



Ihre Ansprechpartner:



Erika Fengler
Fachbereichsleiterin
Tel.: 0351 25440-33



Karin Kalms
Beratung + Anmeldung
Tel.: 0351 25440-53

Hallo liebe Teilnehmer,

es gibt viele neue Angebote, die euch wie immer bei der Vorbereitung auf Schule, Beruf, Studium und andere weiterführende Bildungswege unterstützen und für neues Wissen im Hobby- und Freizeitbereich sorgen.

So besteht jetzt die Möglichkeit, sich auf die „Allgemeine Hochschulreife für Schulfremde“ vorzubereiten. Um die eigene Persönlichkeit geht es auch im Kompetenztraining „Stark für meine Ziele“. Allen, die sich für Ausbildung, Leben und Arbeit im Ausland interessieren, können wir mit den Kursen „Fernweh“ oder „Ready for Australia“ weiterhelfen.

„Talent – und wie weiter?“ ist der Titel einer neuen AG für künstlerisch besonders interessierte Schüler. Um Kunst und Kultur geht es auch in unseren Angeboten für den „Juniordoktor“. Informiert euch hier und unter www.dresden-wissenschaft.de.

Zum Tag der offenen Tür am Freitag, dem 04.06.2010, bieten wir euch Abwechslung und Spaß zum Thema „Köpfchen in Bewegung“. Ihr seid herzlich eingeladen.

Beachtet bitte auch das bunte Sommerferienangebot. „Von der Rolle zur Pyramide“ über die „Japanische Woche“ bis zu den „Schlaunen Füchslein“ ist für jeden etwas dabei.

Zum besseren Kennenlernen interessanter Institutionen der Stadt Dresden laden wir euch in diesem Semester in den Dresdner Zoo zur speziellen Führung „Giraffen und andere Langhälse“ ein.

Viel Spaß beim Blättern im Programm und erfolgreiche Kursbesuche wünscht euch das Team „junge vhs“.

Fachkurse und
Lerntechniken für die Schule

Mathematik

Mit erfahrenen Lehrern könnt ihr vorhandenes Wissen ergänzen und erweitern. Die Kurse dienen nicht der Nachhilfe, die Angaben zur Klassenstufe sollen auf stoffliche Schwerpunkte orientieren, um euch die Auswahl zu erleichtern. Sehr gern richten wir auch weitere Kurse zu gewünschten Themen ein. Nähere Angaben zu Kursinhalten findet ihr im Internet unter www.vhs-dresden.de.

Mathematik – Klasse 10 MS

8 x / 16 UE / 40 €

W 51 01

Mi, 03.03. – 28.04., 17.00 – 18.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Hans-Ulrich Bahr, Fachlehrer

Mathematik – Kompakt Klasse 10 MS

4 x / 16 UE / 40 €

W 51 02 (Osterferien)

Di – Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Hans-Ulrich Bahr, Fachlehrer

Mathematik – Kompakt Kl. 10 GYM

4 x / 16 UE / 40 €

W 51 04 (Osterferien)

Di – Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Steffen Beck, Gymnasiallehrer

Zeichenerklärung



Sommerkurse



Aperitif

Das Infoprogramm in den
Städtischen Bibliotheken



Tag der offenen Tür
4. Juni 2010

**Mathematik – Vorbereitung Leistungs-
feststellung Klasse 10 GYM**

2 x / 8 UE / 20 €

W 51 05

Sa + So, 08.05. + 09.05., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Torsten Rönsch, Diplom-Mathematiker

Mathematik – Vorbereitung auf Klasse 9/10

5 x / 20 UE / 50 €

W 51 06



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Lutz Ehrig, Fachlehrer

Mathematik – Klasse 11

10 x / 20 UE / 50 €

W 51 07

Di, 09.03. – 18.05., 17.00 – 18.30 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Ingrid Weisbach, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Vorbereitung auf Klasse 11

Reaktivierung wichtiger Stoffgebiete für einen
problemlosen Übergang in Klasse 11, auch für
Schüler, die die FOS besuchen möchten oder ein
Fachabitur anstreben.

5 x / 20 UE / 50 €

W 51 09



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Katja Firker, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Klasse 12 LK

6 x / 12 UE / 30 €

W 51 10

Di, 02.03. – 13.04., 17.30 – 19.00 Uhr
117. Grundschule, Reichenbachstr. 12
Thomas Müller, Gymnasiallehrer

Mathematik – Klasse 12 GK

6 x / 12 UE / 30 €

W 51 11

Di, 02.03. – 13.04., 18.30 – 20.00 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Ingrid Weisbach, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Kompakt Klasse 12 GK

4 x / 16 UE / 40 €

W 51 12 (Osterferien)

Di – Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katja Firker, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Kompakt Klasse 12 LK

4 x / 16 UE / 40 €

W 51 13 (Osterferien)

Di – Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Torsten Rönsch, Diplom-Mathematiker

Mathematik – Vorbereitung auf Klasse 12

5 x / 20 UE / 50 €

W 51 14



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Renate Oertel, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Klasse 12 FOS

10 x / 20 UE / 50 €

W 51 15

Mo, 01.03. – 10.05., 17.00 – 18.30 Uhr

117. Grundschule, Reichenbachstr. 12

Renate Oertel, Gymnasiallehrerin

Mathematik – Kompakt FOS

4 x / 16 UE / 40 €

W 51 16 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Renate Oertel, Gymnasiallehrerin

Geisteswissenschaften

Geschichte – Klasse 11/12

5 x / 10 UE / 25 €

W 51 17

Mo, 01.03. – 29.03., 18.00 – 19.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Martina Wagner, Gymnasiallehrerin

Interpretation, Erörterung, Gedichtanalyse

Wir werden ausgewählte Texte inhaltlich erfassen, deuten und werten. Dabei spielen Kenntnisse über die literarische Epoche, der heutige Blick auf die Probleme in den Texten sowie Beherrschung von Arbeitstechniken eine Rolle. Die intensive Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Darstellungsarten entwickelt Fähigkeiten zur besseren Mitarbeit im Unterricht und zur langfristigen Vorbereitung der Haus- und Prüfungsarbeiten.

5 x / 15 UE / 40 €

W 51 18

Di, 02.03. – 30.03., 17.30 – 19.45 Uhr

MAN-Gymn., Haydnstr. 49

Nadine Riedel, Gymnasiallehrerin

Naturwissenschaften

In den Fachkursen Physik, Chemie und Biologie werden Stoffkomplexe der Klassen 10/11/12 für eine systematische Ergänzung des Unterrichts, als Ausgleich bei Fachabwahl oder zur Vorbereitung auf naturwissenschaftliche Studiengänge behandelt. Individuelle Wünsche werden berücksichtigt.

Physik – Klasse 11/12

5 x / 15 UE / 40 €

W 51 19

Mo, 01.03. – 29.03., 17.30 – 19.45 Uhr

Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/

Seiteneingang

Dr. Wolfgang Schiller, Hochschuldozent

Chemie – Kompakt Klasse 10

4 x / 12 UE / 30 €

W 51 20 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christiane Ebel, Dipl.-Lehrerin

Biologie – Klasse 11/12

5 x / 15 UE / 40 €

W 51 21

Mi, 03.03. – 31.03., 17.30 – 19.45 Uhr

117. Grundschule, Reichenbachstr. 12

Marion Härter, Gymnasiallehrerin

Sprachen

Grammatik, Textarbeit und Übungen im mündlichen und schriftlichen Bereich mit Orientierung auf die neuen praktischen Prüfungsteile für Fremdsprachen sind Schwerpunkte der Sprachkurse. In den Grund- und Aufbaukursen Französisch, Spanisch, Italienisch, Polnisch und Japanisch könnt ihr die Sprache neu erlernen, vorhandenes Wissen aufbauen und die Kurse im nächsten Semester fortführen. Sprachkurse für Grundschüler siehe W 56 36 ff.

Englisch – Hörverstehen und Kommunikation (Klasse 9/10)

Der Kurs bereitet auf den mündlichen Teil der Prüfung vor. Schwerpunkte sind verstehendes Hören und lebendige Gesprächsführung unter Prüfungsbedingungen.
4 x | 16 UE | 40 €

W 51 22 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

Englisch – Vorbereitung auf das neue Schuljahr Klasse 9/10

5 x | 15 UE | 40 €

W 51 221



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 10.30 – 12.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Englisch – Kompakt Klasse 10 GYM

4 x | 12 UE | 30 €

W 51 23 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 13.00 – 15.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Nadine Riedel, Gymnasiallehrerin

Englisch – Vorbereitung Leistungsfeststellung Kl. 10 GYM

2 x | 8 UE | 20 €

W 51 24

Sa, So, 08.05. – 09.05., 10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Englisch – Kompakt Klasse 12

Übersetzung, Textarbeit/Textverständnis, Aufsatz und Vorbereitung auf die mündliche Prüfung.
4 x | 12 UE | 30 €

W 51 25 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 10.30 – 12.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Englisch – Kompakt Klasse 12 FOS

Grammatik, Textarbeit, Übersetzung und ausgewählte Übungen im mündlichen und schriftlichen Bereich sind Schwerpunkte des Kurses. Bei entsprechender Teilnehmerzahl Trennung Klasse 12 und 12 L.
4 x | 12 UE | 30 €

W 51 26 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 13.00 – 15.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Englisch – Vorbereitung auf das neue Schuljahr Klasse 11/12

5 x | 15 UE | 40 €

W 51 261



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 13.00 – 15.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Englisch – Reaktivierung Konversation

Spontanes, situationsgerechtes Sprechen auf Englisch im alltäglichen Bereich ist oft notwendig, wird gewünscht oder gar vorausgesetzt. Zielgerichtete Kommunikation, Vokabeltraining, interaktive Übungen von Sprachstrukturen, Wortschatz und Grammatik sind Inhalte des Kurses.
5 x | 15 UE | 40 €

W 51 27



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 9.00 – 11.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

Französisch als 2. Fremdsprache (GK)

Der Kurs ist für Jugendliche ohne Vorkenntnisse geeignet, aber auch für Schüler ohne zweite Fremdsprache, die auf das Gymnasium wechseln wollen.
Kursmaterialien: „Ensemble“ 1 / Lehr- und Arbeitsbuch / Klett Verlag Preis ca. 20 €, ISBN 3-12-523140-X / ISBN 3-12-523141-8.
10 x | 20 UE | 50 €

Gesellschaft

Gesundheit

Kunst

Sprachen

IT | Beruf

junge vhs

W 51 28

Mi, 10.03. – 19.05., 17.30 – 19.00 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Kerstin Geßner, Diplom-Sprachmittlerin

Französisch – Vorbereitung auf das neue Schuljahr

Voraussetzung: mindestens 2 Jahre Französisch-
unterricht

5 x / 15 UE / 40 €

W 51 281



Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 11.45 – 14.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

Französisch Kompakt Klasse 9/10

Grammatik, Textarbeit, Übungen im mündlichen und
schriftlichen Bereich.

4 x / 12 UE / 30 €

W 51 29 (Osterferien)

Di, Fr, 06.04. – 09.04., 9.30 – 11.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Winnie Liebisch, Lehramtsstudentin

Spanisch für Schnellerner (Anfänger)

Der Kurs wird im neuen Schuljahr weitergeführt.
Kursmaterialien: ‚El nuevo curso‘, (Lehr- u.
Arbeitsbuch incl. CD zum Übungsteil) /
ISBN 3-468-48205-1 / Langenscheidt, Preis:
ca. 22 €.

12 x / 24 UE / 60 €

W 51 30

Mo, 08.03. – 07.06., 16.30 – 18.00 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Winnie Liebisch, Lehramtsstudentin

Spanisch für Schüler (Anfänger weiterf.)

Für Teilnehmer mit Grundkenntnissen (ein Semes-
ter) und für Quereinsteiger mit Vorkenntnissen.
Kursmaterialien: ‚El nuevo curso‘, (Lehr- u.
Arbeitsbuch incl. CD zum Übungsteil) /
ISBN 3-468-48205-1 / Langenscheidt, Preis:
ca. 22 €.

12 x / 24 UE / 60 €

W 51 31

Mo, 01.03. – 31.05., 18.00 – 19.30 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Winnie Liebisch, Lehramtsstudentin

Griechische Woche – Sprache und Kultur

Mit einer Muttersprachlerin könnt ihr täglich grie-
chische Sprache schnuppern und dabei in die
alte, sagenafte Geschichte Griechenlands ein-
tauchen. Außerdem werden typische griechische
Speisen zubereitet und gemeinsam ausprobiert.
Einblicke in die vielseitige Kunst und Kultur des
Landes runden den Sommerkurs ab. Ein Grund-
kurs in Griechisch wird im Herbstsemester 2010
angeboten.

*Lebensmittelkosten 6 € (für zweimal
Kochen) sind im Kurs zu entrichten.*
5 x / 20 UE / 40 €

W 51 32



Mo – Fr, 12.07. – 16.07., 10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Eleni Oikonomaki, Muttersprachlerin

Japanische Woche – Sprache und Kultur

Mit einer Muttersprachlerin könnt ihr täglich japa-
nische Sprache schnuppern und ihren geheim-
nisvollen Schriftzeichen auf den Grund gehen.
Außerdem werden typische japanische Speisen
zubereitet und gemeinsam ausprobiert. Einblicke
in die japanische Kultur und ein Exkurs in die japa-
nische Kampfkunst runden den Sommerkurs ab.
Neue Sprachkurse in Japanisch werden im
Herbstsemester 2010 angeboten.

*Lebensmittelkosten 6 € (für zweimal
Kochen) sind im Kurs zu entrichten.*
5 x / 20 UE / 40 €

W 51 321



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Izumi Maeda-Wolters, Muttersprachlerin

Japanisch für Schüler (Anfänger)

Der Einführungskurs macht dich sehr anschau-
lich mit der japanischen Sprache vertraut. Du lernst
die Bedeutung der bildhaften Schriftzeichen ken-
nen und entwickelst das notwendige Sprachge-
fühl. Spezielles Wissen über die japanische Kul-
tur und Geschichte erleichtern dir den Zugang zu
dieser exotischen Sprache.

10 x / 20 UE / 50 €

W 51 33

Di, 13.04. – 15.06., 16.30 – 18.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Izumi Maeda-Wolters, Muttersprachlerin

Japanisch für Schnelllerner (weiterf.)

Dieser Kurs ist für sprachlich besonders interessierte und befähigte Schüler (auch mit geringen Grundkenntnissen) geeignet, die sich dieser Sprachausbildung intensiv widmen möchten oder Japanisch für eine mögliche berufliche Entwicklung ins Auge fassen. Der Kurs wird wieder weitergeführt.

10 x | 20 UE | 50 €

W 51 34

Di, 13.04. – 15.06., 18.00 – 19.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Izumi Maeda-Wolters, Muttersprachlerin

Polnisch für Schüler

Es ist ein Kurs für Gymnasiasten und Mittelschüler, die die Sprache von zu Hause kennen, sie in der Schule oder anderswo gelernt haben. Es wird viel gelesen und geschrieben, aber auch diskutiert. Ausschnitte aus der gegenwärtigen Jugendliteratur, interessante Internetseiten, angesagte Songs etc. werden einbezogen. Neben der Standardsprache wird auch der Jugendslang (E-mails und SMS) nicht zu kurz kommen. Die wichtigsten Regeln der polnischen Rechtschreibung und gezielte Übungen zur Verbesserung der Aussprache runden den Kurs ab. Weiter geht es im September 2010.

5 x | 20 UE | 50 €

W 51 35



Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jaroslawa Manitz, Muttersprachlerin / Gymasiallehrerin

Italienisch für Schüler (Anfänger)

Unterrichtsmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

10 x | 20 UE | 50 €

W 51 36

Do, 11.03. – 03.06., 17.00 – 18.30 Uhr

117. Grundschule, Reichenbachstr. 12

Silvia Melita, Muttersprachlerin / Bachelor

Entwicklung von Lernkompetenzen

Lern- und Arbeitstechniken

Besser lernen ist Hauptthema des Kurses, in dem verschiedene Gedächtnistechniken zur Verbesserung der Behaltensleistung vorgestellt und angewendet werden. Ihr erfahrt, welcher Lerntyp ihr seid und wie Interesse am Stoff gesteigert werden kann. Ihr übt richtiges Mitschreiben, wie man an Aufgaben herangeht, Texte bearbeitet und seine (Lern)Zeit besonders vor Tests/Klassenarbeiten und Prüfungen effektiv einteilt.

1 x | 6 UE | 15 €

W 51 37

Sa, 13.03., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katja Thalheim, Organisatorin

Reden müsste ich können ...

Ob bei einer mündlichen Kontrolle oder Prüfung, beim Antworten auf eine unvorhergesehene Frage oder dem plötzlichen Bedürfnis, sich durch einen eigenen Redebeitrag einmischen zu wollen – immer geht es um das schnelle und möglichst gute Formulieren. Der beste Tipp bei Unsicherheiten: Reden lernt man nur durch Reden.

1 x | 6 UE | 18 €

W 51 38 (Osterferien)

Mi, 07.04., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dr. Ulrike Kohl, Kommunikationstrainerin

Deutsch bei LRS (Kleingruppe)

Es werden Ursachen und Umstände der Lese-Rechtschreib-Störung durch autorisierte Fachkräfte gründlich analysiert. Darauf aufbauend wird spezifischer muttersprachlicher Unterricht gezielt und kontinuierlich in Kleingruppen durchgeführt. Bei Bedarf ist Einzelunterricht möglich. Für Grundschüler siehe W 56 21 f.

