vertraut mit der praktischen Durchführung der erforderlichen Abrechnungsarbeiten. Im Mittelpunkt stehen die korrekte Ermittlung des Bruttolohns (Arbeitgeber/Arbeitnehmer) und der gesetzlichen Abzugsbeträge sowie die Übermittlung der erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge sowie die Arbeiten am Monats- und Jahresende zahlreiche Besonderheiten mit sich. Die Inhalte orientieren sich weitgehend an dem Kursmodul „Lohn und Gehalt I“ des Lehrgangssystems Xpert Business (vgl. www.xpert-business.eu/lernzielkataloge). Alle Teilnehmenden erhalten das entsprechende Buch aus der XB-Reihe des EDUMEDIA-Verlages. Die Veranstaltung ist auch als Bildungsurlaub anerkannt. Der Dozent ist Diplom-Kaufmann und SAP® ERP 6.0 Co-Berater.

- **221.5D285K** Alexander Bister
freitags, 9:00-16:00 Uhr
Beginn 6. Mai, 5 Termine, 240 €, 8-10 TN,
inkl. Lehrbuch und Teilnahmebescheinigung,
VHS

Newsletter-Anmeldung



Nichts mehr verpassen und immer auf dem Laufenden. Weitere Infos unter www.vhs-essen.de/Newsletter

FACHKRAFT FINANZBUCHFÜHRUNG (XB)



Beratung / Programmabereichsleiter
Dr. Reimund Evers
reimund.evers@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43202

Anmeldung
Annette Volmer
annette.volmer@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43102

Nähere Informationen siehe Seite 129



Fachkraft für Finanzbuchführung (XB)

Vermittelt werden theoretische und praktische Kompetenzen für die eigenständige Abwicklung der betrieblichen Finanzbuchführung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Angesprochen sind Berufsrückkehrer/-innen, Selbstständige sowie Personen, die vor Längerem erworbene Kenntnisse auffrischen oder erweitern wollen. Der Lehrgang besteht aus drei Modulen. Durch drei Teil-Prüfungen erwerben Sie schrittweise das Zertifikat als Fachkraft für Finanzbuchhaltung (XB) (www.xpert-business.eu):

- * Finanzbuchführung I
- * Finanzbuchführung II
- * Finanzbuchführung III am PC mit Lexware.

Der Dozent ist Trainer für Buchführung und Erwachsenenbildung. Das Entgelt umfasst die Teilnahme am Unterricht sowie die Kosten für Bücher und Prüfungen. – Erwerbstätige können mit dem „Bildungsscheck NRW“ 50 Prozent des Entgelts sparen.

- **221.5D310K** Achim Schröder
39 x mittwochs, 18:10-21:20 Uhr plus 1 x Sa
14-17 Uhr am 7.5.2022, Beginn 2. März, bis
05/2023, 986 €, keine Ermäßigung, jedoch Teil-
zahlung und 50 Prozent Zuschuss möglich, VHS



Finanzbuchführung I (XB) – Praxisorientierte Einführung

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt. Inhalte: Grundlagen der Buchführung, Grundlagen der Bilanz und Inventur, Organisation der Buchführung, Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten, Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben, Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren, Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland). Den ausführlichen Lernzielkatalog finden Sie unter www.xpert-business.eu/lernzielkataloge. Fachliteratur wird am ersten Termin benannt. Nach dem Kurs können Sie eine Xpert-Business-Prüfung (XB) absolvieren und so ein Zertifikat erhalten. Der Dozent ist Trainer für Buchführung und Erwachsenenbildung (Sieger WARENTEST 2010).

■ **221.5D312K** Achim Schröder
Beginn 2. März, 14 x mittwochs 18:10-21:20 Uhr plus 1 x Samstag 14-17 Uhr am 7.5.2022, 210 €, inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

XB-Prüfung: Finanzbuchführung I

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Prüfungsordnung des Lehrgangs- und Zertifikatssystems Xpert Business und bestätigen, dass Sie diese zuvor zur Kenntnis genommen haben: www.xpert-business.eu/pruefungsordnung.

■ **221.5D319K** Achim Schröder
Mittwoch, 22. Juni, 18:10-21:20 Uhr, 70 €, keine Ermäßigung, VHS

Finanzbuchführung II (XB) – Fortgeschrittene Anwendungen

Der Kurs setzt Buchführungskenntnisse vergleichbar dem Niveau von „Finanzbuchführung I“ voraus. Sie lernen, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten. Inhalte: Besonderheiten bei Produktionsbetrieben, Jahresabschluss und Bilanzierungsgrundsätze, sachliche und zeitliche Abgrenzungen, Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben, Umkehr der Steuerschuldnerschaft, geleistete und erhaltene Anzahlungen, Grundsätze zur Bewertung, Bewertung des Anlage- und Umlaufvermögens und von Verbindlichkeiten, Bildung und Auflösung des Investitionsabzugsbetrages, Ausweis des Eigenkapitals in der Bilanz, Rückstellungen. Den ausführlichen Lernzielkatalog finden Sie unter www.xpert-business.eu/lernzielkataloge. Fachliteratur wird am ersten Termin benannt. Nach dem Kurs können Sie eine Xpert-Business-Prüfung (XB) absolvieren und so ein Zertifikat erhalten. Der Dozent ist Trainer für Buchführung und Erwachsenenbildung (Sieger WARENTEST 2010).

■ **221.5D320K** Achim Schröder
14 x donnerstags 18:10-21:20 Uhr plus 1 x Samstag 10-13 Uhr am 7.5.2022, Beginn 17. Februar, 210 €, inkl. Teilnahmebescheinigung, VHS

XB-Prüfung: Finanzbuchführung II

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Prüfungsordnung des Lehrgangs- und Zertifikatssystems Xpert Business und bestätigen, dass Sie diese zuvor zur Kenntnis genommen haben: www.xpert-business.eu/pruefungsordnung.

■ **221.5D329K** Achim Schröder
Donnerstag, 23. Juni, 18:10-21:20 Uhr, 70 €, keine Ermäßigung, VHS

Zuschüsse für berufliche Weiterbildung

Kostenlose Beratung in der VHS Essen

- Sie sind übermäßig und wollen sich beruflich fortbilden?
- Sie möchten einen Zuschuss von bis zu 500 € erhalten?

BILDUNGSSCHÜCK
Machen Sie sich aktiv - wir unterstützen Sie!

Mehr Infos unter www.vhs-essen.de/bildung



Grundlagen der Kosten- und Leistungsrechnung (XB) | Online per Videokonferenz

Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Ertragskraft einzelner Produkte. Der Kurs vermittelt die Grundlagen der Kosten- und Leistungsrechnung in Theorie und Praxis. Inhalte: Aufgaben und Grundbegriffe der Kosten- und Leistungsrechnung, Kostenartenrechnung, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung auf Basis der Vollkostenrechnung, Deckungsbeitragsrechnung. Den ausführlichen Lernzielkatalog finden Sie unter www.xpert-business.eu/lernzielkataloge. Grundkenntnisse der Buchführung werden vorausgesetzt. Verbindliche Fachliteratur wird am ersten Termin benannt (Zusatzkosten ca. 46 Euro). Nach dem Kurs können Sie eine Xpert-Business-Prüfung (XB) absolvieren und so ein Zertifikat erhalten. Der Dozent ist Diplom-Kaufmann und SAP® ERP 6.0 Co-Berater.