10 x | 20 UE | 90 €

W 51 39

Mo, 08.03. – 17.05., 16.00 – 17.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Manfred Pietzner, Lehrer

Deutsch bei LRS ab Klasse 5 (Kleingruppe)

Es werden Ursachen und Umstände der Lese-Rechtschreib-Störung durch autorisierte Fachkräfte gründlich analysiert. Darauf aufbauend wird spezifischer muttersprachlicher Unterricht gezielt und kontinuierlich in Kleingruppen durchgeführt. Bei Be-

Berufs- und Studienvorbereitung

darf Einzelunterricht möglich. Für Grundschüler siehe W 56 21 f.

12 x / 16 UE / 80 €

W 51 40

Di, 09.03. – 01.06., 17.00 – 18.00 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Ursula Schulz, Lehrerin

Englisch bei LRS ab Klasse 5 (Kleingruppe)

Kinder mit LRS haben auch Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben einer Fremdsprache. Im Kurs erhalten sie individuelle, den Unterricht begleitende Förderung im Fach Englisch.

12 x / 16 UE / 80 €

W 51 41

Di, 09.03. – 01.06., 16.30 – 17.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Eleonora Schillbach, LRS-Lehrerin

Mathematik bei Rechenschwäche ab Klasse 5 (Kleingruppe)

Es wird gezielt vom zählenden zum denkenden Rechnen hingearbeitet, die Schüler werden die Zahlenbegriffe besser verstehen und die Methoden des Rechnens richtig verinnerlichen. Für Grundschüler siehe W 56 23 f.

10 x / 20 UE / 90 €

W 51 42

Do, 18.03. – 10.06., 17.30 – 19.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Hannelore Bischoff, Diplom-Psychologin

Berufs- und Studienvorbereitung

Vorbereitung auf die Zugangsprüfung für ein Studium ohne Abitur

Interessierte Bewerber können sich in den Kursen W 52 01 – 04 auf die Zugangsprüfungen vorbereiten. Auf Wunsch werden weitere Termine/Themen eingerichtet.

Mathematik

10 x / 30 UE / 90 €

W 52 01

Di, 23.03. – 01.06., 19.00 – 21.15 Uhr
BSZ Technik, Gerokstr. 22
Torsten Rönsch, Diplom-Mathematiker

Physik

10 x / 30 UE / 90 €

W 52 02

Do, 25.03. – 03.06., 19.00 – 21.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Katja Firker, Gymnasiallehrerin

Englisch

10 x / 30 UE / 90 €

W 52 03

Mo, 22.03. – 07.06., 19.00 – 21.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne-Kathrin Wehr, Gymnasiallehrerin

Deutsch

2 x / 12 UE / 36 €

W 52 04

Fr, 28.05., 16.00 – 20.30 Uhr
Sa, 29.05., 9.00 – 13.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Andree Adolph, Lehrer im Hochschuldienst

Berufs- und Studienvorbereitung

Mathematik Studienvorbereitung

Kursinhalt: Funktionen; Differenzial- und Integralrechnung; Vektoralgebra; Folgen, Reihen und Grenzwertberechnungen; Geometrie der Kegelschnitte; Wahrscheinlichkeitsbegriff und Statistik.

Spezielle Wünsche werden gern berücksichtigt.

5 x / 15 UE / 40 €

W 52 05

Mi, 03.03. – 31.03., 18.00 – 20.15 Uhr
Außenst. B.-Brecht-Gymn., Dürerstraße 86/Seiteneing.
Dr. Wolfgang Schiller, Hochschuldozent

Biotechnologie – Schwerpunkt Gentechnik

Im Mittelpunkt steht die Gentechnik mit ihrem Für und Wider. Es geht um Aufbau von Genen, genetische Verfahren, wie Genmanipulation, Polymerase Kettenreaktion, Blottingverfahren, Arbeit mit Gensonden und Hybridisierung. Der Kurs möchte die Entscheidung für Berufsausbildung oder Studium unterstützen, ist aber auch für Interessenten der Biotechnologie, speziell der Genetik, geeignet.

Der Besuch eines Biotechnikums ist bei Interesse möglich (Gebühr 2 € für 2 Std.)

5 x / 15 UE / 40 €

W 52 06

Mi, 03.03. – 31.03., 18.00 – 20.15 Uhr
 MAN-Gymn., Haydnstr. 49
 Hans Gorff, Diplom-Ingenieur, Biotechnologe

Vorbereitung Allgemeine Hochschulreife für Schulfremde

Mit dem Abschluss der allgemeinen Hochschulreife für Schulfremde kann das Studium beginnen. Ab April 2010 werden in den Fächern Deutsch, Mathematik und Sprachen Brückenkurse angeboten. Sie dienen der Niveaueingleichung als Voraussetzung für eine intensive Vorbereitung auf die allgemeine Hochschulreife im Zeitraum HS 2010/ FS 2011. Die Prüfung kann im Mai/ Juni 2011 in den vom Kultusministerium vorgegebenen Prüfungsfächern abgelegt werden. Die Gebühr beträgt für die gesamte Maßnahme (ca. 1000 UE) 2500 € (Ratenzahlung möglich). Auf Wunsch können jederzeit zusätzliche Kurse angeboten werden.

Beratung und Anmeldung: Tel. 254 40 33/ 53;
 www.vhs-dresden.de

W 52 07

VHS, Schilfweg 3

Vorbereitung Realschulabschluss für Schulfremde 2010/2011

Mit dem Erwerb des Realschulabschlusses steigen die Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Der intensive Unterricht bereitet innerhalb eines Schuljahres auf die Schulfremdenprüfung in den vom Kultusministerium vorgegebenen Fächern vor. Der Unterricht beginnt am 09. August 2010. Die Gebühr beträgt für die gesamte Maßnahme 1500 € (Ratenzahlung möglich). Die Prüfungsgebühren sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Information und Anmeldungen für 2010/2011 bitte ab sofort unter Tel. 254 40 33.

W 52 08

VHS, Schilfweg 3

**Berufsvorbereitung +
Kompetenztraining****Stark für meine Ziele**

Wie ticke ich eigentlich? Welche persönlichen Stärken und Schwächen habe ich wirklich? Unter fachlicher Anleitung kannst du das genauer untersuchen und Kompetenzen entwickeln, Gewinn bringend damit umzugehen. Das Wissen um die eigenen Fähigkeiten stärkt die Selbstsicherheit und einen souveränen Auftritt in Schule, Ausbildung und Beruf.

1 x / 6 UE / 15 €

W 52 10

Sa, 27.03., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anja Pötzsch, Psychotherapeutische Heilpraktikerin

Durch Selbsterkenntnis zur richtigen Berufswahl (ab 16 Jahre)

Bist du noch unentschieden und verunsichert und fragst dich: Welcher Job passt zu mir? Eine erfolgreiche Berufswahl und Lebensplanung setzt Klarheit über deine eigenen beruflichen Neigungen voraus. Mittels des MBTI-Fragebogens, einem wissenschaftlich abgesicherten Instrumentarium, erfährst du deine persönlichen beruflichen Potenziale und Neigungen. Das Wissen darüber kann dir helfen, berufliche Fehlentscheidungen, Studienabbrüche, unnötige Kosten und Enttäuschungen zu vermeiden. *Materialkosten: 26 € für individuelle Analysematerialien sind im Kurs zu entrichten.*

2 x / 8 UE / 20 €

W 52 11 (Osterferien)

Do, Fr, 08.04. – 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dr. Ulrike Kohl, Kommunikationstrainerin

Generalprobe Vorstellungsgespräch

Die Einladung zum Bewerbungsgespräch ist schon ein erster Erfolg. Jetzt kannst du zeigen, was in dir steckt, und das gelingt am besten mit einer gezielten

**Teilnehmerin der jungen vhs Alina Große:**

Ich bin Alina Große (18 Jahre) und bereite mich intensiv auf einen guten Realschulabschluss für Schulfremde vor. Kompetente, engagierte Lehrer können den Unterrichtsstoff sehr gut vermitteln. Das Lernen macht wieder Spaß, und ich bin mir sicher, eine gute Prüfung abzulegen.

Vorbereitung auf das Gespräch. Du erfährst, wie du in kniffligen Situationen souverän reagieren kannst. Die Analyse eigener Kompetenzen und eine überzeugende Selbstpräsentation sind wesentliche Themen des Seminars.

1 x / 6 UE / 15 €

W 52 12

Sa, 12.06., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katja Thalheim

Berufsorientierte Kommunikation

Was macht eine gelungene und situationsgerechte Kommunikation aus? Wie kann man ein Gespräch in eine gewünschte Richtung bringen und was ist in angespannten Gesprächssituationen zu tun? Die richtige Form und der Einsatz eigener Stärken beeinflussen erheblich, wie wir beim Gesprächspartner „ankommen“ und entscheiden oft über Anerkennung oder Desinteresse.

1 x / 6 UE / 15 €

W 52 13

Sa, 15.05., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katja Thalheim

Bewerbung in englischer Sprache

Im Seminar wird die selbstbewusste und zugleich individuelle Darstellung der eigenen Person für eine mündliche oder schriftliche Bewerbung in englischer Sprache geübt.

1 x / 4 UE / 10 €

W 52 14 (Osterferien)



Mi, 07.04., 9.00 – 12.00 Uhr

Städtische Bibliotheken/medien@age, Waisenhausstr. 8

Nadine Riedel, Gymnasiallehrerin

Berufswunsch: Modedesigner/in

Die Modedesignerin und Kostümbildnerin Anette Schäfer stellt ihren Traumberuf praxisnah vor. Es werden wichtige Voraussetzungen für die Ausbildung erläutert, Ausbildungsinhalte vorgestellt und berufliche Perspektiven aufgezeigt. Praxis-kurse siehe W 54 11 f.

1 x / 2 UE / 5 €

W 52 15

Do, 18.03., 17.30 – 19.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anette Schäfer, Dipl.-Designerin Bühne / Kostüme

Babysitter mit Zertifikat

Ihr wollt einen Nebenjob mit Verantwortung für Jüngere ausüben, als Au-pair im Ausland arbeiten, einen Beruf mit Kinderbetreuung erlernen und als zertifizierte Babysitter etwas Geld verdienen? Im Kurs erfahrt ihr Wesentliches über Ernährung, Pflege, Krankheitszustände, Erste-Hilfe-Maßnahmen, Problemkinder und Beschäftigungen von Säuglingen, Kleinkindern und Kindern. Die Möglichkeit einer Vermittlung besteht. Infos dazu am Ende des Kurses, der auch für junge Eltern geeignet ist.

Materialkosten 5 € sind im Kurs zu entrichten.

2 x / 16 UE / 48 €

W 52 16

Sa, 27.03., 8.30 – 16.30 Uhr

So, 28.03., 9.00 – 14.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Leitung: Katharina Freitag

W 52 17

Sa, 24.04., 8.30 – 16.30 Uhr

So, 25.04., 9.00 – 14.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Leitung: Katharina Freitag

Moderne Umgangsformen – Workshop

Wir wollen moderne mündliche und schriftliche Umgangsformen, Tischsitten, ein passendes Outfit und Verhaltensweisen für Schule und Freizeit kennen lernen und ausprobieren.

Materialkosten: 3 € sind im Kurs zu entrichten.

2 x / 12 UE / 24 €

W 52 18

Sa, So, 20.03. – 21.03., 9.00 – 13.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Erika Fengler

Annett Buschmann

Berit Flöbel, Diplom-Visagistin

Make-up, Frisur und Bekleidung

Was kannst du alles für ein optimales Outfit tun, wenn es drauf ankommt? Welches jugendliche Make-up, welche Farben, Bekleidung und Frisur passen am besten zu dir? Dazu gibt es fachmännische Tipps und Tricks, die du im Kurs auch selbst ausprobieren kannst.

Materialkosten: 3 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 4 UE / 10 €

W 52 19 (Osterferien)



Fr, 09.04., 9.00 – 12.00 Uhr

Städtische Bibliotheken/medien@age,

Waisenhausstr. 8

Berit Flöbel, Diplom-Visagistin

Tastschreiben am Computer (Schnellkurs)

Zur Beherrschung des Computers gehört auch das schnelle und richtige Handhaben der Tastatur. Der Kurs ist eine gute Alternative zum „2-Finger-Suchsystem“. Mit Hilfe spezieller Schreibprogramme könnt ihr das 10-Finger-Tastensystem erlernen, sämtliche Griffwege einschließlich Ziffern und Zeichen sowie das formgerechte Gestalten eines Schriftstückes erarbeiten.

5 x / 20 UE / 50 €

W 53 01

Mo – Fr, 28.06. – 02.07., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

W 53 02

Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 13.00 – 16.00 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Elisabeth Poscharsky, Fachausbilderin

W 53 03

Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Tastschreiben „plus“

DIN Normen, Schreibgeschwindigkeit und andere zusätzliche Wissensgebiete.

5 x / 15 UE / 40 €

W 53 07

Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 9.00 – 11.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Grundlagen der Computernutzung

Der Kurs dient der Vorbereitung, Vertiefung und Ergänzung des Informatikunterrichts. Es werden Grundbegriffe der Computerarbeit erläutert, mit Festplatte und CD gearbeitet sowie Grundkenntnisse der Textverarbeitung und Tabellenkalkulation vermittelt. Rechner und Paint aus dem WINDOWS-Zubehör werden vorgestellt.

5 x / 15 UE / 40 €

W 53 08

Mo – Fr, 28.06. – 02.07., 12.30 – 14.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Der PC – ein praktischer Schulbegleiter

Wer die Grundlagen der Computernutzung beherrscht, der kann seinen PC sinnvoll zur Vor- und Nachbereitung schulischer Aufgaben nutzen. Der Kurs vermittelt Kenntnisse zum Anfertigen von Belegen und Hausarbeiten, zur Nutzung der Tabellenkalkulation und zur Entwicklung kleiner Datenbanken. Voraussetzung: Grundlagen der Computernutzung.

5 x / 15 UE / 40 €

W 53 09

Mo – Fr, 02.08. – 06.08., 12.30 – 14.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Gestalten am Computer ab 10 Jahre

Im Einführungskurs könnt ihr verschiedene Anwendungsprogramme kennenlernen, an individuellen Beispielen ausprobieren und eure ersten Gestaltungsergebnisse bewundern.

5 x / 10 UE / 25 €

W 53 10

Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 13.30 – 15.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Gestalten am Computer

Verschiedene Anwendungsprogramme kennenlernen, an individuellen Beispielen ausprobieren und erste Gestaltungsergebnisse bewundern.

1 x / 2 UE / gebührenfrei

W 53 101

Fr, 04.06., 14.30 – 16.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath, Fachausbilderin

Twittern, Surfen, Bloggen

Chattet ihr noch oder twittert ihr schon? Im Kurs erfahrt ihr alles, was man beim Mikrobloggen und Bloggen wissen muss, was Spaß macht und erlaubt ist und was ihr lieber nicht schreiben solltet. Außerdem gibt es jede Menge Tipps rund ums Surfen.

3 x / 9 UE / 20 €

W 53 102

Mo, 08.03. – 22.03., 16.30 – 18.45 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Tilo Diener, Mediengestalter

Der Himmel ist voller Sterne

Interessiert ihr euch für den Lauf der Planeten? Ihr erfahrt, wie man sich am Sternenhimmel orientiert, welche Sternbilder sichtbar sind und wie man sie erkennt. Der Kurs wird durch praktische Beobachtungen ergänzt. Eltern können sich gern mit anmelden.

*Falls vorhanden, Fernglas mitbringen.
1 x / 2 UE / 5 €*

W 53 11

Do, 18.03., 17.00 – 18.30 Uhr
Sternwarte Radebeul, Auf den Ebenbergen
Ulf Peschel, Leiter Sternwarte

Die Welt der Vulkane – Phänomene, Ursachen, Experimente

Durch kleine Experimente und beeindruckende Aufnahmen von Großvulkanen Kamtschatkas, gibt dieser Vortrag eine Einführung in die vielfältigen Phänomene des Vulkanismus. Wir erleben vulkanische Aktivitäten, Eruptionen von Asche und Gas, Gasaustritte im Gletscher, Säureseen, ungläubliche Farben, qualmende Krater, Lava und Aschewüsten. Wir sehen die Folgen verheerender Großausbrüche und kommen zu den möglichen Ursachen dieser gewaltigen Kräfte. Eltern können sich gern mit anmelden.

1 x / 3 UE / 5 €

W 53 12

Mo, 29.03., 17.00 – 19.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Alexander Morawitz

Sommer auf Kamtschatka

Die nordasiatische Halbinsel Kamtschatka ist ein Paradies: Riesige, nahezu unbewohnte Wildnis, mehr als 29 aktive Vulkane, viele von ihnen schneebedeckt, vergletschert oder brodelnd und dazwischen leben in den vielfältigen Landschaften des Urwaldes die großen Kamtschatka-Braunbären. Eindrucksvolle Bilder dieser Expedition bringen euch die fremde, reizvolle Landschaft mit ihren liebenswerten Einwohnern ganz nah.

1 x / 3 UE / 6 €

W 53 16

Mi, 10.03., 17.00 – 19.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Alexander Morawitz

Exotische Tiere im Dresdner Zoo

Würgeschlangen, Afrikanische Grabfrösche, Nandus, Trampeltiere und andere exotische Tiere können im Dresdner Zoo bewundert werden. Bei der speziellen Führung wollen wir einige Exemplare ‚hautnah‘ erleben und Interessantes über ihr Leben in freier Natur und ihre artgerechte Haltung im Zoo erfahren.