Die Fortbildung findet online in Form von Videokonferenzen statt. Die Zugangsdaten erhalten Sie kurz vor dem ersten Kursabend. Zur Teilnahme benötigen Sie einen PC mit Webcam, Mikrofon und Lautsprechern (alternativ ein Headset), eine stabile Internetverbindung sowie einen ungestörten Arbeitsplatz. Sie lernen in einer kleinen Gruppe von 6 bis maximal 10 Personen.

■ **221.5D340K** Alexander Bister
donnerstags, 18:10-21:20 Uhr
Beginn 3. März, 15 Termine, 250 €, 6-10 TN, inkl. Teilnahmebescheinigung, kein Unterricht in NRW-Ferien und an Feiertagen

XB-Prüfung: Kosten- und Leistungsrechnung

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Prüfungsordnung des Lehrgangs- und Zertifikatssystems Xpert Business und bestätigen, dass Sie diese zuvor zur Kenntnis genommen haben: www.xpert-business.eu/pruefungsordnung.

■ **221.5D349K** Alexander Bister
Donnerstag, 18. August, 17:00-20:00 Uhr, 70 €, keine Ermäßigung, VHS

Früh buchen – Platz sichern!

1

2

3

4

5

6

Finanzielle Förderung für Ihre berufliche Weiterbildung

Bis zu 500 Euro geschenkt! Wo gibt es denn sowas?

BILDUNGSSCH~~€~~CK

Machen Sie sich schlau – es zahlt sich aus!

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds.

Viele Erwerbstätige, manche Selbstständige und auch Berufsrückkehrer/innen können einen staatlichen Zuschuss von 50 % (bis maximal 500 Euro) der Fortbildungskosten bekommen, wenn sie sich beruflich weiterbilden. Damit soll die individuelle berufliche Entwicklung, aber auch die Wettbewerbsfähigkeit der Betriebe vorangebracht werden, in denen die Geförderten beschäftigt sind.

Das Verfahren ist außerordentlich unkompliziert: Es sind nur wenige, klar definierte Kriterien zu erfüllen, um den Zuschuss von maximal 500 Euro bekommen zu können. Das Wichtigste ist, unbedingt vor der endgültigen Anmeldung für die angestrebte Fortbildung eine Beratungsstelle aufzusuchen.



Förderung beantragen in der Volkshochschule Essen

Die Volkshochschule Essen ist anerkannte Beratungsstelle für den „Bildungsscheck“.

Unser speziell geschultes Beraterteam prüft in einem etwa 30 Minuten dauernden Gespräch, ob Sie Anspruch auf die Förderung haben. Sofern das der Fall ist, erhalten Sie direkt an Ort und Stelle ein schriftliches Dokument. Wenn Sie dieses zusammen mit Ihrer Anmeldung dem Bildungsträger aushändigen, bei dem Sie sich weiterbilden wollen, reduziert dieser sofort den Rechnungsbetrag. Sie müssen selbst also kein Geld vorstrecken, sondern profitieren sofort.

Allgemeine Informationen zum Thema Weiterbildung sowie zu den Förderbedingungen des Bildungsschecks finden Sie unter:
www.weiterbildungsberatung.nrw



Weitere Informationen sowie einen ersten Termin erhalten Sie hier:

**Weiterbildungsberatung
der Volkshochschule Essen**

Gabriele Ojstersek

Telefon 0201 88-43204

Telefax 0201 88-43003

E-Mail weiterbildungsberatung@vhs.essen.de

www.vhs-essen.de/bsbp



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

**Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen**



++++ NEWS +++++

Mit dem VHS-Newsletter nichts mehr verpassen + immer auf dem Laufenden mit interessanten Veranstaltungen und Informationen aus Ihrer Volkshochschule Essen



Volkshochschule
Essen

Newsletter-Anmeldung

Jetzt unseren Newsletter abonnieren. Weitere Infos
und Anmeldungen unter www.vhs-essen.de/newsletter

Schulabschlüsse

Inhaltsverzeichnis:

6 SCHULABSCHLÜSSE	
Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife in integrierter Form	166
Anmeldung	166
Unser Unterrichtsprofil	166
Digitalisierung	166
Schulabschlusslehrgang für junge Erwachsene mit psychischer Erkrankung ..	166
Hauptschulabschluss mit Berufseinstieg ..	167
Fortsetzung des zweiten Bildungsweges ..	168

**Unsere Hotline:
0201 88-43100**



Heike Hurlin

Schulabschlüsse

Programmbereichsleiterin:

Heike Hurlin
Raum 4.25
☎ 0201 88-43219
heike.hurlin@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
(nicht in den Schulferien):
montags 10-12 Uhr
in Raum 4.25
donnerstags 16-18 Uhr
in Raum 3.12 bei Frau Klus

Service:

Volkan Ayar
Raum 4.24
☎ 0201 88-43137
volkan.ayar@vhs.essen.de



Cäcilia Klus

**Schulabschlusslehrgang für
junge Erwachsene mit
psychischer Erkrankung /
Professor-Eggers-Lehrgang •
Bfz-Lehrgang**

Lehrgangsheiterin:

Cäcilia Klus
Raum 3.12
☎ 0201 88-43216
caecilia.klus@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
nach telefonischer Vereinbarung
oder Terminanfrage per E-Mail



Margret Hörcher

**Schulabschlusslehrgang für
junge Erwachsene mit
psychischer Erkrankung /
Professor-Eggers-Lehrgang**

Lehrgangsheiterin:

Margret Hörcher
Raum 3.12
☎ 0201 88-43201
margret.hoercher@vhs.essen.de

Persönliche Beratung
nach telefonischer Vereinbarung
oder Terminanfrage per E-Mail

1

2

3

4

5

6

6 SCHULABSCHLÜSSE



Beratung / Programmbereichsleiterin
Heike Hurlin
heike.hurlin@vhs.essen.de
☎ 0201 88-43219
Anmeldung / Servicezeiten
N.N.
☎ 0201 88-43137
Nähere Informationen siehe Seite 163

HAUPTSCHULABSCHLUSS UND FACHOBERSCHULREIFE IN INTEGRIERTER FORM



Der Zweite Bildungsweg steht allen offen, die die allgemeine Schulpflicht erfüllt haben.

ANMELDUNG

Wir beraten Sie gern.

Kommen Sie bitte in eine unserer Anmeldesprechstunden. **Immer montags um 10.00 Uhr in Raum 4.25 und donnerstags um 16 Uhr in Raum 3.12 (nicht während der Schulferien).** Bringen Sie bitte Ihre letzten Schulzeugnisse und einen tabellarischen Lebenslauf mit.

Wir unterrichten Sie in den Fächern Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Biologie, Berufsorientierung, Informatik und Wirtschaftslehre. Die Unterrichtszeit ist am Vormittag in der Zeit von 9 bis 13.50 Uhr und in den Turbolehrgängen in der Zeit von 12.20 bis 19 Uhr.

UNSER UNTERRICHTSPROFIL

- Methoden der Erwachsenenbildung
- Erfahrene Lehrkräfte
- Projektunterricht
- ein interkultureller Bildungsbegriff
- Berufsorientierung (Kompetenzkarte)
- Orientierung am Wissen und den Erfahrungen unserer Teilnehmenden
- Modernes Online-Lernen mit der Internetplattform Moodle



DIGITALISIERUNG

Der technologische Wandel in der Arbeitswelt erfordert neue Qualifikationen. Deshalb arbeiten wir mit einer Lernplattform und vielen digitalen Tools. **Sie brauchen für den täglichen Unterricht einen eigenen Laptop.**



SCHULABSCHLUSSLEHRGANG FÜR JUNGE ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER ERKRANKUNG. PROFESSOR-EGGERS-LEHRGANG

Überschaubare Lerngruppen (15 TN)

Ruhige Lernumgebung

Berufspraktika

Sozialpädagogische Begleitung

Schulabschluss bis zum Mittleren Bildungsabschluss (Realschulabschluss)

www.vhs-essen.de/SCHA-profegggers.htm

Weitere Informationen:

Margret Hörcher

Lehrgangsleiterin Professor-Eggers-Lehrgang

Burgplatz 1, 45127 Essen

☎ 0201 88-43201

Mail: margret.hoercher@vhs.essen.de

Beratung nach telefonischer Vereinbarung oder Terminvergabe per E-Mail.

Cäcilia Klus

Lehrgangsleiterin Professor-Eggers-Lehrgang

Burgplatz 1, 45127 Essen

☎ 0201 88-43216

Mail: caecilia.klus@vhs.essen.de

Beratung nach telefonischer Vereinbarung oder Terminvergabe per E-Mail.



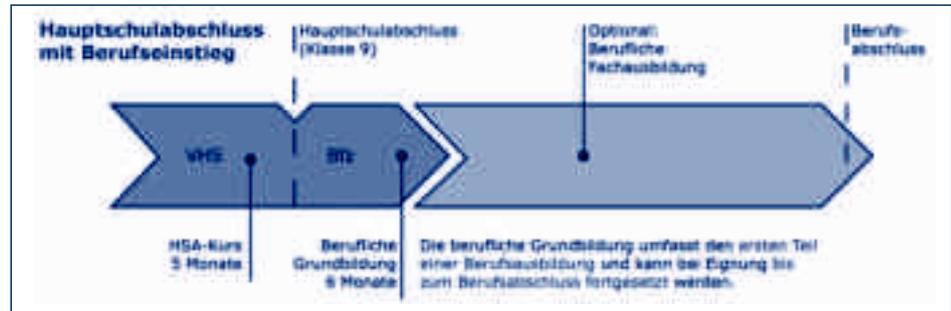


Hauptschulabschluss und Stufenausbildung in vielen Bereichen

Seit 1.1.2009 besteht nach dem Sozialgesetzbuch III ein **Rechtsanspruch auf den nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses** im Rahmen der Förderung durch Bildungsgutscheine der Agenturen für Arbeit und der JobCenter. Die gemeinsame schulische und berufliche Weiterbildung des Bfz-Essen und der Volkshochschule Essen bietet Ihnen eine doppelte Perspektive.

Nutzen Sie Ihre Chance!

- Holen Sie Ihren Hauptschulabschluss nach und
- erwerben Sie eine solide und arbeitsmarktorientierte berufliche Grundbildung
- inklusive Zertifikat über alle erbrachten Leistungen
- in insgesamt nur 11 Monaten
- mit hervorragenden Entwicklungsmöglichkeiten: die anschließende oder spätere Chance zum Erwerb eines Berufsabschlusses.



Der Hauptschulabschluss eröffnet Ihnen neue Möglichkeiten

In der Volkshochschule erwerben Sie in einer fünfmonatigen schulischen Weiterbildung den Hauptschulabschluss Klasse 9 oder (bei Vorliegen der Voraussetzungen) Klasse 10. Mit dem Hauptschulabschluss beweisen Sie, dass Sie die überall geforderte schulische Grundlagenbildung besitzen. Er ist die Basis für eine solide berufliche Ausbildung. Mit dem Hauptschulabschluss besitzen Sie eine Qualifikation, die Ihnen berufliches Fortkommen ermöglicht. Die Abschlussprüfung findet nach fünf Monaten in der Volkshochschule statt.



Sie werden unterrichtet in den Fächern

- Mathematik
- Deutsch
- Englisch
- Informatik
- Physik / Biologie
- Geschichte.

Nach Beendigung der schulischen Weiterbildung erwerben Sie durch die bestandene Prüfung den Hauptschulabschluss – unabhängig von der berufsbildenden Phase. Eine Wiederholung der Prüfung bei Nichtbestehen ist am Ende des beruflichen Bildungsteils nach ca. zehn Monaten möglich.

Eine fundierte Basisqualifizierung macht Sie fit für den Job oder die Weiterbildung bis zum Berufsabschluss

Eine anschließende sechs monatige berufliche Qualifizierung bzw. berufsbezogene Phase stellt den ersten Schritt in eine berufliche Tätigkeit dar.

Erworben wird praxisnahes Wissen in den Berufsfeldern

- Pflege
 - Verkauf
- oder
- Mechatronik
 - Elektronik
 - Metallfertigung
 - Gartenbau

Wichtig zu wissen:

Wenn Sie sich für die Berufsfelder Pflege / Verkauf entscheiden, haben Sie außerdem die Möglichkeit, im Rahmen der Basisqualifizierung an einer Sprachförderung zum Erwerb des anerkannten telc Deutsch B2-Zertifikats teilzunehmen, da hier das Lernen und Arbeiten im Gruppenverband stattfindet.

Ihre Perspektiven im Anschluss!

Die hier vermittelten Kompetenzen ermöglichen eine solide Berufswegeplanung und erleichtern den konkreten beruflichen Einstieg, z. B. durch

- die Aufnahme einer Umschulung,
- den Beginn einer Ausbildung (Pflegebereich) oder
- die Aufnahme einer Beschäftigung, in der erste praktische Berufserfahrungen gesammelt werden können.

1

2

3

4

5

6

FORTSETZUNG DES ZWEITEN BILDUNGSWEGES

Nach erfolgreichem Abschluss unseres Hauptkurses steht Ihnen die Fortsetzung Ihres Bildungsweges zum Erwerb der (Fach)Hochschulreife in Essen an folgenden Schulen offen:

Städtisches Institut zur Erlangung der Hochschulreife

Seminarstr. 9
45138 Essen
☎ 0201 263640

Bischöfliches Nikolaus Groß Abendgymnasium

Franziskanerstr. 67
45139 Essen
☎ 0201 274069

Weiterbildungskolleg der Stadt Essen

Abendrealschule Eiberg
Sachsenring 301
45279 Essen
☎ 0201 88-470000
Mail: info@abendrealschule-essen.de
www.abendrealschule-essen.de/

Weiterbildungskolleg EMSCHER-LIPPE

abitur.online.nrw
Abendgymnasium und Kolleg
der Stadt Gelsenkirchen
Middelicher Straße 289
45892 Gelsenkirchen (Resse)
Mail: weiterbildungskolleg@gelsenkirchen.de



Spaß am Lernen: VHS

Neugierig, offen, engagiert und mit hoher Disziplin treffen in jedem Semester rund 300 Erwachsene aufeinander, um gemeinsam ihren Schulabschluss an der VHS Essen zu erwerben.

Menschen aus allen Ländern und Erdteilen bringen ihren ganz persönlichen Hintergrund in das gemeinsame Lernen ein.

Die ideale Geschenkidee – Bildung verschenken

Freie Auswahl aus rund 1000 Veranstaltungen



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Geschenkgutscheine können Sie einfach und bequem online bestellen unter www.vhs-essen.de oder Sie erwerben die Gutscheine direkt an der Information der Volkshochschule Essen, Burgplatz 1.