1 x / 2 UE / 5 €

W 53 18

Mi, 28.07., 14.00 – 15.30 Uhr
ZOO, Tiergartenstraße 1
Annett Engelmann, Diplom-Biotechnologin



Das Afrikahaus und seine Bewohner

Nicht nur Elefanten, Mandrills und Panther- schildkröten mit ihrem Nachwuchs fühlen sich im Afrikahaus, das ihrem natürlichen Lebensraum entspricht, sehr wohl. In der gelungenen Verbindung von Botanik und Zoologie kann man auch eine Vielzahl von Pflanzen und Bäumen entdecken, das Zusammenleben der Affen und verschiedene Vogelarten beobachten. Selbst der Mensch hat im Afrikahaus seinen Platz gefunden.

1 x / 2 UE / 5 €

W 53 19

Mi, 17.03., 16.30 – 18.00 Uhr
ZOO, Tiergartenstraße 1
Annett Engelmann, Diplom-Biotechnologin

Reptilien hautnah

Im Mittelpunkt der Betrachtung stehen die Reptilien, zu denen u. a. Schlangen, Echsen und Dinosaurier gehören. Da wir auf letztere leider verzichten müssen, warten andere umwerfende Überraschungen auf euch.

1 x / 2 UE / 5 €

W 53 20

Mi, 21.04., 16.30 – 18.00 Uhr
ZOO, Tiergartenstraße 1
Annett Engelmann, Diplom-Biotechnologin

Tierkinder im Dresdner Zoo

Zootierkinder sind etwas ganz Besonderes. Jeder Besucher erfreut sich am niedlichen Aussehen und an den tolpatschigen Bewegungen. Jungtiere brauchen aber auch besondere Aufmerksamkeit und Pflege. Frau Engelmann zeigt die neuen Tierkinder und macht euch mit den Jungtieraufzuchten bekannt.

1 x / 2 UE / 5 €

W 53 21

Mi, 09.06., 16.30 – 18.00 Uhr
 ZOO, Tiergartenstraße 1
 Annett Engemann, Diplom-Biotechnologin

Giraffen und andere Langhalse

Du brauchst keinen langen Hals, um einen Blick hinter die Kulissen des neuen Giraffenhauses im Dresdner Zoo zu werfen. Unter der Leitung von Frau Engemann kannst du alles hautnah erleben.
 1 x / 2 UE / 5 €

W 53 22

Mi, 26.05., 14.30 – 16.00 Uhr
 ZOO, Tiergartenstraße 1
 Annett Engemann, Diplom-Biotechnologin

Kleine Ferien-Nachtwanderung

Die kleine Nachtwanderung führt von der Hellersiedlung über den Dresdner Heller kreuz und quer bis zur „Dresdner Sandgrube“. Dort gibt es bei einem gemeinsamen Picknick interessante Informationen über den „sandigen Balkon Dresdens“. Zurück geht es auf dem Augustusburger und Heideförster-Jan-Weg bis zum Ausgangspunkt. Streckenlänge ca. 12 km. Eltern können sich gern mit anmelden.
Bitte mitbringen: Wanderkleidung, Taschenlampe, kleine Leckereien für ein Picknick.
 1 x / 4 UE / 5 €

W 53 23



Fr, 09.07., 19.30 – 22.30 Uhr
 Treff: Haltestelle Hellersiedlung, Linie 7
 Steffen Thranert, Forstwissenschaftler

Fernweh?

Ihr wollt nicht nur reisen, sondern auch andere Länder und Lebensweisen intensiv kennen lernen und Wochen, Monate oder ein ganzes Jahr woanders leben? Möglichkeiten, eine aktive und unvergessliche Zeit im Ausland zu verbringen, gibt es viele. Unsere Veranstaltung bietet Anregungen, um beispielsweise ein Schuljahr in Großbritannien zu verbringen oder einen Sprachkurs in Frankreich zu besuchen. Oder wie wäre es mit einem workcamp in Grönland? Hier erhaltet ihr einen Überblick über viele Angebote von A wie Austauschjahr bis Z wie Zivildienst. Jede Menge praktische Hinweise zur Durchführung eures ganz

persönlichen „Abenteuers“ warten auf euch. Erlebnisreiche Auslandserfahrungen der Kursleiterin in Wort und Bild sollen euch ermutigen, diesen Schritt zu wagen.
 1 x / 3 UE / 6 €

W 53 24

Di, 15.06., 18.00 – 20.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Katharina Herrmann, Ethnologin

Work and Travel – „Ready for Australia“

Ein Intensivseminar für alle, die nach dem Schul- oder Studienabschluss eine längere Zeit in Australien reisen und arbeiten möchten. Es umfasst alle wichtigen Themen: Beantragung des Visums, Versicherungsfragen, Bewerbung und Jobsuche, Eröffnung eines Bankkontos und Beantragung der australischen Steuernummer, nötige Reiseausrüstung, Autokauf in Australien, Unterkünfte während der Reise ... und natürlich wo die schönsten Strände und Nationalparks zu finden sind.
 2 x / 8 UE / 20 €

W 53 25

Sa + So, 06.03. + 07.03., 10.00 – 13.00 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Nils Emmrich, Dipl.-Betriebswirt (BA)

Der Islam im Alltag

Der Islam ist nach dem Christentum die zweitgrößte Religion der Welt. Muslime leben auf allen Kontinenten, auch in Deutschland. Dennoch wissen wir oft nur sehr wenig über diese Religion und das Leben der Menschen in den Ländern Nordafrikas oder auf der Arabischen Halbinsel, wo der Islam zum Teil sogar Staatsreligion ist. Wie beeinflusst die Religion den Alltag der Menschen, der Kinder und Jugendlichen? Welche religiösen Feste werden im Lauf des Jahres gefeiert und was bedeutet die Religion für den einzelnen („Volksislam/ populärer Islam“). Anhand ausgewählter Länder aus unterschiedlich geographisch und kulturhistorisch geprägten Regionen werden verschiedene Aspekte des Alltagslebens erläutert.
 1 x / 3 UE / 6 €

W 53 26

Di, 01.06., 18.00 – 20.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Katharina Herrmann, Ethnologin

Gesellschaft

Gesundheit

Kunst

Sprachen

IT | Beruf

junge vhs

„Hinter den Kulissen“ der Semperoper: Die Maske

Der Chefmaskenbildner der Semperoper zeigt uns sein Reich. Wie wird ein junger Sänger der alte Mann, den er auf der Bühne darstellen soll? Wie zeigt man Gefühle, wenn man eine Maske vorm Gesicht hat? Diese und andere Verwandlungskünste wollen wir gemeinsam erkunden.

1 x / 2 UE / 5 €

W 54 01 (Osterferien)

Mi, 07.04., 14.00 – 15.30 Uhr

Treff: Semperoper, Seiteneingang Zwingerseite
Dietmar Zühlsdorf, Chefmaskenbildner

Ich will zur Schauspielschule

Du willst einmal auf der Bühne oder vor der Filmkamera stehen und die Zuschauer mit deinem Können beeindrucken? Dann wartet eine nicht ganz einfache Ausbildung auf dich! In unserem Kurs lernst du erstes Handwerkszeug des Schauspielberufes und kannst unter Anleitung einer erfahrenen Schauspielerin schon etwas für dein Hobby tun.

8 x / 16 UE / 40 €

W 54 02

Mo, 15.03. – 10.05., 16.30 – 18.00 Uhr

BSZ Wirtschaft, Melanchthonstraße 9
Ellen Schaller, Schauspielerin

Clowns-Theater

Wie schminkt sich ein Clown und wie findet er sein Clownskostüm? Was versteckt sich hinter dem Spiel mit der roten Nase und was ist der Unterschied zwischen Weißclown und Rotclown? Im Clownskurs kann jeder seine eigene Clownfigur entwickeln und findet dabei Antworten auf alle Fragen. Natürlich gibt es garantiert jede Menge Spaß.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränke
5 x / 15 UE / 30 €

W 54 03



Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Judith Kobar, Schauspielerin

Comic, Cartoon, Karikatur (9 – 10 J.)

Wer Witz und Humor hat, gern malt und zeichnet, kann im Kurs unter künstlerischer Anleitung Szenen und Geschichten aus dem Alltag, aber auch

Themen aus der Welt der Fantasie aufs Papier zaubern. Die Dresdner Künstlerin Leonore Adler zeigt euch genau, worauf es dabei ankommt.

Bitte mitbringen: Papier, Zeichenstifte, Farben.

1 x / 3 UE / gebührenfrei

W 54 04



Fr, 04.06., 14.30 – 16.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Leonore Adler, Malerin/Grafikerin

„Canaletto-Blick 2010“ Klasse 8 bis 12 (Juniordoktor)

Canalettos weltweit berühmtes Gemälde der Stadtansicht „Dresden – vom rechten Elbufer unterhalb der Augustusbrücke“ ist über 250 Jahre alt. Die fotografische Genauigkeit hat der Maler auch durch seine Arbeit mit der Camera obscura erreicht. Neugierige können unter künstlerischer Anleitung ihren eigenen, aktuellen „Canaletto-Blick“ mit oder ohne Camera obscura malerisch gestalten.

Anmeldung: www.dresden-wissenschaft.de.

1 x / 2 UE / gebührenfrei

W 54 05

Mi, 02.06., 17.00 – 18.30 Uhr

Ort: Neustädter Ufer, Treff: vor Biergarten

„Elbsegler“

Andreas Garn, Maler/Grafiker

Zeichnen, Malerei und Grafik

Ihr könnt euch Grundlagen im Malen, Zeichnen und in der grafischen Gestaltung aneignen. Genaues Hinschauen und Beobachten helfen euch bei der Erarbeitung von Skizzen und Zeichnungen (Motive aus Natur, Landschaft und Stadtansichten). Am Ende des Kurses besteht die Möglichkeit, kleine Radierungen in der Künstlerwerkstatt herzustellen.

Bitte mitbringen: Block DIN A 3 / A 4, Bleistifte, Pinsel, Temperafarben, Materialkosten 10 € für Radierungen.

4 x / 16 UE / 32 €

W 54 06 (Osterferien)

Di – Fr, 06.04. – 09.04., 10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sabine Wenzel, Künstlerin

Die künstlerische Mappe

Der Kurs bereitet auf ein Kunst- oder Designstudium vor und beschäftigt sich vorwiegend mit Objekt-, Figur-, Akt- und Portraits zeichnen, Malerei, Komposition, Collage, und Kreativitätstraining.

Es werden Fähigkeiten für die künstlerische Eignungsprüfung im Hinblick auf unterschiedliche Fachrichtungen vermittelt. Beratung, Korrektur und kritische Auseinandersetzung tragen zur Findung bei.

Bitte mitbringen: Zeichenutensilien, viel Papier, Acrylfarbe und 5 € für Modellkosten
5 x / 20 UE / 50 €

W 54 07



Mo – Fr, 19.07. – 23.07., 10.00 – 13.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anette Schäfer, Dipl.-Designerin Bühne / Kostüme

Aktzeichnen

Vor dem Modell werden die Verhältnisse und räumlichen Bezüge der menschlichen Gestalt erkundet und zeichnerisch umschrieben. Erkenntnisse der Anatomie und Proportionslehre ordnen die praktischen Erfahrungen. Die Schulung des Auges vor Natur und Bild soll bewirken, die erworbenen Fähigkeiten in frei gestalteten Bildern anzuwenden.

Mitzubringen: Farben, Papier, Bleistifte, Zeichenkohle, Modellkosten 15 €.
5 x / 20 UE / 50 €

W 54 08



Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sebastian Hennig, Maler / Grafiker

Offenbare Geheimnisse – Verführung zum Malen

Zeichnen in der Natur (ver)führt zum genaueren Beobachten des Naheliegenden. Auf Streifzügen durch die nähere Umgebung werden Naturstudien und Skizzen zusammengetragen, aus denen im Atelier eigenständige freie Bilder hervorgewachsen. Kenntnisse über Natur, Geschichte, Mythen, Märchen und Kunstüberlieferung werden herangezogen, um die individuelle Gestaltungskraft für das Einzelne im Bildzusammenhang zu entwickeln.

Mitzubringen: Farben, Papier, Bleistifte, Zeichenkohle,
5 x / 20 UE / 50 €

W 54 09



Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 12.30 – 15.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sebastian Hennig, Maler / Grafiker

Farbgestaltung – Experimente

Verschiedene malerische und grafische Techniken bis zur Mischtechnik und Collage werden ausprobiert, um die Wirkung der Farben zu erleben. Begleitet von Musik und Bildbeispielen, lässt eine spielerisch-kreative Herangehensweise ungeahnt neue Bilder entstehen.

Bitte mitbringen: Farben, Buntstifte, Wachscreide, Pastell, Tusche, Feder, Pinsel, Farbpapier, Schere und Klebstift.
4 x / 16 UE / 40 €

W 54 10



Mo, Do, 02.08. – 05.08., 13.00 – 16.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Mechthild Mansel, Malerin/Grafikerin

Modedesign – Grundlagen des Zeichnens und Gestaltens

Es können Kenntnisse und Fertigkeiten zur Darstellung des menschlichen Körpers, von Figuren und Modekollektionen in verschiedenen künstlerischen Techniken erworben werden. Begleitend zur praktischen Entwurfsarbeit fließen Grundlagen der Gestaltungslehre, der menschlichen Anatomie, der Farbenlehre und der Kostümkunde ein. Siehe auch W 52 15 „Berufswunsch: Modedesignerin“

Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, weiche Bleistifte, Pastellkreiden, Aquarell- oder Temperafarben, Scheren.
5 x / 20 UE / 50 €

W 54 11



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 12.30 – 15.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sabine Wenzel, Künstlerin

Mode- und Schneiderkurs für Anfänger

Du interessierst dich für Mode? Hier kannst du deine Ideen und Vorstellungen mit fachlicher Hilfe verwirklichen. Du lernst den Umgang mit der Nähmaschine und die Grundlagen des Schneiderns kennen. Dazu gehören: Stoff- und Modellauswahl, Maßnahmen, Zuschnitt und Nähen. Für den Anfang sind einfache Schnitte geeignet.

Auf Wunsch kann der Kurs in der letzten Sommerferienwoche weitergeführt werden.

Bitte mitbringen: Schnitt oder Modezeitung mit Schnitten, Schere, Stoff, Garn, Nadeln zum Heften.
5 x / 20 UE / 50 €

W 54 12



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 9.00 – 12.00 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Anette Schäfer, Dipl.-Designerin Bühne / Kostüme

Mein erstes Kleidungsstück entsteht

Ihr lernt den Umgang mit der Nähmaschine kennen und könnt euer erstes modisches Kleidungsstück (einfache Hose oder Rock) nähen. Fachliche Beratung und Anleitung helfen euch bei der Verwirklichung eurer Ideen. Eltern können sich gern mit anmelden.

Bitte mitbringen: einfache! Schnitte, Schere, Stoff, Nadeln zum Heften.
 5 x | 20 UE | 50 €

W 54 13



Mo – Fr, 28.06. – 02.07., 10.00 – 13.00 Uhr
 VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
 Vicky Böhme, Damenmaßschneiderin

Gitarre Melodie- und Akkordspiel (GK weiterführend)

Die im Grundkurs erworbenen Fähigkeiten werden weiterentwickelt und verstärkt durch die Liedbegleitung ergänzt.

Bitte mitbringen: Gitarre
 8 x | 16 UE | 48 €

W 54 14

Mi, 24.02. – 14.04., 16.15 – 17.45 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Lutz Joachim, Musiker

Gitarre Melodie- und Akkordspiel (GK weiterführend)

Teilnehmer vorangegangener Kurse oder Quereinsteiger können ihre Kenntnisse im Melodie- und Akkordspiel einschließlich Notenlehre auf höherem Niveau weiterentwickeln.

Bitte mitbringen: Gitarre
 10 x | 20 UE | 60 €

W 54 15

Do, 04.03. – 27.05., 16.15 – 17.45 Uhr
 VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
 Lutz Joachim, Musiker

Gitarre zum Kennen lernen

Im Kurs wirst du mit der Handhabung des Musikinstrumentes bekannt gemacht und lernst, ein einfaches Lied mit wenigen Grundakkorden zu begleiten. Vielleicht hast du ja Lust, deine Kenntnis-

se zu erweitern und den Kurs nach den Ferien fortzuführen.

Bitte mitbringen: Gitarre
 5 x | 15 UE | 45 €

W 54 16



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 10.00 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Lutz Joachim, Musiker

W 54 17



Mo – Fr, 12.07. – 16.07., 10.00 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Lutz Joachim, Musiker

Gitarre und Bass zum Kennen lernen

Die Gitarreros und Bassisten stehen immer in der ersten Reihe! Wenn du Lust hast auf E-Gitarre oder Bass, dann stehen Instrumente und Verstärker bereit. Ein Profi-Musiker spielt mit allen gemeinsam die ersten Akkorde, Riffs und Songs. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränke.
 2 x | 8 UE | 20 €

W 54 18



Mo, Di, 02.08. – 03.08., 15.00 – 18.00 Uhr
 „drummers büro“, Theaterhaus Rudi, Fechnerstr. 2 a
 Peter Wagler, Musiker

Trommelsound leicht gemacht!

Folge dem Rhythmus deiner Hände und schlage die Trommel! In diesem Kurs kannst du mit anderen gemeinsam Trommelrhythmen aus Afrika und Kuba kennen und spielen lernen. Conga, Djembe, Shaker, Glocken und vieles andere sind mehr als das Salz in der Rhythmussuppe! Ein erfahrener Percussionist und Trommellehrer wird euch zeigen, wie man mit diesen Instrumenten Klang und Rhythmus zustande bringt!

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränke.
 2 x | 8 UE | 20 €

W 54 181



Mo, Di, 28.06. – 29.06., 10.00 – 13.00 Uhr
 „drummers büro“, Theaterhaus Rudi, Fechnerstr. 2 a
 Mirko Liewald, Musiker

Schlagzeug zum Kennen lernen

Einmal Drummer sein! Bist du neugierig auf Schlagzeug? Es erwartet dich ein Raum mit vielen Drumsets und ein Profi-Schlagzeuger, der das Chaos des Krachs zu ordnen versteht. Für Kinder und

Jugendliche, die auch ohne Vorkenntnisse Lust zum Schlagzeugspielen haben, ist es der Einstieg.

Bitte mitbringen: Imbiss und Getränke.
2 x / 8 UE / 20 €

W 54 19

Mo, Di, 28.06. – 29.06., 10.00 – 13.00 Uhr
Musikschulzentrum, Schlüterstr. 37/Eing. Kipsdorfer Str.
Friedemann Mütze, Musiker

W 54 20

Mo, Di, 02.08. – 03.08., 10.00 – 13.00 Uhr
Musikschulzentrum, Schlüterstr. 37/Eing. Kipsdorfer Str.
Ulrich Gerbeth, Musiker

*Förderung besonders interessierter und befähigter Schüler –
Kunst, Musik, Malerei & Co.*

Talent und wie weiter?

Besonders interessierte Schüler mit gestalterischen Fähigkeiten und kreativen Ideen können ihr Talent in entspannter Atmosphäre unter humorvoller künstlerischer Anleitung weiterentwickeln. Unsere Einstiegsthemen sind „Blackbooks und die Perspektive“, „Wir machen Druck“ (Monotypien) und „Musik illustrieren“. Eure Wünsche bereichern das Angebot, das bei Interesse gemeinsam ausgebaut und fortgeführt werden kann.

10 x / 20 UE / 50 €

W 54 21

Do, 18.03. – 27.05., 17.00 – 18.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Christian Neuber, Grafiker mit Lehrberechtigung

Kunstgeschichte meiner Stadt

Wodurch zeichnen sich Epochen wie Barock, Jugendstil, Renaissance und Gotik aus? Wie erkennt man diese Baustile und wann werden sie zeitlich eingeordnet? Nach dem Kurs kannst du Kirchen, Schlösser und andere alte Gemäuer anhand ihrer Detailformen einordnen und ungefähr datieren. Außerdem werden wichtige architektonische Fachausdrücke erarbeitet, wie z. B. wogegen ein „Kämpfer“ kämpft, was eine „Kreuzblume“ ist und dass im „Chor“ nicht nur gesungen wird.

1 x / 3 UE / 6 €

W 54 22

Mi, 21.04., 17.00 – 19.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Monika Rosner, Kunsthistorikerin

Spannende Geschichten – Abenteuer im Tipi (ab 12 Jahre)

Eine Reise durch spannende Detektivliteratur im großen Tipi am Ufer der Elbe. Dazu leise Gitarrenklänge, Lagerfeuer, Knüppelkuchen oder Feuerpf...

Die bekannte Autorin Beate Baum liest aus packenden Jugendbüchern und aus ihren fesselnden Krimis. Lutz Joachim spielt Gitarre und singt mit euch. Natürlich könnt ihr auch eure Lieblingsgeschichte oder ein Musikinstrument für eine ganz persönliche Einlage mitbringen.

Bitte 2 € für Lebensmittel mitbringen.
1 x / 3 UE / 7 €

W 54 24

Mi, 07.07., 17.00 – 19.15 Uhr
Kanuverein Dresden e.V., Tolkewitzer Str. 79
Beate Baum, Autorin, Lutz Joachim, Musiker

Ideen und Tipps für die Schüler- oder Abschlusszeitung

Wie ist eine Zeitung aufgebaut? Was ist eine Glosse? Wodurch unterscheiden sich Nachricht und Bericht? Was zeichnet ein gutes Layout aus? Im Kurs bekommt ihr professionelle Hinweise zur Gestaltung von Artikeln und Textbeiträgen. Bringt deshalb eure eigenen Texte, Artikel oder Fotos mit. Am Kursende findet ein Besuch in der Redaktion der SZ statt. Den Termin legen wir gemeinsam fest.

4 x / 8 UE / 16 €

W 54 25

Mi, 17.03. – 14.04., 17.00 – 18.30 Uhr
MAN-Gymn., Haydnstr. 49
Angelika Gütter, Redakteurin

Schnelle Pfanne nach der Schule

Das Schulessen schmeckt nicht immer, für Mc Donalds reicht das Geld nicht und die Zeit ist auch knapp! Wie du trotzdem zu einem gesunden, schmackhaften und schnell zubereiteten Essen kommst, wirst du in diesem Kurs ganz praktisch erfahren.

Lebensmittelkosten ca. 3 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 55 01

Di, 16.03., 16.30 – 18.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Gunda Schrock, Ernährungsberaterin

Selber kochen macht Spaß ...

Selber kochen macht Spaß und das Mittagessen ist gesichert! Der Kurs bietet allen, die in den Ferien gern mal selber kochen wollen, Spaß und viele Ideen zu einfachen Gerichten. Nebenbei erfahrt ihr Wichtiges zur gesunden Ernährung und nehmt alltagstaugliche Rezepte mit nach Hause. Achtung, neue Rezepte!

Lebensmittelkosten ca. 3 € / Tag sind im Kurs zu entrichten.

3 x / 9 UE / 18 €

W 55 02



Mo, Mi, 28.06. – 30.06., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Gunda Schrock, Ernährungsberaterin

Das ist ein Käse!

Wir machen aus frischer Milch leckeren Käse und würzen ihn mit Kräutern aus dem eigenen Garten. Dabei können wir genau beobachten, wie mit allerlei Zugaben aus Milch ein echter Käse entsteht. Natürlich essen wir ihn gemeinsam und nehmen eine Kostprobe mit nach Hause. (Gefäß nicht vergessen!)

Lebensmittelkosten ca. 2,50 € / Tag sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 55 04

Di, 08.06., 16.00 – 18.15 Uhr

„Breitengrad“, HH, Alllaubegast 8

Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

Fremd essen – Internationale Küche

Wer richtig neugierig auf Speisen fremder Länder ist, kann in unserer modernen Küche internationale Speisen zubereiten. Leichte und schmackhafte Gerichte aus Italien und China stehen zur Auswahl. Neben heißen Tipps zum Kochen und vielen Probier- und Naschphasen gibt es interessante Informationen über Land und Leute. So kann Kochen Spaß machen!

Lebensmittelkosten ca. 3 € / Tag sind im Kurs zu entrichten.

2 x / 6 UE / 12 €

W 55 06



Di, Mi, 06.07. – 07.07., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Gunda Schrock, Ernährungsberaterin

Der Chefkoch bin ich!

Hee, du hast recht, wenn du glaubst, dass Kochen langweilig und schwer ist. Aber nicht in diesem Kochkurs! Mit einem echten Koch gehts ganz leicht. Bedingung ist nur, dass du die Suppe, die du gekocht hast, auch selbst auslöffelst. Eventuelle Fragen zur Ausbildung kannst du direkt an den Koch richten.

Lebensmittelkosten ca. 3 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 55 07

Di, 20.04., 17.00 – 19.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Tilo Diener, Hauswirtschaftslehrer

Kleine Kochschule

Unter dem Motto: „Gemeinsam planen, kochen und speisen“ bereiten wir kleine Menues zu und lernen dabei Arbeitstechniken, Kochmethoden und die Richtlinien zur gesunden Ernährung kennen. Wichtig ist uns der Zusammenhang zwischen sinnvollem Einkauf, schonendem Umgang mit Lebensmitteln, preiswertem Kochen und der Nutzung von Gartenprodukten für Gesundheit und Wohlbefinden.

Lebensmittelkosten ca. 3 € / Tag sind im Kurs zu entrichten.

5 x / 15 UE / 30 €

W 55 09



Mo – Fr, 19.07. – 23.07., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christiane Ebel, Dipl.-Lehrerin

Muffins – süß und herzhaft

„Die Geschmäcker sind verschieden.“ Deshalb backen wir das beliebte Gebäck in verschiedenen Varianten, ob mit Schokolade, Nüssen, Früchten oder mit herzhaften Einlagen, ist es ein Party-Hit! *Lebensmittelkosten ca. 3 € und Transportbehälter mitbringen.*

1 x / 3 UE / 6 €

W 55 10

Do, 01.07., 13.30 – 15.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Gunda Schrock, Ernährungsberaterin

Osterbäckerei

Neue Rezepte bringen euch österliches Backvergnügen: Verschiedene Teige zubereiten – austechen oder per Hand gestalten – backen und ansprechend verzieren – gemeinsam kosten, naschen oder anderen eine Freude damit machen.

Lebensmittelkosten ca. 3 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 4 UE / 8 €

W 55 11 (Osterferien)

Do, 01.04., 10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Tilo Diener, Hauswirtschaftslehrer | Konditor

Marzipanfiguren für den Osterstrauß

Es werden feine Figuren aus Marzipan modelliert und bunt verziert, so dass sie den Osterstrauß festlich schmücken oder verschenkt werden können.

Lebensmittelkosten ca. 4 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 4 UE / 8 €

W 55 12

Di, 23.03., 16.30 – 19.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Tilo Diener, Konditor

Kleine Festtagstörtchen

Wie wär's mit einer kleinen Festtagstorte? Die Zubereitung ist gar nicht so schwer und kann ganz schnell gehen.

1 x / 3 UE / gebührenfrei

W 55 13

Fr, 04.06., 14.00 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Tilo Diener, Konditor

Kochen, Backen, Grillen

Im Sommerkurs könnt ihr die Vielfalt der Zubereitung von Speisen sowohl in der Küche als auch im Garten am Grill kennen lernen.

Lebensmittelkosten ca. 3 € / Tag sind im Kurs zu entrichten.

3 x / 9 UE / 18 €

W 55 14

Mo, Mi, 12.07. – 14.07., 10.00 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christiane Ebelt, Dipl.-Lehrerin

Yoga für Mädchen ab 12 (Grundkurs)

Du erfährst auf sanfte Art die Grundprinzipien des Yoga. Auf der Reise durch deinen Körper nimmst du bisher kaum spürbare Regionen wahr, kräftigst und dehnt die Muskulatur, trainierst den Gleichgewichtssinn und lernst deinen Atem zu beobachten. Die Übungen werden individuell angepasst, denn sie dienen der Harmonisierung deiner körperlichen Kräfte und der Beruhigung deines Geistes. Ziel ist es auch, selbständig zu üben, um Müdigkeit, Stress und Blockaden abzubauen und das Wohlbefinden zu steigern.

Bitte mitbringen: dicke Socken.

8 x / 16 UE / 40 €

W 55 15

Mi, 17.03. – 12.05., 18.00 – 19.30 Uhr

Schule der Generationen, Espenstr. 5

Anja Vorwerk, Sozialpädagogin, Yogalehrerin

Von der Rolle zur Pyramide – Akrobatik für Anfänger

Rollt euch vor-, rück-, seitwärts! Seht die Welt verkehrt herum bei Kerze, Kopf- und Handständen! Tragt eure Freunde auf Händen und sichert sie! Werdet zu Stühlen, Katapulten oder Lindwürmern! Baut einfache Menschen-Pyramiden, 2 bis 3 Etagen hoch!

Bitte mitbringen: eng anliegende, nicht rutschende Sportkleidung, Socken

5 x / 20 UE / 40 €

W 55 16

Mo – Fr, 12.07. – 16.07., 9.30 – 12.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Berit Zurbuchen, Akrobatiklehrerin

Selbstbehauptung – Selbstverteidigung

Nicht Muskelkraft und Kondition sind die Voraussetzungen zur Teilnahme, sondern die Bereitschaft, sich auf seinen Körper einzulassen, seine Stärken kennen zu lernen und zu nutzen. Koordination und gesunde Bewegungsabläufe und eine geschärfte Wahrnehmung stehen im Mittelpunkt des Trainingsprogramms.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe.

7 x | 14 UE | 28 €

W 55 17

Mo, 12.04. – 31.05., 17.00 – 18.30 Uhr
Selbstschutzcenter, Reinhold-Becker-Str. 6 a
Maik Eberhart, Referent für Selbstverteidigung

Judo – sanfte Kunst der Selbstverteidigung

Jede Stunde beginnt mit allgemeinem Training zur Stärkung der Skelettmuskulatur und mit spielerischen Übungsformen zur Verbesserung von Körpergefühl und Bewegung, Kognition und Intuition. Für den Schutz des Körpers steht zuerst die Fallschule im Mittelpunkt, danach werden die ersten Techniken (Würfe) mit dem Partner vermittelt.

Bitte mitbringen: lange Sporthose, T-Shirt.

10 x | 20 UE | 40 €

W 55 18

Di, 09.03. – 18.05., 17.30 – 19.00 Uhr
32. GS, Hofmannstr. 34/Eing. L.-Hartmann-Str.
Anita Pavel, Judotrainerin

Taekwondo (ab 12 Jahre)

TAE – Fußtechniken, KWON – Armtechniken, DO – Geist. Traditionelles Taekwondo fordert Körper und Geist und ist ein guter Ausgleich zum Alltag. Es lehrt, schnell zu reagieren und sich auf eine Sache zu konzentrieren. Der Körper gewinnt an Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt. Taekwondo ist in mehreren Bundesländern eine anerkannte Schulsportart.

Bitte mitbringen: T-Shirt, lockere lange Hose.

10 x | 20 UE | 40 €

W 55 19

Fr, 19.03. – 04.06., 17.00 – 18.30 Uhr
Taekwondo/Allkampfschule, Fetscherstraße 32/34
Heinrich Magosch, Großmeister/6. Dan Allkampf

Kyudo – Japanisches Bogenschießen (ab 14 Jahre)

Kyudo ist eine traditionelle Kampfkunst. Im Einführungskurs werden die Grundtechniken vermittelt und trainiert, mit einem 2,20 m langen Bogen zu schießen.

4 x | 12 UE | 30 €

W 55 20

Sa, 17.04. – 15.05., 9.00 – 11.15 Uhr
Turnhalle Höckendorfer Weg 20
Izumi Maeda-Wolters, Trainerin

Inline Skating – Die ersten Schritte

Inline Skating hat sich als moderne sportliche Fortbewegungsart durchgesetzt. Um mit Sicherheit und richtiger Technik fahren zu können, werden im Kurs besonders die Lauftechnik (Grundschritte, Bögen fahren), die Falltechnik und vor allem das Bremsen vermittelt. Bei Regen kann das Training aus Sicherheitsgründen nicht stattfinden, der Termin wird nachgeholt.

Bitte mitbringen: Inline Skates, Knie-, Ellenbogen- und Handschützer, Helm ist Pflicht.

1 x | 3 UE | 9 €

W 55 21

Sa, 08.05., 10.00 – 12.15 Uhr
Treff: Großer Garten, Eingang Fürstenallee
Nicole Machate, Trainerin Breitensport

W 55 23

Sa, 05.06., 10.00 – 12.15 Uhr
Treff: Großer Garten, Eingang Fürstenallee
Nicole Machate, Trainerin Breitensport

Inline Skating (weiterführend)

Aufbautraining: bremsen, kurven, rückwärts fahren und übersetzen

Bitte mitbringen: Inline Skates, Knie-, Ellenbogen- und Handschützer, Helm ist Pflicht.

1 x | 3 UE | 9 €

W 55 22

Sa, 29.05., 10.00 – 12.15 Uhr
Treff: Großer Garten, Eingang Fürstenallee
Nicole Machate, Trainerin Breitensport

W 55 24

Sa, 19.06., 10.00 – 12.15 Uhr
Treff: Großer Garten, Eingang Fürstenallee
Nicole Machate, Trainerin Breitensport

Eislaufen für Anfänger mit Vorkenntnissen

Im Kurs könnt ihr eure Anfängerkenntnisse unter fachlicher Anleitung verbessern und entwickeln. Schwerpunkte sind vorwärts und rückwärts Laufen und Übersetzen, Bremsen, Schrittraining, Kantenlauf und Richtungswechsel.

Bitte mitbringen: geschliffene Eiskunstlaufstiefel (vor Ort gegen Gebühr ausleihbar), Knieschützer, ca. 3 € Eintritt pro Tag.

4 x | 5 UE | 25 €

W 55 25

Sa, So, 27.02. – 07.03., 12.45 – 13.45 Uhr
Hains Freizeitzentrum, Eisbahn, 01705 Freital
Jana Nitzsche, Eisläuferin

Fit mit Tennis für Anfänger (ab 10 J.)

Hier könnt ihr die Sportart Tennis näher kennen lernen, Spaß an neuer sportlicher Bewegung haben und Energie für das neue Schuljahr tanken.

Mitzubringen: Turnschuhe.

5 x | 10 UE | 30 €

W 55 26



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 9.00 – 10.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Waltraud Belger, Tennistrainerin

Fit mit Tennis für Anfänger (ab 14 J.)

Hier könnt ihr die Sportart Tennis näher kennen lernen, Spaß an neuer sportlicher Bewegung haben und Energie für das neue Schuljahr tanken.

Mitzubringen: Turnschuhe.

5 x | 10 UE | 30 €

W 55 27



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 10.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Waltraud Belger, Tennistrainerin

Tischtennis-Turnier

Mit unserem Tischtennis-Turnier um den „Pokal der jungen vhs“ unterstützen wir deine Gesundheit, Fitness und geistige Beweglichkeit.

Mitzubringen: Turnschuhe.