Allgemeine Informationen

Inhaltsverzeichnis:

Allgemeine Geschäftsbedingungen	172
Datenschutzhinweis	174
Widerrufsbelehrung bei Fernabsatzgeschäften	174
Qualitätspartnerschaften	175
So erreichen Sie uns	176
Ihre Fragen beantworten	178
Impressum	181
Bildnachweise	181

Unsere Hotline:
0201 88-43100



ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN GRUNDLAGEN DER VHS-ARBEIT

Die Volkshochschule der Stadt Essen ist ein Weiterbildungszentrum in kommunaler Trägerschaft. Die Volkshochschule wendet sich mit ihrem Weiterbildungsangebot auf der Grundlage des Weiterbildungsgesetzes NW an Weiterbildungsinteressierte, die das 16. Lebensjahr vollendet haben. Die Grundsätze für die Arbeit der Volkshochschule Essen wurden vom Rat der Stadt Essen am 25.08.1999, die Satzung am 13.06.2018 beschlossen. Beide Texte und die aktuelle Entgeltregelung erhalten Sie an der Information und bei den Service-Teams in der Volkshochschule am Burgplatz.

ANMELDUNG

Die **persönliche Anmeldung** ist für alle **beratungspflichtigen** Weiterbildungsangebote und für die **schulische Weiterbildung** erforderlich. Die Anmeldung erfolgt nach einem Beratungsgespräch, in dem Ihre Erwartungen, Vorkenntnisse und die Kursinhalte geklärt werden. Wenn Sie sich für ein beratungspflichtiges Weiterbildungsangebot interessieren oder einen Schulabschluss erwerben möchten, kommen Sie bitte in die Beratung der Programmbereichsleiterinnen und Programmbereichsleiter.

Bei allen **beratungsfreien** Weiterbildungsangeboten ist die Anmeldung jederzeit schriftlich **mit Anmeldekarte**, persönlich oder online unter www.vhs-essen.de möglich. Die Bearbeitung aller Anmeldungen geschieht in der Reihenfolge des Eingangs. Vormerkungen sind nicht möglich. Die verbindliche Anmeldung ist Voraussetzung, einen Veranstaltungsort zu erhalten. Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie per Post bzw. Mail. Ist die Veranstaltung bereits ausgebucht, werden Sie informiert. Sie können sich auch bei unseren Service-Teams frühzeitig vergewissern.

Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich verbindlich zur Zahlung des im Programm ausgedruckten Entgelts. Die Zahlungspflicht bleibt bestehen, auch wenn Sie nicht an der gebuchten Veranstaltung teilnehmen.

Wer fällige Entgeltforderungen der VHS (inkl. angefallener Bankgebühren) nicht begleicht, kann von der Kursteilnahme ausgeschlossen werden.

Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.

Das Abbuchungsverfahren ist eine komfortable Lösung für Sie. Die Abbuchungsvollmacht entbindet Sie von dem Nachhalten des Überweisungstermins und erspart Ihnen Zeit. Der genaue Zeitpunkt der Abbuchung wird schriftlich oder per E-Mail mitgeteilt.

Falls Sie das Entgelt dennoch überweisen möchten, erhalten Sie die Rechnung unmittelbar nach der Anmeldung. Der Betrag ist dann innerhalb einer Woche fällig. Bankgebühren, die nicht durch Verschulden der Volkshochschule entstehen (z. B. Rücklastschriften durch

fehlerhafte Angabe einer Bankverbindung), werden den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Rechnung gestellt.

Mit der Anmeldung erklären Sie Ihr Einverständnis, dass Ihre personenbezogenen Daten erhoben, verarbeitet und gespeichert werden. Die Volkshochschule Essen beachtet die einschlägigen Datenschutzvorschriften und verwendet die Daten ausschließlich zur Erbringung ihrer Dienstleistungen.

ENTGELT

Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmende die Entgeltregelung der Volkshochschule Essen an. Das **Basisentgelt** beträgt für eine Unterrichtsstunde (45 Min.) 2,70 €, sofern keine andere Regelung besteht. Für bestimmte Weiterbildungsangebote kann das Entgelt ein Vielfaches des Basisentgelts betragen.

Bei Nichterreichen der kalkulierten Mindestbelegung zu Kursbeginn kann in Absprache zwischen den Teilnehmenden, Lehrenden und der Volkshochschule das Entgelt entsprechend erhöht oder bei gleichem Entgelt die Anzahl der Unterrichtsstunden reduziert werden.

Bei Weiterbildungsangeboten ab 6 Unterrichtsstunden im Bereich der Politischen Bildung, zur Vermittlung elementarer Grundbildung als Voraussetzung gesellschaftlicher Teilhabe (z. B. Alphabetisierung) beträgt das Sonderentgelt für eine Unterrichtsstunde 0,60 €, mindestens jedoch 12 € je Angebot.

Für die Teilnahme an Kursen aus dem Bereich Deutsch als Zweitsprache beträgt das Entgelt pro Unterrichtsstunde für Basismodule 1,20 €, mindestens jedoch 12 € je Angebot.

Für die Teilnahme an Lehrgängen zum Erwerb schulischer Abschlüsse wird pro Semester eine **Kostenbeteiligung** von 75 € erhoben. Bei erfolgreicher Versetzung in die nächsthöhere Stufe ermäßigt sich die Kostenbeteiligung auf 50 €. Es erfolgt keine Rückerstattung. Eine weitere Ermäßigung von der Zahlung der Kostenbeteiligung ist nicht möglich.

Bei Weiterbildungsangeboten unter 6 Unterrichtsstunden wird das Entgelt im Einzelfall festgelegt. Diese Angebote sind von der Ermäßigungsregelung ausgenommen.

Bei Veranstaltungen, die im Rahmen von Kooperationen stattfinden, gelten die vereinbarten Kooperationsbedingungen.

Für Unterrichtsnebenkosten und Bescheinigungen werden kostendeckende Umlagen erhoben. Sie sind von der Ermäßigungsregelung ausgenommen.

Die auf der Anmeldebestätigung im Bedarfsfall vorgehene Bescheinigung über die regelmäßige Teilnahme durch die Kursleitung nach Kursabschluss ist ebenso wie die Erstbescheinigung für die schulische Weiterbildung entgeltfrei. Für das Ausstellen weiterer Teilnahmebescheinigungen sowie für zusätzliche von den Teilnehmenden geforderte Abschriften von Leistungs-

nachweisen und Zeugnissen wird jeweils ein Entgelt von 6 € erhoben. Die regelmäßige Teilnahme kann nur bescheinigt werden, wenn mindestens 75% des Unterrichts besucht wurden.

Alle Entgelte werden nach den kaufmännischen Rundungsregeln auf volle €-Beträge gerundet.

Alle Entgelte für die Teilnahme an Weiterbildungsangeboten entnehmen Sie bitte den Ankündigungen zu den Veranstaltungen im Programm.

Die **Prüfungsentgelte für TELC-Sprachprüfungen** sind unterschiedlich für die an der VHS Essen eingeschriebenen Teilnehmenden und für externe Teilnehmende. Die in Klammern aufgeführten Entgelte gelten für externe Teilnehmende.

Stufe A1	70 €	(80 €)
Deutschtest für Zuwanderer	120 €	(150 €)
Stufe B1	120 €	(150 €)
Stufe B2	160 €	(200 €)
Stufe C1	180 €	(250 €)

Die Prüfungen für Sprachenzertifikate finden bei ausreichenden Anmeldezahlen vor Ort statt. Liegen nicht genügend Anmeldungen zur Prüfung vor, vermittelt die VHS an einen Prüfungsort in NRW. Die Höhe des Prüfungsentgelts der prüfenden Volkshochschule kann bei den Programmbereichsleiterinnen und Programmbereichsleitern erfragt werden.

Prüfungsentgelte sind von der Ermäßigungsregelung ausgenommen.

Bei Rücktritt nach der abgelaufenen Anmeldefrist bis zu einer Woche vor der Prüfung ist in jedem Fall das halbe Entgelt fällig. Danach ist das volle Prüfungsentgelt zu entrichten.

ENTGELTERMÄSSIGUNG

Das Teilnehmerentgelt wird auf Antrag **auf 20%** ermäßigt für Empfängerinnen und Empfänger von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) II sowie nach Kapitel 3 und 4 des SGB XII (u. a. Arbeitslosengeld II; laufende Hilfe zum Lebensunterhalt) sowie von laufender Hilfe nach dem Asylbewerberleistungsgesetz.

Das Teilnehmerentgelt wird auf Antrag **auf 70%** ermäßigt für Empfängerinnen und Empfänger von Leistungen nach Kapitel 6, 7, 8 und 9 des SGB XII sowie Arbeitslosengeld I nach SGB III, Wohngeld, Bafög und Eingliederungshilfe. Außerdem erhalten eine 30%ige Ermäßigung auf Antrag Auszubildende und Studentinnen und Studenten von Fachhochschulen und Hochschulen unter 27 Jahren, Schülerinnen und Schüler von allgemeinbildenden öffentlichen Schulen und allgemeinbildenden Ersatzschulen des ersten Bildungsweges sowie von berufsbildenden Schulen und Schulen des zweiten Bildungsweges in Vollzeitform.

Der Ermäßigungsanspruch wird pro Semester auf 3 Angebote begrenzt. Das zu zahlende ermäßigte Entgelt wird auf volle €-Beträge aufgerundet und beträgt mindestens 12 € je Belegung.

Der Antrag auf Entgeltermäßigung ist bei der Anmeldung zu stellen, ein Nachweis ist beizufügen, ggf. innerhalb von 7 Tagen nachzureichen. Danach wird dem Antrag nicht mehr stattgegeben.

Exkursionen, Studienreisen, speziell ausgewiesene Angebote, Schul- und Teilnahmebescheinigungen sowie Kostenumlagen für Unterrichtsmaterial sind von der Entgeltermäßigung ausgenommen.

Bei Kostenübernahme durch Dritte entfällt jedwede Ermäßigung.

ERSTATTUNG DES ENTGELTS

Ein Anspruch auf vollständige Erstattung des Entgelts besteht bei Ausfall eines Weiterbildungsangebotes und bei Änderung von Ort und Zeit. Bei Ausfall einzelner Unterrichtseinheiten bietet die Volkshochschule in Absprache mit den Teilnehmenden Nachholtermine an; weitergehende Erstattungsansprüche bestehen nicht.

RÜCKTRITT UND WIDERRUFSRECHT

Eine Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Entgelts. Bei **Rücktritt** muss der Volkshochschule spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn eine schriftliche Abmeldung vorliegen. **In diesem Fall werden 10% des Entgelts, mindestens jedoch 12 € bzw. bei Lehrgängen zum Erwerb schulischer Abschlüsse 50 € fällig.** Wird die Rücktrittsfrist nicht eingehalten, bleibt die Zahlungspflicht in voller Höhe bestehen. Abweichende Regelungen bestehen bei Exkursionen, Studienreisen und Angeboten nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz. Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt. Macht der/die Vertragspartner/in von einem ihm/ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat er/sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können. Bis zu einem Wert der Materialien von 40 € trägt der/die Vertragspartner/in die Kosten der Rücksendung.

WIDERRUFSBELEHRUNG BEI FERNABSATZGESCHÄFTEN

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß § 312c Abs. 2 Bürgerliches Gesetzbuch (BGB) in Verbindung mit § 1 Abs. 1, 2 und 4 BGB-Informationspflichten-Verordnung (BGB-InfoV) sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1

Satz 1 BGB in Verbindung mit § 3 BGB-InfoV. Der Widerruf ist zu richten an: VHS Essen, Burgplatz 1, 45127 Essen; Fax: 0201 88-43003; E-Mail: info@vhs.essen.de.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Bei einer Dienstleistung erlischt Ihr Widerrufsrecht vorzeitig, wenn Ihr Vertragspartner (VHS) mit der Ausführung der Dienstleistung mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung vor Ende der Widerrufsfrist begonnen hat oder Sie diese selbst veranlasst haben. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

KURS-/UNTERRICHTSAUSFALL

Die Volkshochschule kann bei zu geringer Teilnehmerzahl Veranstaltungen ausfallen lassen, Kurse zusammenlegen und Sonderregelungen treffen. Bei Kursausfall machen wir von der uns gegebenen Abbuchungsermächtigung keinen Gebrauch.

Bei Unterrichtsausfall in laufenden Kursen wird in Absprache mit den Teilnehmenden der ausgefallene Unterricht nachgeholt. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht.

STUDIENREISEN UND EXKURSIONEN

Die Volkshochschule Essen veranstaltet Studienreisen und Exkursionen. Für die Einhaltung bestehender Visa-, Devisen-, Gesundheits- und Zollvorschriften ist jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer selbst verantwortlich. Das gilt auch für eine spezielle Reiseversicherung, z. B. für Krankheit, Unfall, Gepäck, Haftpflicht. **Abmeldungen von Studienreisen und Exkursionen müssen der Volkshochschule spätestens 3 Wochen vor Reisebeginn – sofern keine andere Regelung ausdrücklich genannt ist – schriftlich vorliegen, andernfalls bleibt die Zahlungspflicht in voller Höhe bestehen.** Bei Studienreisen und Exkursionen, die in **Kooperation mit anderen Institutionen stattfinden und diese als Veranstalterin ausweisen**, ist die genannte Institution Vertragspartnerin für die Teilnehmenden. Die VHS Essen vermittelt ausschließlich den Kontakt ohne Haftungs- und Gewährleistungsansprüche.

BILDUNGSURLAUBSANGEBOTE

Die Volkshochschule bietet Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz an. Die von der Volkshochschule auszufüllende Mitteilung für den Arbeitgeber muss diesem spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn vorliegen, daher ist eine frühzeitige Anmeldung erforderlich. Sollte der Arbeitgeber

die Teilnahme ablehnen, ist eine unverzügliche, schriftliche Benachrichtigung der Volkshochschule erforderlich. Die rechtzeitige Vorlage der schriftlichen Ablehnung des Arbeitgebers entbindet von der Zahlungspflicht.

EINRICHTUNGEN FÜR KÖRPERBEHINDERTE MENSCHEN

Das VHS-Gebäude am Burgplatz ist von der Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Behinderter in Essen e. V. mit dem ‚Signet Barrierefrei‘ ausgezeichnet worden. Die Veranstaltungsräume sind für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer erreichbar. Für schwerhörige Teilnehmerinnen und Teilnehmer befindet sich im großen und kleinen Vortragssaal jeweils eine Induktionsschleife für entsprechende Hörgeräte.

HAUSORDNUNG

Die **Volkshochschule ist ein Nichtraucherhaus.** Das Rauchen ist nicht gestattet. In den von der Volkshochschule genutzten Schul- und öffentlichen Gebäuden gilt das vom Rat der Stadt beschlossene absolute Rauchverbot. Dieses Rauchverbot betrifft auch die Räume, Flure und Sanitäranlagen im Kulturforum Essen-Steele.

Tiere haben in allen von der Volkshochschule genutzten Gebäuden keinen Zutritt.