1 x | 2 UE | gebührenfrei

W 55 28



Fr, 04.06., 14.30 – 16.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3

Angebote für Vorschulkinder

Der Fachbereich junge vhs hat spezielle Kurse und Veranstaltungen für Fünf- bis Sechsjährige entwickelt, die sich an den aktuellen Bildungsplänen orientieren. Sie unterstützen ergänzend die Vorbereitung auf den neuen Lebensabschnitt Schule. Die Kursinhalte sind eng mit Themen aus der Welt der Kinder verbunden und werden von qualifizierten Kursleitern altersgerecht, anschaulich, verspielt und lustvoll vermittelt. Sehr gern erfüllen wir „maßgeschneiderte“ Wünsche und kommen auch in Ihre Kindereinrichtung.

Starke und selbstbewusste Vorschulkinder

In Vorbereitung auf die Schule wünschen sich Eltern, dass ihre Kinder möglichst in jeder Situation das Richtige tun – nämlich genau wissen, wann ein erster Blick, ein selbstbewusster Gang oder eine klare Aufforderung ausreichen, um sich durchzusetzen. Der Kurs möchte zur Entwicklung des Selbstbewusstseins, der Selbstbehauptung und Entscheidungskraft von Kindern beitragen, die sehr ängstlich sind, sich zu stark beeinflussen lassen und nicht „Nein“ sagen können. Elternkontakt ist erwünscht.

6 x | 8 UE | 20 €

W 56 01

Di, 13.04. – 18.05., 16.00 – 17.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Hannelore Bischoff, Diplom-Psychologin

Yoga und Entspannung für Vorschulkinder

Kinder werden altersgerecht und in einer kleinen Gruppe mit verschiedenen Entspannungsübungen vertraut gemacht, um ruhiger, ausgeglichener und konzentrierter zu werden. Eltern können sich gern mit anmelden.

9 x | 12 UE | 30 €

W 56 02

Mo, 15.03. – 17.05., 16.00 – 17.00 Uhr
Schule der Generationen, Espenstraße
Anja Vorwerk, Sozialpädagogin, Yogalehrerin

Bobby-Schwimmkurs für Vorschulkinder (ab 5 Jahre)

Springen, Schwimmen, Tauchen – endlich kann ich es allein! Kinder, die das Schwimmen lernen wollen, können das in unseren kompakten Ferienkursen mit viel Spaß und unter fachlicher Anlei-

tung beginnen. Ein Aufbaukurs kann eingerichtet werden. Nähere Informationen bei Anmeldung.
Bitte mitbringen: Bade- und Duschtensilien.
5 x / 7 UE / 50 €

W 56 03



Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 8.15 – 9.15 Uhr
ELBAMARE Erlebnisbad, Wölfnitzer Ring 65
Annett Pötschke, Dipl.-Sportlehrerin

„Semmeln, Storch und Flieger“ – Eislaufen für Anfänger ab 5 Jahre

Kinder machen an zwei Wochenenden ihre ersten Schritte und Erfahrungen unter fachlicher Anleitung auf der glatten Bahn. Sie üben vorwärts und rückwärts Laufen, Ausweichen und Bremsen. „Semmel, Storch und Flieger“ sind Übungsfiguren, die Kindern großen Spaß machen und zur Laufsicherheit beitragen.

Bitte mitbringen: geschliffene Eiskunslaufstiefel (vor Ort gegen Gebühr ausleihbar), Knieschützer, ca. 3 € Eintritt pro Tag.
4 x / 5 UE / 25 €

W 56 04

Sa, So, 27.02. – 07.03., 11.30 – 12.30 Uhr
Hains Freizeitzentrum, Eisbahn, 01705 Freital
Jana Nitzsche, Eistänzerin

Kreativer Kindertanz (Vorschulkinder)

Rhythmische und räumliche Spiele vertiefen die Bewegungsfreude, wecken Spaß am Tanzen und Improvisieren. Auf musische und kreative Weise werden Koordination, Beweglichkeit und Körperbewusstsein weiterentwickelt und gefördert.

12 x / 12 UE / 30 €

W 56 05

Mi, 03.03. – 26.05., 16.30 – 17.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3

Ich und die großen Künstler (4 bis 6 J.)

Einen Nachmittag lang dreht sich alles nur um dich! Wir zeichnen, malen, basteln und staunen, wie toll wir mit blauen Gesichtern und grünen Haaren aussehen.

Bitte mitbringen: Farben, Wachsmalstifte, lange Bahnen Papier, Pinsel, Taschenspiegel, Stoffreste.
1 x / 2 UE / 5 €

W 56 06

Do, 18.03., 16.00 – 17.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anette Schäfer, Dipl.-Designerin Bühne / Kostüme

Deutsch als Fremdsprache für Vorschulkinder (Kleingruppe)

Ausländische Vorschulkinder machen sich sprachlich fit für die Schule. Sie lernen schneller zusammenhängendes und ausdrucksvolles Sprechen. Dabei wird vor allem Wert auf die Erweiterung des Wortschatzes und die Präzisierung von Begriffen gelegt. Vielfältige didaktische Übungen und altersgerechte Spiele unterstützen das Erlernen der deutschen Sprache.

10 x / 10 UE / 40 €

W 56 07

Mi, 14.04. – 16.06., 16.30 – 17.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Berit Zurbuchen, Lehrerin

Angebote für Grundschüler

Unsere Angebote für Grundschüler sind vorwiegend auf Wunsch von Eltern, Lehrern und Kindern konzipiert worden. Viele davon werden schon seit einigen Semestern mit guten Ergebnissen durchgeführt. Wir freuen uns besonders über die Teilnahme von Eltern/Großeltern in den speziell dafür ausgewiesenen Kursen und über neue Anregungen für das kommende Semester.

Köpfchen in Bewegung

Mathematischer, naturwissenschaftlicher Findigkeitslauf für Schüler
1 x / 2 UE / gebührenfrei

W 56 09



Fr, 04.06., 15.00 – 16.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Dr. Werner Breuer, Hochschuldozent

IG „Mathematik als Hobby“

Die IG „Mathematik als Hobby“ nimmt besonders interessierte und befähigte Kinder ab Klasse 3 auf. In aufgelockelter Atmosphäre wird nicht nur Wissen aus dem Mathematikunterricht vertieft und erweitert, sondern auch Stoff vermittelt, der in der Schule kaum behandelt wird. Die erworbenen Kenntnisse tragen zur Ausprägung mathematisch bedeutsamer Fähigkeiten bei und sind eine gute Vorbereitung auf das Gymnasium und zentrale Mathematik-Olympiaden.

Mathe als Hobby (Klasse 3 – 4)

10 x / 20 UE / 50 €

W 56 10

Mi, 03.03. – 12.05., 16.30 – 18.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dr. Werner Breuer, Hochschuldozent

W 56 11

Mo, 01.03. – 10.05., 15.00 – 16.30 Uhr

43. Grundschule, Riegelplatz 2

Dr. Werner Breuer, Hochschuldozent

„Schlaue Füchlein“ – Kinder forschen

„Schlaue Füchlein“ sind neugierig, beobachten genau und stellen immer viele Fragen: Wie macht man Brausepulver? Warum wachsen Zauberkristalle am Faden? Verdoppelt sich ein Euro im Wasserglas? Warum schwimmt ein Eisberg auf dem Wasser? Was ist ein Glückstest?... Kinder werden kleine Wissenschaftler, wenn sie Zusammenhänge in der Natur erforschen, biologische Beobachtungen mit Hilfe des Mikroskops und einfache chemische Alltagsexperimente durchführen oder physikalische Vorgänge erklären.

2 x / 8 UE / 16 €

W 56 12



Do + Fr, 15.07. + 16.07., 9.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christiane Ebel, Dipl.-Lehrerin

Starke und selbstbewusste Kinder

Eltern wünschen sich, dass ihre Kinder möglichst in jeder Situation das Richtige tun – nämlich genau wissen, wann ein erster Blick, ein selbstbewusster Gang oder eine klare Aufforderung ausreicht,

um sich durchzusetzen. Der Kurs möchte zur Entwicklung des Selbstbewusstseins, der Selbstbehauptung und Entscheidungskraft von Schulkindern beitragen, die sehr ängstlich sind, sich zu stark beeinflussen lassen und nicht „Nein“ sagen können.

9 x / 12 UE / 30 €

W 56 13

Di, 13.04. – 08.06., 17.00 – 18.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Hannelore Bischoff, Diplom-Psychologin

Lerntechniken für Kinder (Kleingruppe)

Auch das Lernen will gelernt sein, besonders das Lernen mit beiden Gehirnhälften. Bei der Vermittlung und Übung altersgerechter Methoden und Techniken werden die Kinder bei ihren Stärken abgeholt, um bestehende Defizite in der Aufnahme, Verarbeitung und Wiedergabe von Lerninhalten abzubauen und effektiver zu lernen.

6 x / 8 UE / 20 €

W 56 14

Mi, 10.03. – 21.04., 16.30 – 17.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Hannelore Bischoff, Diplom-Psychologin

Konzentrationstraining (Kleingruppe)

Vielen Schülern fehlen Ausdauer und Geduld, die anstehenden Aufgaben konsequent und zielgerichtet abzarbeiten. Das soll im Kurs in kleiner Gruppe trainiert und automatisiert werden. Zur Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten und Fertigkeiten wird die geteilte Aufmerksamkeit aufgebaut. Sie beeinflusst die Handlungsfähigkeit und Flexibilität des Schülers, mit Lerninhalten umzugehen.

6 x / 8 UE / 20 €

Anja Pöttsch, Personal Coach und psychotherapeutische Heilpraktikerin:



Mein Name ist Anja Pöttsch, ich bin 35 Jahre jung und Mutter von 3 tollen Mädchen. Seit 2009 arbeite ich aktiv mit der jungen vhs zusammen. Es macht mir viel Freude gemeinsam mit dem Team der VHS neue Themenbereiche zu erschließen und diese dann an Schulen im Rahmen der Ganztagsangebote oder in Form von Projekten umzusetzen. Aktuell gehören zu meinen Kursen: Yoga für Kinder, Gehirnjogging, Entspannungsverfahren, Schulprojekte: „Das starke Selbst“, „Trinklimit – oder es wird peinlich“.

Gesellschaft

Gesundheit

Kunst

Sprachen

IT | Beruf

junge vhs

W 56 15

Mo, 19.04. – 31.05., 17.00 – 18.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Karen Garitz, Lerntherapeutin

Gehirngymnastik für Kinder (Kleingruppe)

Die Übungen aktivieren und koordinieren beide Gehirnhälften, erhöhen die Stresstoleranz und das Wohlbefinden. Gehirngymnastik fördert eine gesteigerte Konzentration, mehr Kreativität, Selbstorganisation, freies Sprechen, Kommunikation, Leseverständnis, Schnell-Lesen und damit bessere Lernergebnisse. Der Kurs beinhaltet viele Tipps und Methoden zur effektiven Entspannung. Eltern können sich gern mit anmelden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Antirutschsocken, Neugier.
6 x / 8 UE / 20 €

W 56 16

Do, 11.03. – 29.04., 17.00 – 18.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sylvia Gräfe, Psychotherapeutische Heilpraktikerin

Yoga für Grundschüler

Kinder werden altersgerecht und in kleiner Gruppe mit Yogaübungen vertraut gemacht. Es macht ihnen Spaß, die verschiedenen Komponenten auszuprobieren und sich bewusst mit dem eigenen Körper auseinander zu setzen. Die entspannenden Effekte unterstützen die Aufnahmebereitschaft der Kinder, dem Alltag ruhiger, ausgeglichener und konzentrierter zu begegnen.

9 x / 12 UE / 30 €

W 56 17

Mo, 15.03. – 17.05., 17.00 – 18.00 Uhr
Schule der Generationen, Eспенstr. 5
Anja Vorwerk, Sozialpädagogin, Yogalehrerin

Kleiner Knigge für Grundschüler

Im spielerischen Umgang miteinander werden unterschiedliche Verhaltensweisen zwischen Kindern, Geschwistern, Eltern, Lehrern und Fremden besprochen, in nachhaltig beeindruckenden Rollenspielen dargestellt und richtig eingeordnet. Eltern sind zur ersten Veranstaltung eingeladen.

3 x / 4 UE / 10 €

W 56 18

Do, 27.05. – 10.06., 16.30 – 17.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anja Pötzsch, Psychotherapeutische Heilpraktikerin

Von der Grundschule ins Gymnasium

Der Übergang von der Grundschule zum Gymnasium ist für Kinder und Eltern oft eine große Herausforderung. Neue Schule, andere Lehrer, schnelleres Arbeitstempo und Lernprozesse, die wesentlich komplexer sind. Im Ferienkurs werden Lern- und Arbeitstechniken besprochen, die mit lockeren Übungen und Rollenspielen gefestigt werden: Wie lerne ich effektiv? Wie behalte ich besser? Stressfrei in die Klassenarbeit? Was kann ich mir zutrauen? Es gibt viele Tipps, die den Schulübergang als freudigen Neubeginn unterstützen.
3 x / 9 UE / 23 €

W 56 19

Mo – Mi, 02.08. – 04.08., 10.00 – 12.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sylvia Gräfe, Psychotherapeutische Heilpraktikerin



Deutsch für ausländische Grundschüler (Kleingruppe)

Grundschüler, die Deutsch nicht als Muttersprache sprechen, lernen in Ergänzung zum Schulunterricht inhaltsreiches, zusammenhängendes und ausdrucksvolles Sprechen. Dabei wird besonderer Wert auf die Erweiterung des Wortschatzes und die Präzisierung von Begriffen gelegt. Vielfältige didaktische Übungen und altersgerechte Spiele unterstützen das Erlernen der deutschen Sprache.

10 x / 10 UE / 40 €

W 56 20

Mi, 14.04. – 16.06., 17.15 – 18.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Berit Zurbuchen, Lateinlehrerin

Lesen und Schreiben lernen bei Leserechtschreib-Schwäche (Kleingruppe)

Ausgehend vom Stand der individuellen Fähigkeiten des Schülers werden systematisch und schrittweise Rechtschreibfähigkeiten und Lesefertigkeiten aufgebaut. Um an den Lerndefiziten des Schülers gezielt arbeiten zu können, ist auch Einzelunterricht möglich. Für Schüler ab Klasse 5 siehe W 51 39 ff.

12 x / 16 UE / 72 €

W 56 21

Do, 04.03. – 10.06., 16.30 – 17.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Christoph Melichar, Diplom-Psychologe, Lerntherapeut

Deutsch bei Lese-Rechtschreib-Störung (Kleingruppe)

Nach gründlicher Analyse der Ursachen und Umstände der Lese- und Rechtschreib-Störung durch autorisierte Fachkräfte wird eine gezielte und kontinuierliche Arbeit in Kleingruppen durchgeführt. Auf Wunsch können auch Einzelunterrichte oder maßgeschneiderte Kurse eingerichtet werden. Kurse für Schüler ab Klasse 5 siehe W 51 39 ff.

12 x | 16 UE | 72 €

W 56 22

Di, 09.03. – 01.06., 16.00 – 17.00 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Ursula Schulz, Lehrerin

Rechnen lernen bei Rechenschwäche (Kleingruppe)

Ausgehend vom Stand der individuellen Fähigkeiten werden mathematische Fähigkeiten aufgebaut. Unter Einbeziehung der Handlungsebene wird das Verständnis für Grundrechenoperationen, Mengen- und Zahlvorstellungen geschult. Auf Wunsch kann auch Einzelunterricht erteilt werden. Für Schüler ab Klasse 5 siehe W 51 42.

12 x | 16 UE | 72 €

W 56 23

Do, 04.03. – 10.06., 17.30 – 18.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Christoph Melichar, Dipl.-Psychologe, Lerntherapeut

Rechenschwierigkeiten – Ursachen und Förderung (Kleingruppe)

Es wird gezielt vom zählenden zum denkenden Rechnen hingearbeitet. Die Kinder werden Zahlenbegriffe besser verstehen und Methoden des Rechnens richtig verinnerlichen. Dieser Kurs ist nur für Kinder gedacht, die eine Rechenschwäche haben. Auf Wunsch können auch Einzelunterrichte oder maßgeschneiderte Kurse eingerichtet werden. Für Schüler ab Klasse 5 siehe W 51 42.

10 x | 20 UE | 90 €

W 56 24

Mo, 08.03. – 17.05., 16.00 – 17.30 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Hannelore Bischoff, Diplom-Psychologin

Tastschreiben für Grundschüler

Rechtzeitiges Beherrschen der richtigen Handhabung der Tastatur ist eine gute Alternative zum "2-Finger-Suchsystem". Mit Hilfe spezieller kind-

gerechter Schreibprogramme wird das 10-Finger-Tastensystem erlernt und sämtliche Griffwege einschließlich Ziffern und Zeichen erarbeitet.

5 x | 10 UE | 25 €

W 56 26



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 11.30 – 13.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marlies Porath

Vorhang auf – Märchen, Spannung, Schattenspiele

Wer ist schon mal über seinen Schatten gesprungen? Wer hat mit Sonnen- oder Kerzenlicht ausprobiert, wie Schatten groß und klein werden können? Wir wollen gemeinsam eine spannende Geschichte gestalten, mit verteilten Rollen lesen, in die handelnden Figuren schlüpfen und auch eine besondere Theaterfigur selber basteln. Und dann: Vorhang auf! Das Schattenspiel kann beginnen.

5 x | 10 UE | 25 €

W 56 27



Mo – Fr, 12.07. – 16.07., 10.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Angelika Gütter, Redakteurin

Aquarellmalerei – Malkurs für Kinder

Beim Aquarellmalen spielt das Element Wasser eine bedeutende Rolle, sein fließender und transparenter Charakter setzt unbegrenzte Fantasien der Kinder frei. Farbwirkung und Kontraste stehen im Mittelpunkt der gestalterischen Mittel.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier, Farben und einfache Rindhaarpinsel, Bleistifte.