In allen von der Volkshochschule genutzten Gebäuden ist das Fahren mit Inline-Skates, Fahrrädern und Rollern nicht erlaubt.

SCHADENSERSATZANSPRÜCHE

Schadensersatzansprüche der VHS-Vertragspartner gegen die VHS sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Der Ausschluss gilt nicht, wenn die VHS Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der Teilnehmenden.

TAGUNGSTERMINE DER VHS-GREMIEN

Wegen der aktuellen Corona-Situation können die Termine leider nur kurzfristig auf unserer Homepage bekannt gegeben werden.

Vertreter der Kursleitenden
Edith Gumbinger

DATENSCHUTZHINWEIS ZUR ANMELDUNG BEI DER VHS

Die bei der Anmeldung abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die angegebenen Daten kann kein Vertrag geschlossen werden. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer und E-Mail-Adresse erfolgt in Ihrem Interesse, um Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie der VHS ein SEPA-Lastschriftmandat erteilen.

Verantwortlich im Sinne des Datenschutzrechts ist der Oberbürgermeister der Stadt Essen, Volkshochschule, Burgplatz 1, 45127 Essen, gesetzlich vertreten durch den Direktor der VHS, Tel.: +49 (0)201 88 43 000, E-Mail: info@vhs-essen.de. Die Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten der Stadt Essen lauten:

E-Mail: datenschutz@essen.de, Tel.: +49 (0)201 88 11006 und Tel.: +49 (0)201 88 11005.

Weitere Infos zum Datenschutz finden Sie in der Datenschutzerklärung der VHS Essen / Datenschutzerklärung für den Newsletter der VHS Essen: www.vhs-essen.de/datenschutz.

FIRMENSEMINARE UND INHOUSE-SCHULUNGEN

Investieren Sie in die Zukunft Ihres Unternehmens!

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wesentlicher Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb. Sachkompetenz und Zufriedenheit erhöhen die Motivation der Beschäftigten und steigern die Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare zu interessanten Konditionen in den Bereichen

- EDV-Schulungen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Sprachen für den Beruf
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Führungskräfte- und -Coaching

Sie bestimmen Ort, Zeit, Dauer, Inhalte und Schwerpunkte selbst.

Wir erarbeiten Ihnen ein passgenaues Angebot, das von kompetenten Fachkräften mit modernen Schulungsmethoden umgesetzt wird.

Übrigens – haben Sie sich schon über den Bildungsscheck NRW informiert? Ohne großen bürokratischen Aufwand können Sie bis zu 50 Prozent der Kosten für Seminare der beruflichen Weiterbildung oder Sprachen für den Beruf sparen.

Wir beraten Sie gern.

Stephan Rinke

☎ 0201 88-43220

WIDERRUFSBELEHRUNG BEI FERNABSATZGESCHÄFTEN

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i. V. m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i. V. m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

VHS Essen, Burgplatz 1, 45127 Essen; Fax: 0201 88-43003; E-Mail: info@vhs.essen.de.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

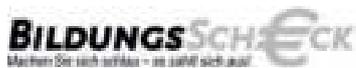
Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.



Die Stadt Essen als Trägerin der Volkshochschule ist Mitglied im Landesverband der Volkshochschulen von Nordrhein-Westfalen e.V., www.vhs-nrw.de
Diese Volkshochschule ist Teil eines DigiCircles in NRW. DigiCircles sind innovative Verbundprojekte mehrerer Volkshochschulen und sind deutschlandweit organisiert. Ziel der DigiCircles ist es, digital erweiterte Lernwelten zu schaffen, um das Lehren und Lernen den Bedarfen einer digitalisierten Gesellschaft anzupassen.



DOMe ist die regionale Kooperationspartnerschaft der Volkshochschulen Duisburg, Oberhausen, Mülheim und Essen



Die Volkshochschule Essen ist vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW (MAGS) als offizielle Beratungsstelle für den Bildungsscheck NRW benannt worden.
Weitere Informationen unter ☎ 0201 88-43204.

Die Volkshochschule Essen führt Seminare mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds durch.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen



Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge ermöglicht die qualifizierte Sprachförderung von Zuwanderern in Integrationskursen. Die Volkshochschule Essen ist ein anerkannter Träger zur Durchführung von Integrationskursen.



The European Language Certificates (telc)
Die Volkshochschule Essen ist akkreditiertes Prüfungszentrum für die Europäischen Sprachenzertifikate (telc) für die Sprachen Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch, Russisch.
Informationen erhalten Sie unter ☎ 0201 88-43220



Das Lehrgangs- und Zertifikatssystem Xpert vermittelt betriebswirtschaftliche Kenntnisse und soziale Kompetenzen. Die Lerninhalte und Prüfungsmodalitäten sind bundesweit einheitlich geregelt.
Informationen erhalten Sie unter ☎ 0201 88-43202



Stadt Essen
Volkshochschule
Burgplatz 1, 45127 Essen
Hotline: 0201 88-43100
Fax: 0201 88-43003
E-Mail: info@vhs.essen.de
Internet: www.vhs-essen.de

Anfahrt mit dem Rad

Fahrradparkplätze gibt es direkt am Haupteingang der VHS auf dem Burgplatz und an der Ecke Kettwiger Straße zur I. Dellbrücke.

Anreise mit der Bahn

Es empfiehlt sich die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Der Hauptbahnhof ist mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Von dort sind es wenige Gehminuten durch die Fußgängerzone (Kettwiger Str.) bis zur Volkshochschule.

Anreise mit dem PKW

Von Norden:

Über die A 42, Abfahrt „Autobahnkreuz Essen-Nord“, über die B 224 ca. 5 km Richtung Essen, später Richtung „Zentrum“ Hinweisschilder Richtung Rathaus. Nach der Unterführung Rathaus-Galerie 2. Ampel rechts in die Straße I. Dellbrücke.

Von Osten:

Über die A 40 bis Abfahrt „Essen-Huttrop“, 1. Ampel rechts abbiegen (Steeler Str.). 1. Ampel nach der Bahn-Unterführung geradeaus weiter auf die Varnhorststr., nach einer weiteren Ampel geradeaus in die Straße I. Dellbrücke.

Von Westen:

Über die A 40. Abfahrt „Essen-Zentrum“ direkt hinter Tunnelende auf die Helbingstr., nach der Unterführung 1. Ampel links in die Straße I. Dellbrücke.

Von Südwest:

Über „Autobahnkreuz Breitscheid“ auf die A 52 Richtung Essen bis Abfahrt „Essen-Süd“, ca. 3 km Richtung Zentrum. Nach der Bahn-Unterführung 1. Ampel links in die Straße I. Dellbrücke.