5 x | 20 UE | 40 €

W 56 28



Mo – Fr, 05.07. – 09.07., 9.00 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sabine Wenzel, Künstlerin

Die schönsten Kunstwerke meiner Stadt

Was ist das Besondere an der Kunst in unserer Stadt? Kinder nähern sich der Kunstgeschichte ihrer Heimatstadt auf unterhaltsame Weise und versuchen zu verstehen: Warum heißt der Zwinger Zwinger? Warum langweilen sich die kleinen Engelchen der Sixtini-schen Madonna so? Wer hat mit der asiatischen Puppenstube, dem „Hofstaat des Großmoguls“ im Neuen Grünen Gewölbe, eigentlich gespielt, ...?

1 x | 2 UE | gebührenfrei

W 56 29

Fr, 04.06., 15.00 – 16.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Monika Rosner, Kunsthistorikerin

Brot- und Pizzabacken im Lehmofen

Einen Nachmittag lang können wir uns mit unserem selbst gemachten Pizza- und Brotteig am Lehmofen austoben. Wir mahlen das Mehl für unser erstes Brot selbst, bereiten den Teig zu und lernen dabei Interessantes über die Geschichte des Brotes. Dann wird unser gekneteter und schön geformter Teig zum Backen in den Ofen geschoben. Gegessen wird gemeinsam. Eltern können sich gern mit anmelden.

Lebensmittelkosten ca. 2 €/TN sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 56 30

Di, 27.07., 16.00 – 18.15 Uhr
„Breitengrad“, HH, Altlaubegast 8
Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

Kleine Kräuterhexen und Zauberlehrlinge

Löwenzahn und Gänseblümchen kennt ihr. Aber habt ihr schon mal was von Scharbockskraut und den Fußspuren der Indianer gehört? Gemeinsam sammeln und bestimmen wir die frischen Elbwiesenkräuter. Daraus bereiten wir dann ein Hexenmahl, das wir gemeinsam verspeisen.

1 x / 3 UE / 6 €

W 56 31

Mo, 12.07., 16.00 – 18.15 Uhr
Treff: „Breitengrad“, HH, Altlaubegast 8
Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

RitscheRatsche – Holzgestaltung

Holzgestaltung heißt, handwerklich tätig zu sein, Kreativität zu entwickeln und den Umgang mit Werkzeugen gut zu beherrschen. Bei der Gestaltung eines kleinen Kunstwerkes lernen Kinder, mit Stücksäge, Schnitzmesser, Holzleim und LötKolben umzugehen. Eltern können sich gern mit anmelden.

*Bitte mitbringen: 8 € für Material und Werkzeug.
3 x / 12 UE / 30 €*

W 56 32

Mo – Mi, 19.07. – 21.07., 14.00 – 17.00 Uhr
Werkstatt, Bismarkstraße 56
Linda Bieckenhain, Holzgestalterin

Judo für Kinder

Jede Stunde beginnt mit einem allgemeinen Grundlagentraining zur Stärkung der Skelettmuskulatur und mit spielerischen Übungsformen zur Verbesserung des Körpergefühls, der Bewegungsfertigkeiten, der Kognition und Intuition. Für den Schutz des Körpers steht zuerst die Fallschule im Mittelpunkt, danach werden die ersten Techniken (Würfe) mit dem Partner vermittelt.

10 x / 20 UE / 40 €

W 56 34

Di, 09.03. – 18.05., 16.00 – 17.30 Uhr
32. GS, Hofmannstr. 34/Eing. L.-Hartmann-Str.
Anita Pavel, Judotrainerin

Seepferdchen-Schwimmkurs für Grundschüler mit Vorkenntnissen

Springen, Schwimmen, Tauchen – endlich kann ich es allein! Kinder, die das Schwimmen lernen wollen, können das in unseren kompakten Ferienkursen unter fachlicher Anleitung und mit viel Spaß tun. Nähere Informationen bei Anmeldung. *Bitte mitbringen: Bade- und Duschtutensilien.*

5 x / 7 UE / 50 €

W 56 35

Mo – Fr, 26.07. – 30.07., 9.15 – 10.15 Uhr
ELBAMARE Erlebnisbad, Wölfnitzer Ring 65
Annett Pötschke, Dipl.-Sportlehrerin

Englisch für Grundschüler Klasse 1 / 2

Lieder, Geschichten und Spiele in lockerer Atmosphäre vertiefen und erweitern die Kenntnisse aus der Kindertagesstätte und bauen eine sinnvolle Brücke zum Englischunterricht ab Klasse 3.

9 x / 12 UE / 30 €

W 56 36

Mi, 17.03. – 19.05., 17.30 – 18.30 Uhr
MAN-Gymn., Haydnstr. 49
Nadine Riedel, Gymnasiallehrerin

Spanisch für Grundschüler

Die jungen Teilnehmer werden sanft und auf spielerische Weise an die spanische Sprache herangeführt. Lieder, Spiele und kleine Geschichten begleiten die Themen aus der Welt der Kinder. Unterrichtsmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

9 x / 12 UE / 30 €

W 56 37

Do, 18.03. – 03.06., 15.30 – 16.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Marco Alejandro Fritz-Puga, Muttersprachler

Französisch für Grundschüler

Die jungen Teilnehmer werden sanft und auf spielerische Weise an die französische Sprache herangeführt. Lieder, Spiele und kleine Geschichten begleiten die Themen aus der Welt der Kinder. Unterrichtsmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

9 x / 12 UE / 30 €

W 56 38

Di, 16.03. – 18.05., 17.30 – 18.30 Uhr

MAN-Gymn., Haydnstr. 49

Nadine Riedel, Gymnasiallehrerin

Projekte – Vorbereitung, Gestaltung, Präsentation

Die „junge vhs“ als Partner für Schulprojekte

Im Kasten findet ihr eine Auswahl aus unserem Projektangebot für eure Klasse oder Schule. Gern sind wir bereit, eure besonderen Wünsche konzeptionell zu unterstützen und die Durchführung für euch zu organisieren. Ruft einfach an: Tel. 254 40 33/53

W 57 01

Erika Fengler

Gesellschaft

Gesundheit

Kunst

Sprachen

IT | Beruf

junge vhs

Die *junge vhs* als Partner für Schulprojekte

Nähere Informationen bei

Erika Fengler, Tel.: 0351 25440-33

Karin Kalms, Tel.: 0351 25440-53

Eine Auswahl aus unserem Projektangebot:

- Startklar für die Welt – Projekt zum „Globalen Lernen“
- Kunst und Technik – Malen mit der Camera obscura
- Musiktheater – Ein Fall für junge Leute
- „Trinklimit – oder es wird peinlich“
- Das starke „Selbst“ – Kompetenztraining
- Gemeinsam planen, kochen, wohlfühlen

u. v. m.



Schulprojekte der *jungen vhs*: Tel. 0351 25440-33/-53

Kurse für Familien

„Wenn der Vater und die Mutter mit dem Kinde ...“

Die Familie ist und bleibt der Ort, wo Menschen in ganz besonderer Weise mit ihren Eigenheiten, Stärken und Schwächen angenommen werden. Für die Geborgenheit in der Familie gibt es keinen Ersatz. Sie ist Lohn und Anstrengung zugleich, Teil unseres Lebens und Arbeitens.

Zusammenleben kann gelingen, wenn Kinder ausreichend Beachtung finden und die Familie verbinden. Anregungen zu einem schönen Miteinander will die Lehrgangsreihe „Familienangebote“ vermitteln. Gemeinsames Lernen und Erleben stärken den Zusammenhalt und fördern Körper und Geist unserer Kinder. Wir laden Sie ein zu Unternehmungen, sich miteinander die Welten von Kindern und Eltern zu erschließen.

Bitte beachten Sie die Altersangaben für Kinder in der Ausschreibung der Kurse! Ihre Kinder erhalten bei Familienangeboten eine Ermäßigung der Gebühr von 50 %.

Sinnesanregungen zur Entwicklungsförderung

Mütter und/oder Väter treffen sich hier gemeinsam mit ihren etwa gleichaltrigen Babys, um spielerisch die Entwicklung ihres Kindes zu unterstützen. Eine Ergotherapeutin bietet altersgerechte Angebote mit verschiedenen Materialien, Bewegung, Musik und Rhythmen an. Die Kinder werden damit im sozialen, motorischen und sensorischen Bereich gefördert.

„Bambino“-Gruppe für Babys im Krabbelalter

W 15 15

9 x / 12 UE / 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

Fr, 16.04. – 11.06., 9.45 – 10.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katrin Ritschel, Ergotherapeutin

„Strolch“-Gruppe 1- bis 3-jährige Kinder

W 15 155

9 x / 12 UE / 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

Fr, 16.04. – 11.06., 11.00 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Katrin Ritschel, Ergotherapeutin

Waldwärts wandern – Unterwegs mit Frau Grünrock

Während der Wanderungen erhalten Eltern Anregungen, wie Sie Ihren Kindern die Natur nahe bringen können. Eine Försterin führt Groß und Klein

durch die Dresdner Heide im Wandel der Jahreszeiten. Ein entspannter Vormittag wird durch gemeinsame spielerische Aktivitäten wie Sammeln, Suchen, Beobachten gestaltet und mit musikalisch-lyrischen Elementen sowie einem kleinen kulinarischen Angebot abgerundet.

Winteraustrieb im Wald

Es ist die Zeit, in welcher der Zauberer Frostbart den Wald beherrscht. Alle Waldbewohner unterliegen seiner Macht. Wir unternehmen einen Streifzug durch sein Reich und machen uns auf die Suche nach dem Zauberspruch, der alle Waldwesen aus dem Bann des Zauberers befreit! Materialkosten ca. 2 € pro Familie für Erinnerungsmedium und Kreativmaterial sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 4 UE / 9 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 15 16

Sa, 27.02., 9.30 – 12.30 Uhr

Treff: Waldeingang Dresdner Heide, Nesselgrundweg (Dresden-Klotzsche)

Marén Zankl, Diplom-Forstwirtin

Es geht eine helle Flöte ...

... der Frühling ist über dem Land! Ein freudiger Anlass, auf seinen Fährten durch den Wald zu ziehen! Wir werden das Frühlingserwachen im Wald erkunden, z.B. den Baumsäften lauschen, die Farben des Frühlings einfangen und einen frischen Märzsalat zubereiten!

Materialkosten ca. 2 € pro Familie für Erinnerungsmedium und Kreativmaterial sind im Kurs zu entrichten.

1 x | 4 UE | 9 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 15 161

Sa, 20.03., 9.30 – 12.30 Uhr

Treff: Waldeingang Dresdner Heide, Nesselgrundweg (Dresden-Klotzsche)

Marén Zankl, Diplom-Forstwirtin

Frühlingskunst im Wald

Zahlreiche Farben sind in den Wald eingezogen und locken den jungen Naturkünstler hinaus! Wir entdecken die verschiedensten Formen und Farben des Naturgebietes und lassen uns anregen, eigene Naturkunstwerke zu gestalten.

Materialkosten ca. 2 € pro Familie für Erinnerungsmedium und Kreativmaterial sind im Kurs zu entrichten.

1 x | 4 UE | 9 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 15 162

Sa, 17.04., 9.30 – 12.30 Uhr

Treff: Waldeingang Dresdner Heide, Nesselgrundweg (Dresden-Klotzsche)

Marén Zankl, Diplom-Forstwirtin

Maienbaum und Kuckuckstraum

Diese Wanderung unter Bäumen gleicht einem Streifzug durch den „Wonnemonat“. Wir begegnen spielerisch einem lustigen Monatsgesellen, altem Brauchtum und lernen Bäume kennen, die sich in diesem Monat von ihrer schönsten Seite zeigen.

Materialkosten ca. 2 € pro Familie für Erinnerungsmedium und Kreativmaterial sind im Kurs zu entrichten.

1 x | 4 UE | 9 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 15 163

Sa, 29.05., 9.30 – 12.30 Uhr

Treff: Waldeingang Dresdner Heide, Nesselgrundweg (Dresden-Klotzsche)

Marén Zankl, Diplom-Forstwirtin

Augen auf: Die Wunderwelt der Wald-Winzlinge

In die Rolle von Naturforschern geschlüpft und ausgerüstet mit einem „Labor auf Rädern“, nehmen wir den Wald unter die Lupe. Getreu dem Motto „Ohne Moos nix los!“ entdecken wir die Vielfalt unscheinbarer Lebenswelten und „heben“ verborgene Waldschätze.

Materialkosten ca. 2 € pro Familie für Erinnerungsmedium und Kreativmaterial sind im Kurs zu entrichten.

1 x | 4 UE | 9 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 15 164



Sa, 26.06., 9.30 – 12.30 Uhr

Treff: Waldeingang Dresdner Heide, Nesselgrundweg (Dresden-Klotzsche)

Marén Zankl, Diplom-Forstwirtin

Gesunde Küche kinderleicht (Familienkochkurs)

„Jan isst am liebsten nur Pommes mit Ketchup, Lisa nascht den ganzen Tag ...“ Wenn Ihnen das bekannt vorkommt und Sie nach gesunden Alternativen suchen, können Sie an vier Abenden gemeinsam mit Ihren Kindern aus leckeren und kinderleicht zubereitenden Gerichten auswählen. Beim gemeinsamen Kochen und Probieren gibt es so viele Ideen zum Mitmachen, dass Fruchtzwerge, Milchschnitte und Co. glatt in Vergessenheit geraten.

Lebensmittelkosten von 10 € sind im Kurs zu entrichten.

3 x | 9 UE | 27 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 16 01

Mi, 28.04. – 12.05., 17.30 – 19.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Claudia Otto, Diätassistentin / Ernährungsberaterin (beim MDR)

Keramik zu Ostern

Im Kurs entsteht unter Anleitung selbst gestalteter Osterschmuck aus Ton.

Material- und Brennkosten sind im Kurs zu entrichten.

1 x | 4 UE | 12 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 23 02

Sa, 20.03., 9.00 – 12.00 Uhr

Keramikwerkstatt, Altomsewitz 7

Iris Florstedt, Keramikerin

Outdoor – Mit GPS und Digitaler Kamera unterwegs

Dieser Kurs kombiniert technische-, sportliche- und Bildungsaktivitäten unter Einbeziehung von digitalem Fotoapparat, GPS und PC in bisher nicht gekanntem Umfang.

Wir geben uns mit GPS-Gerät und digitalem Fotoapparat auf die interessantesten Wanderwege der Sächsischen Schweiz. Danach erstellen wir am PC

Kurse für Familien

eine GPS-Wanderkarte mit den schönsten Fotos, die wir auf der Tour gemacht haben.

Inhalt:

- Eine geführte Wanderung auf den Spuren Napoleons rund um den Lilienstein. (3 – 4 Stunden)
- Tourauswertung mit Erstellung einer GPS-Wanderkarte und Nachbearbeitung der Fotos am Computer

2 x / 8 UE / 7,20 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 45 230

Sa, 08.05. +15.05., 10.00 – 13.00 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof Bad Schandau sowie VHS

Lars Fünfstück, IT-Trainer

Höhlen und Verstecke im Affenstein-gebiet (Exkursion)

In der Sächsischen Schweiz sind Natur und Geschichte auf vielfältige Weise miteinander verbunden. Besonders beeindruckend sind sehr alte Höhlen und ehemalige Verstecke im Affenstein-gebiet. Wir lernen einige von ihnen mit ihrer Entstehungsgeschichte kennen und wandern vom Beuthenfall über Bloßstock – Wilde Hölle – Wenzelswand – Zahme Hölle und Untere Affensteinpomenade zurück zum Bahnhof. Eltern können sich gern mit anmelden.

Bitte mitbringen: Wanderkleidung, Fahrgeld, Verpflegung aus dem Rucksack, Taschenlampe.

1 x / 8 UE / 5 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 53 13

Sa, 29.05., 10.00 – 16.00 Uhr

Treff: 10.00 Uhr Bad Schandau

Steffen Thränert, Forstwissenschaftler

Märchen- und sagenhafte Plätze in der Sächsischen Schweiz (Exkursion)

Im Gebiet der Vorderen Sächsischen Schweiz wandern wir von Königstein über die Schöne Aussicht – Pfaffendorf – Pfaffenstein – Gohrischstein – Muschelweg – Gemeinde Gohrisch wieder zu unserem Ausgangspunkt zurück. Bei der fachkundig geführten Wanderung entdecken wir märchen- und sagenhafte Plätze mit ihren Geschichten. Eltern können sich gern mit anmelden.

Bitte mitbringen: Wanderkleidung, Fahrgeld, Verpflegung aus dem Rucksack.

1 x / 8 UE / 5 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 53 14

Sa, 05.06., 10.00 – 16.00 Uhr

Treff: 10.00 Uhr Bhf. Königstein

Steffen Thränert, Forstwissenschaftler

Kinder in anderen Ländern (Nepal)

Wie leben die Kinder in Nepal? Gibt es dort auch Schulen? Haben die Kinder Gameboys? Und was ist eigentlich der Buddhismus? Durch Film, Gespräche und Aktionen lernen wir etwas über das Leben von Kindern ferner Länder. Zum Abschluss unserer „Reise“ kosten wir ein echtes nepalesisches Essen. Bei der gemeinsamen Mahlzeit gibt es reichlich Zeit zum Fragen und Erzählen. Eltern können sich gern mit anmelden.