Anfahrt mit dem Navigationssystem:

Akazienallee 1 (Parkhaus), 45127 Essen



Volkshochschule
Essen

++++ NEWS +++++

Mit dem VHS-Newsletter nichts mehr verpassen + immer auf dem Laufenden mit interessanten Veranstaltungen und Informationen aus Ihrer Volkshochschule Essen



Volkshochschule
Essen

Newsletter-Anmeldung

Jetzt unseren Newsletter abonnieren. Weitere Infos
und Anmeldungen unter www.vhs-essen.de/newsletter

Leitung Stellvertretende Leitung/Leitungsteam	Direktor Heike Reintanz-Vanselow Assistenz	Michael Imberg Stephan Rinke Heike Hafke	☎ 88-43000 ☎ 88-43222 / 88-43220 ☎ 88-43001
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit / Marketing Digitalisierung / Erweiterte Lernwelten Qualitätsmanagement		Nikolaos Georgakis Stephan Rinke Dr. Reimund Evers	☎ 88-43215 ☎ 88-43220 ☎ 88-43202
Programmbereich GESELLSCHAFT			
Politik / Bürgerschaftliches Engagement • Geschichte • Soziologie / Philosophie	Beratung Service Service Einbürgerungstest	Nikolaos Georgakis Annette Volmer Gabriele Ojstersek	☎ 88-43215 ☎ 88-43102 ☎ 88-43206
Wirtschaft / Verbraucherfragen • Recht	Beratung Service Service Bildungsberatung	Dr. Reimund Evers Annette Volmer Gabriele Ojstersek	☎ 88-43202 ☎ 88-43102 ☎ 88-43204
Programmbereich KUNST UND KULTUR			
Exkursionen • Länderkunde • Literatur	Beratung Service	Nikolaos Georgakis Annette Volmer	☎ 88-43215 ☎ 88-43102
Exkursionen • Länderkunde • Literatur • Kunst / Kunstgeschichte / Architektur • Plastisches und Textiles Gestalten • Zeichnen	Beratung Service	N. N. N. N.	☎ ☎ 88-43212
Design / Fotografie • Malen	Beratung Service	Meike Altenkamp N. N.	☎ 88-43210 ☎ 88-43212
Naturkundliche Exkursionen	Beratung Service	Björn Mastiaux Gabriele Ojstersek	☎ 88-43200 ☎ 88-43206
Musik • Tanz • Theater	Beratung Service	Lydia Doliva N. N.	☎ 88-43211 ☎ 88-43212
Programmbereich MENSCH, GESUNDHEIT, NATURKUNDLICHE EXKURSION			
Lebenshilfe / Gedächtnistraining / Psychologie • Gesundheit / Medizin / Entspannung / Bewegung • Umwelt / Natur • Geologie • Astronomie	Beratung Service	Björn Mastiaux Gabriele Ojstersek	☎ 88-43200 ☎ 88-43206
Programmbereich SPRACHEN			
Alphabetisierung und Rechtschreibung für Deutschsprachige	Beratung Service	Meike Altenkamp N. N.	☎ 88-43210 ☎ 88-43212
Gebärdensprache	Beratung Service	Katharina Graner Erich Maibaum	☎ 88-43203 ☎ 88-43218
Deutsch als Fremdsprache Allgemeine Koordination / Drittmittelkoordination Alphabetisierung / A1 bis B1	Beratung Beratung Service	Heike Reintanz-Vanselow Dr. Angelika Hiegemann-Hahn Ursula Janisch-Wahl	☎ 88-43222 ☎ 88-43221 ☎ 88-43105
B1+ bis C2	Beratung Service	Tatjana Carvajal Ursula Janisch-Wahl	☎ 88-43141 ☎ 88-43105
Integrationskurse	Beratung Service Service	Mohammed Ouaiaou Susanne Letzner Astrid Lösel	☎ 88-43140 ☎ 88-43138 ☎ 88-43112
Prüfungen	Beratung	Eric Peyron Huertas	☎ 88-43213
Fremdsprachen Englisch	Beratung Service	Stephan Rinke Vanessa Bergmann	☎ 88-43220 ☎ 88-43223
Französisch • Italienisch • Portugiesisch	Beratung Service	Dr. Johanna Hellermann Vanessa Bergmann	☎ 88-43214 ☎ 88-43223

Spanisch	Beratung Service	Katharina Graner Vanessa Bergmann	☎ 88-43203 ☎ 88-43223
Griechisch • Kroatisch • Niederländisch • Russisch • Türkisch	Beratung Service	Heike Reintanz-Vanselow Vanessa Bergmann	☎ 88-43222 ☎ 88-43223
Programmbereich EDV / IT, BERUF UND WIRTSCHAFT			
Tastatschreiben • Rhetorik / Schlüsselqualifikationen • Managementtechniken	Beratung Service	Dr. Reimund Evers Annette Volmer	☎ 88-43202 ☎ 88-43102
EDV / IT, Digital im Alltag	Beratung Service	Katharina Graner Erich Maibaum	☎ 88-43203 ☎ 88-43218
Programmbereich SCHULABSCHLÜSSE			
Schulabschlüsse	Beratung	Heike Hurlin	☎ 88-43219
Lehrgang für psychisch Erkrankte / Professor-Eggers-Lehrgang	Beratung	Cäcilia Klus	☎ 88-43216
	Beratung	Margret Hörcher	☎ 88-43201
Bfz-Lehrgang	Beratung Service	Cäcilia Klus Volkan Ayar	☎ 88-43216 ☎ 88-43137
Öffentlichkeitsarbeit		Petra Ewald Robert Welzel	☎ 88-43021 ☎ 88-43020
Service-Team • Kursleiter- und Teilnehmerangelegenheiten Information	Leitung	Robert Kroffke Sabriye Akdemir Erich Maibaum Sabine Gawlitza Volkan Ayar	☎ 88-43107 ☎ 88-43100 ☎ 88-43100 ☎ 88-43108 ☎ 88-43137
Raumplanung • Besondere Teilnehmerangelegenheiten			
Personal und Organisation	Leitung	Lothar Steffan	☎ 88-43104
IT-Administration und -koordination • Hausmanagement		Julia Gaca	☎ 88-43136
Administration Informations- und Veranstaltungstechnik		Harald Kirchhoff	☎ 88-43120
		Marvin Köllner	☎ 88-43125
		N. N.	☎ 88-43115
Hausmeister • Betriebsmanagement		Jochen Brochhagen	☎ 88-43116
		Frank Steingens	☎ 88-43118
Hausdienst		Udo Nowak	☎ 88-43117
		Thomas Kriesbach	☎ 88-43117
		Amin Alioui	☎ 88-43430
Finanzmanagement / -buchhaltung • Sitzungsgremien		Jörg Fuest	☎ 88-43103
		Heike Hafke	☎ 88-43001
		Nicole Rauße	☎ 88-43113

Gastronomie

VHS / Fun-Food Factory: O. Müller ☎ 0201 43090470

IHRE ANMELDUNG – EINFACH UND SCHNELL:

online:	unter www.vhs-essen.de
schriftlich:	per Anmeldekarte, siehe letzte Seite des Programmheftes
persönlich:	in der VHS

Historischer Verein für Stadt und Stift Essen e.V.

auch Kooperationspartner der VHS Essen



Alte Luisenschule, Geschäftsstelle des Historischen Vereins

Der 1888 gegründete Historische Verein für Stadt und Stift Essen e.V. gehört zu den ältesten Geschichtsvereinen im Ruhrgebiet. Geschichtsbewusstsein und bürgerschaftliches Engagement in der Vergangenheit und in der Gegenwart prägen seine Arbeit, die auch in die Zukunft wirkt.

In den vielen Jahren seines Bestehens hat der Verein das Kulturleben der Stadt bereichert. Er war 1904 ebenso an der Gründung des Museums (heute: Museum Folkwang und Ruhr Museum) beteiligt wie an der Errichtung eines Stadtarchivs, und seine Sammlung bildete einen wesentlichen Grundstock für die Fachbibliothek „Stadt & Region“ im Haus der Essener Geschichte/Stadtarchiv.

Seit 1880 gibt der Verein die „Beiträge zur Geschichte von Stadt und Stift Essen“ (Essener Beiträge) heraus. Sie vermitteln Kenntnisse, wie sich unsere Stadtregion von der Urzeit bis in die jüngste Vergangenheit entwickelt hat.

Der Verein bietet interessante Vorträge, Ausstellungsbesuche, Stadtteilführungen und mehrtägige Exkursionen an.

Der Denkmalpfad in der Innenstadt, die Projekte „Stolpersteine“, „Friedhofsguide“ und das seit 16. Januar 2015 online geschaltete „Historische Portal Essen“ werden von ihm maßgeblich entwickelt, gepflegt und fortgeführt.

Der Verein fördert Publikationen zur Stadtgeschichte und unterstützt das Haus der Essener Geschichte/Stadtarchiv.



Links die neueste Ausgabe der Essener Streifzüge 4 – Mit der VHS auf den Spuren der Moderne.

Das Buch ist für 14,95 € im Buchhandel erhältlich.

Jedes Mitglied erhält die jährlich erscheinenden "Essener Beiträge – Beiträge zur Geschichte von Stadt und Stift Essen", Preis im Buchhandel 25 €, ab Band 134 /2021 29,95 €.

Sollten Sie an einer Mitgliedschaft interessiert sein, verwenden Sie bitte das Aufnahmeformular unter www.hv-essen.de oder wenden sich an die Geschäftsstelle oder an die Vorstandsmitglieder.

Historischer Verein für Stadt und Stift Essen

Haus der Essener Geschichte/Stadtarchiv

Ernst-Schmidt-Platz 1, **45128 Essen**, Fon 0201 / 5147550



Schlüsselübergabe der Arbeiterhäuser am Eisenhammer 2021 (v.l.n.r.): Bezirksbürgermeister Willy Kohlmann, Oberbürgermeister Thomas Kufen, Hans Schippmann und Klaus Kaiser, Historischer Verein, Anne Henk-Hollstein, Land schaftsverband (Foto: Georg Lukas, Stadt Essen)

HERAUSGEBER:

Stadt Essen
 Volkshochschule
 Burgplatz 1
 45127 Essen
 ☎ 0201 88-43100
 E-Mail: info@vhs.essen.de

REDAKTION:

Nikolaos Georgakis (V.i.S.d.P.)
 Petra Ewald
 Robert Welzel

LAYOUT, SATZ & DRUCK:

Satz & Vorstufe: PMGi Agentur für intelligente Medien GmbH
 Druck: Print Media Group GmbH
 Layout: Romanjuk & Kugel, Coesfeld

Gestaltung Cover: Falk Bureau Mombouër
 Anzeige „Junge VHS“ und „Newsletter“ sowie
 Anmeldekarte: Ilke Koop, ilcodesign, Ehlscheid

Anzeigen

Presse-Informations-Agentur
 Volker Reischert
 Birkenstraße 30, 40233 Düsseldorf
 Fon: + 49 - 211 - 68 33 13
 Mail: info@pia-werbung.de

BESONDERE HINWEISE:

Da im laufenden Semester gelegentlich aus aktuellem Anlass Kurs-/Veranstaltungszeiten oder Räumlichkeiten geändert werden müssen, kann leider keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben übernommen werden.

Für Folgen, die aufgrund fehlerhafter oder unterbliebener Einträge entstehen, wird keine Haftung übernommen.

Auflage: 11.000

BILDNACHWEISE:



Fotos Leitung und
 Programmbereichsleitungen:
 Volker Hartmann

S. 10 Transition Town Logo
 S. 17 Cafe Philo ©Shutterstock
 S. 22 VHS Essen Schiedsamt 02 20190910
 S. 28 VHS-Exkursion ©Hans Schelenz

S. 29 Exile Logo
 S. 35 VHS Kuba ©Giesling Brodde
 S. 37 Culturale Emblem
 S. 41 Stadtleben ©A. Steffen
 S. 46 ©S. Farber
 S. 47 ©A. Steffen
 S. 48 ©S. Farber
 S. 54 Ukulele
 S. 58 DSC_124072
 S. 58 Nora Mosch
 S. 61 Foto: Karina Ter-Ovanesova
 S. 66 Gebärdene Hände
 S. 77 ©Helmut Metz Schwarzes Lock
 S. 78 ©Helmut Metz Raketenflug
 S. 78 ©Helmut Metz Morgendämmerung
 S. 84 Alpha ©Altenkamp
 S. 85 DGS ©LiliCharlie
 S. 85 Förderverein Logo
 S. 89 DOME Frau Lexikon

S. 95 VHSspricht! ©K. Garner
 S. 95 BAMF Logo
 S. 96 Integration
 S. 97 TELC Logo
 S. 102 Bridge Elizabeth Tower
 S. 103 Woman 1447081
 S. 106 Oxford Bar
 S. 106 Edinburgh Castel
 S. 107 Full English Breakfast
 S. 107 St. Martin an Bullring Centre
 Birmingham
 S. 107 Royal Albert Dock Liverpool
 S. 130 esf Förderlogos EU Mags Fördersatz
 S. 130 Foto Körzel, Foto Preuß
 S. 133 Großmutter's Fotoalbum ©S. Riese
 S. 139 ©digitalcheck nrw
 S. 156 Tag Cloud Mediation
 S. 160 Xpert B Logo
 S. 166,168 Ulrich Püschmann

Alle sonstigen Bilder wurden

- den Bilddatenbanken pixabay.com, unsplash.com, undraw.co (frei von Urheberrechten/Creative Commons CC0) sowie stock.adobe.com und www.shutterstock.com entnommen bzw.
- der VHS seitens der Urheberin/des Urhebers zur Veröffentlichung ohne Namensnennung freigegeben.

IHRE MEINUNG ZUM VHS-PROGRAMM:

Wir möchten unser Programm ständig weiterentwickeln – dabei ist uns Ihre Zufriedenheit ein großes Anliegen. Gerne nehmen wir Ihre Wünsche, Kritik und Anregungen entgegen. Schreiben Sie uns an o. g. Adresse oder per E-Mail an: nikolaos.georgakis@vhs.essen.de

Lena bestellt bussi.

Denn Lena möchte günstig,
flexibel und umweltfreundlich
zu ihren Freunden fahren.

Bussi ist der On-Demand-Shuttle
der Ruhrbahn, der via Smartphone
bestellt wird und im Kerngebiet
rund um die Essener Innenstadt
unterwegs ist. Einfach über die
Bussi-App buchen und bezahlen.
Bussi. Kommt wie bestellt.

Jetzt noch
**mehr
bussi**

Do
19 – 24 Uhr
Fr + Sa
19 – 3 Uhr



Infos auf **bussi.ruhrbahn.de**

Gefördert durch:
 Bundesministerium
für Verkehr und
digitale Infrastruktur
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

**RUHR
BAHN**

Freiwilliges Soziales Jahr und Bundesfreiwilligendienst Komm` ins Team und engagiere Dich!



Im FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) und BFD (Bundesfreiwilligendienst) erwarten Dich eine qualifizierte Ausbildung als Rettungshelfer NRW und spannende Schulungen für Dein zukünftiges Einsatzgebiet.

Einsatzbereiche sind der Hausnotruf, der Transport von Blutkonserven und Transplantaten, der Krankentransport oder die Leitstelle sowie die Ausbildung. Zudem kannst Du bei Sanitätsdiensten mit dabei sein!

Bewerbung an: bewerbung.essen@johanniter.de
Infos unter: 0201-89646-107 oder www.johanniter.de/essen

**DIE
JOHANNITER**

Regionalverband Essen
Essen · Mülheim · Bottrop