Lebensmittelkosten ca. 2 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 5 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 53 15

Di, 20.04., 16.00 – 18.15 Uhr

Treff: „Breitengrad“, HH, Alllaubegast 8

Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

Mit Orang Utans auf „Du und Du“

Wie fühlt es sich an, einen echten Affen im Arm zu halten? Darüber kann euch Frau Wiegand, die einige Zeit in Indonesien mit Orang Utans im Dschungel gearbeitet hat, viel berichten. Ihr erfahrt, wie sie leben, warum sie vom Aussterben bedroht sind und was man dagegen tun kann. Der lebendige Vortrag für Kinder endet mit einem echtem Dschungelessen. Eltern können sich gern mit anmelden.

Lebensmittelkosten ca. 2 € sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 53 17

Di, 27.04., 16.00 – 18.15 Uhr

Treff: „Breitengrad“, HH, Alllaubegast 8

Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

Brot- und Pizzabacken im Lehmofen

Einen Nachmittag lang können wir uns mit unserem selbst gemachten Pizza- und Brotteig am Lehmofen austoben. Wir mahlen das Mehl für unser erstes Brot selbst, bereiten den Teig zu und lernen dabei Interessantes über die Geschichte des Brotes. Dann werden unsere gekneteten und schön geformten Ergebnisse zum Backen in den Ofen geschoben. Gegessen wird gemeinsam. Eltern können sich mit anmelden.

Lebensmittelkosten ca. 2 €/TN sind im Kurs zu entrichten.

1 x / 3 UE / 6 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 55 03



Di, 06.04., 15.00 – 17.15 Uhr

„Breitengrad“, HH, Alllaubegast 8

Sabine Wiegand, Dipl.-Biologin

Eltern-Kind-Entspannung (ab 6 Jahre)

Erstmals besuchen Mütter oder Väter mit ihrem Kind einen Entspannungskurs gemeinsam. Sie lernen, sich über das autogene Training und Imaginationen zu entspannen und können nach Kursende dieses Wissen eigenständig im Alltag anwenden. Sie werden überrascht sein von der Fantasie Ihrer Kinder, ihre Weisheit und die neuen Möglichkeiten, Zeit ganz intensiv miteinander zu teilen. Mit einer Traumreise schenken Sie sich und Ihr Kind Ihnen einen ganz besonderen Augenblick der Liebe.

Bitte mitbringen: kleines Kissen, Kuscheldecke

9 x | 12 UE | 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 65 13

Mo, 22.03. – 31.05., 15.00 – 16.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anja Pötzsch, Psychotherapeutische Heilpraktikerin

Yoga für die ganze Familie

Geübt werden Bewegung und Ruh' für Hund, Katz und Kuh. Es entsteht ein ständiger Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, der Körper kann so ganz bewusst erlebt und entdeckt werden. Fröhliche und unkomplizierte Beschäftigung mit den Grundaspekten des Yoga für offene, neugierige Eltern und Kinder.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken
1 x | 2 UE | 7 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 66 45

So, 25.04., 9.30 – 11.00 Uhr

Stadtteilhaus, Prießnitzstr. 18, Raum A/3. Etage

Jutta Bernhardt, Yogalehrerin (BYV)

Bewegung für Kinder

Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Kinderturnen ist das vielseitige Spielen, Bewegen und Fertigkeitlernen an und mit Geräten und bietet den Kindern die Bewegungs- und Erfahrungsräume, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. In einer für unsere Kinder immer bewegungsärmeren Umwelt schafft Kinderturnen Möglichkeiten, vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen zu sammeln.

Babygymnastik (3. Monat bis 1 Jahr)

Die Geburt ist geschafft und die ersten anstrengenden Wochen mit dem Baby sind vorüber. Es ist es nun an der Zeit, dass Mutter und Kind Zeit für einander finden und Formen der zwischenmenschlichen Beziehung erprobt und entwickelt werden. Hier bietet sich die Babygymnastik als frühe positiv besetzte Aktivität an.. Der Kurs vermittelt Techniken, durch motorische Übungen und taktile Reize die gesunde Entwicklung der Kinder zu fördern. Mit einbezogenen Übungen zur Rückbildung.

12 x | 12 UE | 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 01

Mo, 22.03. – 21.06., 9.15 – 10.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Brigitte Machetanz, Sporttherapeutin

Babyschwimmen (3 – 13 Monate)

Babyschwimmen ist weit mehr als nur das Planschen im Wasser. Es bietet neben der Stärkung des Immunsystems Freude am Erlebnis Wasser. Ein Bewegungsangebot, welches sich am motorischen Entwicklungsstand Ihres Kindes orientiert.

Mitzubringen: Badesachen, Handtuch, Babyschwimmhose, Schwimmflügelchen für Kinder (kleine Größe)

9 x | 6 UE | 40 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 02

Di, 09.03. – 11.05., 15.30 – 16.00 Uhr

Schule f. Körperbehinderte, Fischhausstr. 12, TH/ Schwimmbecken

W 67 021

Di, 09.03. – 11.05., 16.15 – 16.45 Uhr

Schule f. Körperbehinderte, Fischhausstr. 12, TH/ Schwimmbecken

Bewegung und Musik für Kleinkinder (1,5 – 3 Jahre) und Eltern

Singen, Tanzen und Spielen fördern Kinder ganzheitlich in ihrer Persönlichkeitsentwicklung. Dieser Kurs spricht Muttis und Vatis mit Kleinkindern an. Die Kinder sollten sicher laufen können. Es werden durch Singen, Tanzen, Finger- und Kreisspiele sowie gezielte Sportübungen die Beweglichkeit, Konzentration und auch die geistigen Fähigkeiten der Kinder gesteigert.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk
12 x | 12 UE | 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 03

Fr, 26.02. – 28.05., 9.00 – 9.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jana Galle-Ullrich, Säuglings- u. Kleinkindbetreuerin

Kurse für Familien

Eltern-Kind-Turnen (3 – 6 Jahre)

Eltern und Kinder kommunizieren überwiegend verbal in ihrer klassischen Rollenverteilung. Als Gegengewicht versteht sich dieser Kurs, der sich an Kinder von etwa 3 Jahren bis ins Vorschulalter mit ihren Eltern wendet. Sport, Spiele und Singen werden eingebettet in zwanglose Formen bis zu kleinen Wettkämpfen. Dabei liegt der Schwerpunkt sowohl im engeren Kontakt der Eltern mit ihren Kindern als auch im Gewinnen von Bekanntschaften der Familien untereinander.

12 x / 12 UE / 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 06

Mo, 08.03. – 07.06., 14.30 – 15.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Brigitte Machetanz, Sporttherapeutin

Taekwondo – Eltern-Kind-Kurs

TAE – Fußstechniken, KWON – Armtechniken, DO – Geist. Traditionelles Taekwondo fordert Körper und Geist und ist ein guter Ausgleich zum Alltag. Der Körper gewinnt an Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt. Taekwondo ist in mehreren Bundesländern eine anerkannte Schulsportart. Die Kinder werden spielerisch zur gesunden Bewegung angeleitet und ermutigt, sich mehr zutrauen.

10 x / 20 UE / 50 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 56 33

Do, 11.03. – 03.06., 18.30 – 20.00 Uhr
Margon-Arena, Bodenbacher Straße, Halle A
Randolf Baldauf, 2. DAN Taekwondo

Inline Skaten für Eltern und Kinder

Das gelenkschonende Ausdauertraining ist eine der effektivsten Möglichkeiten, die Körperhaltung zu schulen. Das macht der ganzen Familie Spaß. Erlernen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern die wichtigsten Techniken: Bremsen und sicheres Fahren, Bewegen im Straßenverkehr sowie die Wartung und Pflege der Skates-Ausrüstung.

Bitte mitbringen: Inline-Skates (Softboots mit weichen Gummirollen), Hand-, Knie- und Ellenbogenschützer, Helm

3 x / 9 UE / 27 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 09

Sa, So, 17.04., 18.04., 25.04., 10.00 – 12.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Werner Hölker, Inlineskate-Lehrer

W 67 10

Sa, So, 29.05., 30.05., 06.06., 10.00 – 12.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Werner Hölker, Inlineskate-Lehrer

Inline Skaten für Eltern und Kinder – Sommerkurs kompakt (ab 8 Jahre)

Dieser Kompaktkurs endet mit einer längeren Tour am 4. Tag.

Bitte mitbringen: Inline-Skates (Softboots mit weichen Gummirollen), Hand-, Knie- und Ellenbogenschützer, Helm

4 x / 12 UE / 36 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 11



Di – Fr, 29.06. – 02.07., 10.00 – 12.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Werner Hölker, Inlineskate-Lehrer

Jonglieren, Einradfahren (Tageskurs)

Bei diesem Kurs kann jeder zwischen 8 und 88 Jahren Schritt für Schritt das Jonglieren mit drei Bällen und noch vieles mehr erlernen. Ein außergewöhnliches Training zur Förderung der Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination und Wahrnehmung durch einfache und schwierige Wurf- und Fangübungen. Weitere Themen sind Einradfahren, Balance, Keulen, Diabolo und Drehteller.

Bitte mitbringen: vorhandene Jonglier- und Einradutensilien, lockere Kleidung und Turnschuhe.

1 x / 8 UE / 24 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 24

Sa, 08.05., 10.00 – 17.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Maria Vetter, Übungsleiterin

Jonglieren, Einradfahren – Grundkurs

Bitte mitbringen: vorhandene Jonglier- und Einradutensilien, lockere Kleidung und Turnschuhe.

9 x / 18 UE / 54 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 25

Di, 23.02. – 27.04., 20.30 – 22.00 Uhr
17. Mittelschule (Turnhalle), Wachsbleichstr. 6
Maria Vetter, Übungsleiterin

Bogenschießen Familienkurs

Der Kurs wendet sich an Eltern (und oder Pateneltern) und Kinder, die das Bogenschießen gemeinsam erlernen und betreiben wollen. Geboten wird eine kompakte systematische Einführung, die es den Teilnehmern ermöglichen möchte, sich gegenseitig Anregungen zu geben und natürlich die Freude an diesem schönen und anspruchsvollen Sport zu teilen. Max. Teilnehmerzahl: 10; Je Erwachsener ein Kind bzw. je Kind ein Erwachsener!

Bitte mitbringen: Materialausleihe 5 €/ Person, bequeme Sportkleidung, jedoch möglichst enge Ärmel, Turnschuhe für die Halle

1 x | 7 UE | 24,50 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 27

Sa, 20.03., 9.30 – 14.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Ralf Büttner, Trainer Bogenschießen

Bogenschießen Familien-Sommer-Kurs

Bitte mitbringen: Materialausleihe 10 €/ Person, bequeme Sportkleidung, jedoch möglichst enge Ärmel, Turnschuhe für die Halle

3 x | 12 UE | 42 € (Kinderermäßigung 50 %)

W 67 271



Mi – Fr, 30.06. – 02.07., 9.00 – 12.00 Uhr

Bogenschule Dresden, Espenstraße 5

Ralf Büttner, Trainer Bogenschießen

Kurse für Eltern

Egal wie groß der Kummer ist, den man mit Vater und Mutter oder als Vater und Mutter im Miteinander von Eltern und Kindern hat, ein elementares Gebot ist, nie die Achtung voreinander aufzugeben. Wo sich Sprachlosigkeit einstellt, haben Eltern in der Erziehung abgedankt. „Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel“. In einer Sonderreihe von Vorlesungen und Gesprächsangeboten können Eltern Mut und Sicherheit finden, sich ihrer Verantwortung stärker zu stellen und den Erziehungsalltag für sich und ihr Kind befriedigender zu gestalten.

Zusammen leben kann auch Spaß machen! – Thomas Gordons Ansatz

In der Familie, auf der Arbeit, unter Freunden, im öffentlichen Leben... überall gibt es Herausforderungen im Miteinander und Fragen nach Lösungen. Wie erkenne und äußere ich meine Bedürfnisse? Wie höre ich zu? Wie reagiere ich auf Widerstand? Wie finden wir gemeinsame Lösungen? Wie leben wir unsere Visionen? Sie werden zu Offenheit, gegenseitiger Achtung und liebevollem Verständnis ermutigt. Nach dem Vortrag ist Raum zum Erfahrungsaustausch und für Fragen.

1 x | 3 UE | 6 €

W 15 01



Di, 23.03., 18.30 – 20.45 Uhr

Städtische Bibliotheken/Filiale Pieschen, Bürgerstr. 63

Anke Wegener, Diplom-Psychologin

Haltgebende Grenzen und Regeln in der Erziehung

Partnerschaft und Autorität sind zwei wichtige Aspekte der Erziehung. Es wird auf die verschiedenen Entwicklungsphasen der Kinder eingegangen und verdeutlicht, welche zentrale Rolle Konsequenz hat und welcher Zusammenhang zu Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern besteht. Bei Versäumnissen in der Erziehung gibt es Möglich-

keiten, das später nachzuholen. In der abschließenden Diskussion wollen wir in Erfahrungsaustausch über das Aufstellen von Regeln und Grenzen treten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 02

Mo, 08.03., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Barbara Schöpf, Diplom-Psychologin | Familientherapeutin

Starke Eltern – Starke Kinder® : „Was ist wirklich wichtig in der Erziehung?“

Erziehung ist Beispiel und Liebe. Trotzdem steht hinter aller Fürsorge und Zuwendung Erziehungsarbeit, die manchmal sehr aufreibend sein kann. Der Elternkurs bietet an acht Abenden Information und Austausch über Themen wie gelingende Kommunikation, Erziehungsziele, Grenzen setzen und einfordern, einfühlsames Zuhören, Streit-schlichten etc. an. Die Abende richten sich an Eltern mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter von 3 – 10 Jahre.

8 x / 24 UE / 48 €

W 15 03

Mi, 24.02. – 21.04., 19.45 – 22.00 Uhr

Malwina e. V., Louisenstraße 46

Tamara Hoffmann, Diplom-Sozialpädagogin |

Autorisierte Elternkursleiterin

Gute Begabung = gute Schulleistung?

Nicht wenig setzt eine Hochbegabung Eltern wie Kinder zu. Nützen uns Intelligenztest, den unterschiedlichen Begabungsniveaus in Elternhaus und Schule besser zu entsprechen? Können sich aus Begabungsniveaus Schlussfolgerungen auf die Gesamtpersönlichkeit des Kindes ableiten lassen? In Information und Gespräch sollen Antworten dazu gegeben werden.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 04

Di, 16.03., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Barbara Schöpf, Diplom-Psychologin | Familientherapeutin

Fremdsprachenberatung für Eltern

Sprachschulen umwerben uns mit schier ungeahnten Lernmethoden: Sprachen lernen im Schlaf, Multimedia-Intensivkurs oder sieben Sprachen gleichzeitig. Unsere Kinder lernen schon im Kindergarten Englisch, müssen sich in der Schule zwischen Latein und Arabisch entscheiden. Doch welche Sprache(n), wie intensiv und in welchem

Alter soll und kann man lernen? Wie viele Sprachen braucht man, um sich im globalen Dschungel zurechtzufinden?

Die Veranstaltung bietet Einblicke in Fremdsprachenforschung und Sprachpolitik und möchte Eltern Unterstützung anbieten.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 05

Mi, 02.06., 19.00 – 21.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anja Centeno García, Sprachwissenschaftlerin

Erziehung zwischen den Kulturen

Während in Deutschland Kinder nach dem Sandmann ins Bett gebracht werden, gehen südeuropäische Kinder ins Bett, wenn sie müde sind. In Dänemark gilt das Frühstück als wichtigste Mahlzeit des Tages. In Asien wird beinahe jede Mahlzeit warm eingenommen. Gemeinsam ist allen Kulturen, dass sie ihre Kinder zu glücklichen und starken Menschen erziehen wollen. Die offene Gesprächsrunde richtet sich an Interessierte, die der Frage nachgehen wollen, welche Rolle die Unterschiede und Gemeinsamkeiten in der Erziehung innerhalb einer Kultur, aber auch zwischen den Kulturen und in binationalen Familien spielen und welche Konsequenzen und Chancen sich daraus für alle Beteiligten der Kindereziehung ergeben.

1 x / 4 UE / 8 €

W 15 06

Mo, 21.06., 18.00 – 21.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Mauro Pirini, Diplom-Politologe

Johanna Tobler, Familientherapeutin

Manja Fischer, Familientherapeutin

„Rettet unsere Söhne“

Der Titel eines aktuellen Buches macht die Brisanz der Situation von kleinen und größeren Jungen deutlich: Sie versagen zunehmend in der Grund- und Hauptschule sowie bei anderen Schulabschlüssen, sind häufiger krank und psychisch auffällig, machen im Teenageralter 10x so häufig Suizid wie die Mädchen. Wir wollen über Gründe und positive Ausblicke in den Familien und Schulen sprechen. Für Eltern und pädagogisch Tätige.

2 x / 6 UE / 15 €

W 15 07

Mi, 03.03. + 10.03., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Astrid von Friesen, Schriftstellerin | Psychotherapeutin

Pubertät? Hilfe – mein Kind will erwachsen werden!

Kinder und Eltern gehen einen Teil ihres Lebens gemeinsam. In der pubertären Phase der Jugendlichen werden bewährte Wege oder Ziele in Frage gestellt und eigene Vorstellungen geprägt. Diese spannungsgeladene Entwicklungsphase stellt vor allem Eltern und deren Nachwuchs vor eine große Herausforderung, welche oft nicht einfach zu bewältigen ist.

Dieses Seminar soll für den stürmischsten Lebensabschnitt sensibilisieren – sowie Gelegenheit zur Erörterung von Lösungsvorschlägen zur Diskussion geben.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 08

Mi, 07.04., 19.00 – 21.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anja-Susann Engmann

Aufmerksamkeitsdefizit / Hyperaktivitätssyndrom – ist meinem Kind zu helfen?

Unter dem Begriff ADHS verbirgt sich ein frühzeitig angelegtes Störungsbild einer Persönlichkeit mit zum Teil außerordentlich belastenden Problemen im Sozialverhalten. Die Ursachen sind vielfältig und nicht allein Ergebnis von Traumata und Erziehungsfehlern. Schwierig wie die Diagnosestellung ist das Finden einer geeigneten Therapie. Je nach Schweregrad können psychotherapeutische Behandlungsmethoden, Ergotherapie, medikamentöse Maßnahmen oder eine Ernährungsumstellung Erleichterung bringen.

Der Vortrag behandelt Fragen nach der „Behandlungsbedürftigkeit“, nach Risiken für die Entwicklung eines Kindes, vor allem aber, wo Eltern Unterstützung und Hilfe bekommen können.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 10

Do, 15.04., 19.00 – 21.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Anke Oehmichen, Ergotherapeutin

Computerabhängigkeiten bei Kindern und Jugendlichen entgegenwirken

Exzessive Computernutzung und „Computerabhängigkeit“ bei Kindern und Jugendlichen werden immer häufiger in den Medien thematisiert und sind bereits für viele Eltern trauriger Alltag. Doch, wie weit gehört das Computerspielen zur neuen Lebenswirklichkeit der jungen Menschen, und

wann sollte man von „Abhängigkeit“ sprechen? Was sind Symptome und Frühwarnzeichen einer „Computerabhängigkeit“? Und was ist zu tun, wenn bereits Probleme durch eine exzessive Computernutzung bestehen? Auf diese und andere Fragen soll im Kurs näher eingegangen werden. Dazu werden aktuelle Befunde aus der Forschung und erste Therapieansätze vorgestellt sowie deren Probleme und weiterer Forschungsbedarf diskutiert.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 11

Do, 08.04., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anja Kräplin, Wissenschaftl. MA an der Professur für Suchtforschung der TU Dresden

Schüchternheit – Ängstlichkeit – soziale Phobien bei Kindern und Jugendlichen

Zu Hause ist Ihr Kind meist ein aufgeweckter Sonnenschein. In einer fremden Umgebung wird es jedoch schüchtern und anhänglich? Es fällt ihm schwer, vor anderen zu sprechen. In der Schule ist Ihr Kind zurückhaltend, meldet sich kaum. In diesem Kurs erhalten Eltern grundlegende Informationen über soziale Unsicherheiten und soziale Phobien. Die Eltern sollen in die Lage versetzt werden, Anzeichen zu erkennen und Verhaltensmustern angemessen zu begegnen, um der Entwicklung einer sozialen Phobie entgegenzuwirken.

1 x / 3 UE / 6 €

W 15 12

Do, 25.03., 18.30 – 20.45 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Franka Kuhne, Kinderpsychotherapeutin i.A.

Kleben, Malen, Formen – Kreativsein mit Kindern – Hören im Frühling (Fortbildung)

Der Kurs vermittelt Tagesmüttern und Interessierten Anregungen zur Förderung der Kreativität für Kinder bis 3 Jahre. Nach einer kurzen Vermittlung theoretischer Grundlagen und altersspezifischer Besonderheiten geht es unter besonderer Beachtung des Sinnes „Hören“ mit verschiedenen Basteltechniken durch den Frühling.

Bitte mitbringen: Schere, Leimstift, Bunt- oder Wachsstifte, „Arbeitskleidung“, eine Klappbox für den Transport und 5 € für Material.

1 x / 8 UE / 32 €

W 15 13

Sa, 13.03., 9.00 – 15.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jana Köhler, Staatlich anerkannte Erzieherin

Den Wind riechen und die Erde schmecken Einführung in die Naturpädagogik

Geprägt von den „Erlebnissen“ des Medienzeitalters haben unsere Kinder immer seltener einen direkten Zugang zur Natur. Von pädagogischer Seite wird dieser Mangel bereits seit langem wahrgenommen und thematisiert. Immer mehr Waldkindergärten entstehen, zunehmend werden in KiTa und Schule Wald- und Wiesentage, Natur-

wochen und fächerübergreifende Natur-Projekt-tage durchgeführt.

In der Informationsveranstaltung, die sich an pädagogische Fachkräfte wie auch an interessierte Eltern wendet, stellt die Naturschule Sachsen ihre Jahres-Fortbildung Naturpädagogik vor.

1 x / 2 UE / 5 €

W 15 14

Mo, 10.05., 18.00 – 19.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Uta Pleschak, Master der Forstwissenschaften I
Naturpädagogin

Kurse für Ältere

Verbraucherfragen

Ist mein Rentenbescheid korrekt?

Rentenbescheid: Für den Laien ist der zahlreiche Seiten umfassende Bescheid, der die Berechnung der Rente ausweist, nur schwer nachvollziehbar. Sind die Zeiten der Erwerbstätigkeit ausreichend berücksichtigt, auch die Zeiten für Kindererziehung, für Pflege von Angehörigen, für Schulbesuch und Studium? Wie wirken sich Arbeitslosigkeit oder Arbeitsunfähigkeit auf die Rente aus? Die Kurs-teilnehmer werden in die Lage versetzt, die Berechnung der eigenen Rente überprüfen zu können.

1 x / 3 UE / 6 €

W 13 20

Do, 04.03., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christian Lindner, Rentenberater

Steuererklärung für Rentner

Im Oktober 2009 melden die Rentenversicherungsträger die Höhe der Renten für die Jahre bis 2005 rückwirkend an die Finanzämter. Diese Situation führt dazu, dass ab Ende Oktober die Finanzämter Aufforderungen an die Senioren verschicken, entsprechende Steuererklärungen für diese Zeit nachzureichen.

Dieser Kurs vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten, um Senioren und deren Angehörige zu befähigen, die geforderten Steuererklärungen zu erstellen und die benötigten Unterlagen zusammenstellen zu können.

Der Kurs soll insbesondere helfen, Unsicherheit bei den Betroffenen zu vermeiden und sie befähigen, diese Situation meistern zu können.

6 x / 24 UE / 96 €

6 x / 24 UE / 96 €

W 13 20

Do, 04.03., 18.00 – 20.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Andreas Landsberg, Trainer Steuerrecht

Kunst

Gesellschaftstanz (bevorzugt 60plus)

Paare jeden Alters können hier Tanzschritte erlernen oder auffrischen. Unterrichtet werden die Grundlagen der Standard- und lateinamerikanischen Tänze einschließlich Disco-Fox in leicht verständlichen und gut tanzbaren Schrittfolgen. – So sind alle Paare auch bestens vorbereitet für einen Ball des Tanzhauses (fakultativ!).

Bitte Wechselschuhe mitbringen.

8 x / 16 UE / 52 €

W 21 441

Mi, 24.02. – 14.04., 10.30 – 12.00 Uhr

SportTanzZentrum, Löbtauer Straße 64

Peter Lehmann

Malen und Zeichnen für Ältere

So mancher hatte oft Lust zum Malen oder Zeichnen, aber bisher keine Gelegenheit. Der Kurs soll die Freude am individuellen Sehen und Widerspiegeln wecken. Beim Miteinanderarbeiten treten vielfache Schichten zu Tage, die Impulse geben beim Umgang mit verschiedenen Materialien und bildnerischen Techniken. Die Beschäftigung mit Stillleben und menschlicher Figur steht im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Zeichenutensilien, Papier; weitere Absprachen im Kurs.

8 x / 24 UE / 55 €

W 22 29

Di, 23.02. – 20.04., 12.30 – 14.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Claudia Schuster

W 22 291

Di, 27.04. – 15.06., 12.30 – 14.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Claudia Schuster

Sprachen**Englisch****Grundkurse**

Diese Kursangebote richten sich an ältere Lerninteressierte, die noch nie Englisch gelernt haben. Wortschatz, Aussprache und grammatische Strukturen werden anhand interessanter Themen anschaulich und verständlich vermittelt. In gemäßigttem Tempo gelangen die Teilnehmenden bei vielen Gelegenheiten zum Üben und Wiederholen zu einem soliden Grundwissen und werden zum Sprechen ermutigt.

Voraussetzungen: keine.

Kursmaterialien: „English Elements – Basic Course“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202493-1 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7100

11 x / 32 UE / 67 €

Mo, 22.02. – 10.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Kathleen Sorge, Gymnasiallehrerin

W 3C 7101

16 x / 32 UE / 67 €

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Kerstin Köhler, Magistra

W 3C 7102

16 x / 32 UE / 67 €

Di, 23.02. – 15.06., 15.00 – 16.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

W 3C 7103

16 x / 32 UE / 67 €

Do, 25.02. – 24.06., 10.45 – 12.15 Uhr

Auch in den Osterferien (01.04.) findet Unterricht statt.

VHS, Schilfweg 3

Christa Demmer, Diplomlehrerin

Grundkurse für Wiedereinsteiger

In diesen Kurseben können ältere Menschen, die vor längerer Zeit Englisch in der Schule oder berufsbegleitend gelernt haben, ihre Sprachkenntnisse von Grund auf neu ordnen und festigen. Vielfältige Übungen zu Wortschatz, Aussprache und grammatischen Strukturen laden zum Sprechen ein und verhelfen zu einem erfolgreichen Wiedereinstieg.

Voraussetzungen: Einstieg nach längerer Pause.

Kursmaterialien: „English Elements 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202494-8 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7120

11 x / 32 UE / 75 €

Mo, 22.02. – 10.05., 9.15 – 11.45 Uhr

117. Grundschule, Reichenbachstr. 12 (Hofeing.)

Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

W 3C 7121

16 x / 32 UE / 75 €

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anke Hagendorf, Diplomanglistin

W 3C 7122

11 x / 32 UE / 75 €

Mi, 24.02. – 12.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Kirsten Balbig, Magistra

Weitergeführte Grundkurse mit „English Elements – Basic Course“

Kursmaterialien: „English Elements – Basic Course“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202493-1 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7200 (2. Semester)

16 x / 32 UE / 83 € (Kleingruppe)

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Kerstin Köhler, Magistra

W 3C 7201 (2. Semester)

16 x / 32 UE / 67 €

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Sargylana Gewalt, Philologin/Lehrerin der engl. Sprache

W 3C 7203 (2. Semester)

11 x / 32 UE / 67 €

Do, 25.02. – 27.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Kathleen Sorge, Gymnasiallehrerin

W 3C 7210 (3. Semester)

16 x / 32 UE / 67 €

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sigrid Oehlschlaegel, Diplomlehrerin

W 3C 7211 (3. Semester)

11 x / 32 UE / 67 €

Mo, 22.02. – 10.05., 9.00 – 11.30 Uhr

117. Grundschule, Reichenbachstr. 12 (Hofeing.)

Cornelia Kühn, Magistra

Weitergeführte Grundkurse mit „English Elements 1“

Kursmaterialien: „English Elements 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202494-8 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7222 (2. Semester)

11 x / 32 UE / 75 €

Mo, 22.02. – 10.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Gerit Ballani, Magistra

W 3C 7223 (2. Semester)

11 x / 32 UE / 75 €

Do, 25.02. – 27.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Renate Dibowski, Diplomlehrerin

W 3C 7230 (3. Semester)

16 x / 32 UE / 75 €

Di, 23.02. – 15.06., 8.30 – 10.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7231 (3. Semester)

11 x / 32 UE / 83 € (Kleingruppe)

Mi, 24.02. – 12.05., 9.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Kerstin Köhler, Magistra

Aufbaukurs mit „English Elements 1“

Voraussetzungen: „English Elements – Basic Course“.

Kursmaterialien: „English Elements 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202494-8 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

11 x / 32 UE / 75 €

W 3C 7310

Do, 25.02. – 27.05., 9.00 – 11.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Isolde Finsterer, Gymnasiallehrerin

Aufbaukurs mit „English Elements 2“

Voraussetzungen: „English Elements 1“

Kursmaterialien: „English Elements 2“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202495-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

16 x / 32 UE / 83 €

W 3C 7320

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anke Hagendorf, Diplomanglistin

Weitergeführte Aufbaukurse mit „English Elements 1“

Kursmaterialien: „English Elements 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202494-8 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7420 (2. Semester)

16 x / 32 UE / 75 €

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christa Demmer, Diplomlehrerin

W 3C 7430 (3. Semester)

16 x / 32 UE / 75 €

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Almuth Höhnel, Gymnasiallehrerin

W 3C 7431 (3. Semester)

16 x / 32 UE / 91 € (Kleingruppe)

Mi, 24.02. – 16.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Beate Baum, Magistra

Weitergeführter Aufbaukurs mit „English Elements 2“ (3. Semester)

Kursmaterialien: „English Elements 2“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202495-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

W 3C 7530

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Monika Hantsch, Diplomehrerin

Englisch für Fortgeschrittene mit „English Elements 2“

Voraussetzungen: „English Elements 1“.
 Kursmaterialien: „English Elements 2“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202495-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €
 16 x / 32 UE / 83 €

W 3C 7550

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Christa Demmer, Diplomehrerin

Englisch für Fortgeschrittene mit „English Elements 3“

Voraussetzungen: „English Elements 2“.
 Kursmaterialien: „English Elements 3“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202496-2 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7600

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Kerstin Köhler, Magistra

W 3C 7601

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Mi, 24.02. – 16.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
 Beate Baum, Magistra

Englisch für Fortgeschrittene mit „English Elements 4“

Voraussetzungen: „English Elements 3“.
 Kursmaterialien: „English Elements 4“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202497-9 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €
 16 x / 32 UE / 91 €

W 3C 7610

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Anke Hagendorf, Diplomehrerin

Weitergeführte Kurse für Fortgeschrittene mit „English Elements 2“

Kursmaterialien: „English Elements 2“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202495-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7620 (2. Semester)

16 x / 32 UE / 91 €
 Mi, 24.02. – 16.06., 10.45 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sargylana Gewalt, Philologin / Lehrerin der engl. Sprache

W 3C 7621 (2. Semester)

16 x / 32 UE / 91 €
 Mi, 24.02. – 16.06., 11.15 – 12.45 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7630 (3. Semester)

16 x / 32 UE / 99 €
 Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 Johannstädter Kulturtreff, Eisenstr. 35
 Almuth Höhnel, Gymnasiallehrerin

Weitergeführte Kurse für Fortgeschrittene mit „English Elements 3“

Kursmaterialien: „English Elements 3“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD, ISBN 978-3-19-202496-2 / Hueber-Verlag / Preis ca. 20 €

W 3C 7741 (4. Semester)

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
 Sargylana Gewalt, Philologin / Lehrerin der engl. Sprache

W 3C 7742 (4. Semester)

16 x / 32 UE / 91 €
 Mi, 24.02. – 16.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sargylana Gewalt, Philologin / Lehrerin der engl. Sprache

W 3C 7750 (5. Semester)

16 x / 32 UE / 91 €
 Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Kerstin Köhler, Magistra

Keeping-Fit-Kurse

In diesen Kursen können Englischkenntnisse gefestigt und vertieft werden, ohne an ein Lehrbuch gebunden zu sein. Kursmaterialien werden im Kurs besprochen.

**Voraussetzungen:
Kenntnisse der Aufbaustufe**

W 3C 7800

16 x / 32 UE / 91 €

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sigrid Oehlschlaegel, Diplomlehrerin

W 3C 7801

16 x / 32 UE / 91 €

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christa Demmer, Diplomlehrerin

W 3C 7803

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Sigrid Oehlschlaegel, Diplomlehrerin

W 3C 7804

16 x / 32 UE / 91 €

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Sigrid Oehlschlaegel, Diplomlehrerin

W 3C 7805

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Fr, 26.02. – 25.06., 8.30 – 10.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7806

16 x / 32 UE / 91 €

Fr, 26.02. – 25.06., 10.15 – 11.45 Uhr

Auch in den Osterferien (09.04.) findet Unterricht statt.

VHS, Schilfweg 3

Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7807

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Do, 25.02. – 17.06., 10.45 – 12.15 Uhr

Auch in den Osterferien (01. + 08.04.) findet Unterricht statt.

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Ramona Diegelmann, Diplomlehrerin

W 3C 7809

16 x / 32 UE / 91 €

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anke Hagendorf, Diplomanalystin

W 3C 7810

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Wolfgang Jähnig, Diplomlehrer

W 3C 7811

16 x / 32 UE / 91 €

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7812

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Mi, 24.02. – 16.06., 9.00 – 10.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Ramona Diegelmann, Diplomlehrerin

W 3C 7813

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Mi, 24.02. – 16.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Almuth Höhnel, Gymnasiallehrerin

W 3C 7814

16 x / 32 UE / 91 €

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Margot Zimmermann, Diplomlehrerin

W 3C 7815

16 x / 32 UE / 91 €

Mi, 24.02. – 16.06., 10.45 – 12.15 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Ramona Diegelmann, Diplomlehrerin

W 3C 7816

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)

Do, 25.02. – 17.06., 9.00 – 10.30 Uhr

Auch in den Osterferien (01. + 08.04.) findet Unterricht statt.

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Ramona Diegelmann, Diplomlehrerin

W 3C 7817

16 x / 32 UE / 91 €

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Christa Demmer, Diplomlehrerin

W 3C 7818

16 x / 32 UE / 91 €

Do, 25.02. – 24.06., 9.00 – 10.30 Uhr

Auch in den Osterferien (01.04.) findet Unterricht statt.

VHS, Schilfweg 3

Christa Demmer, Diplomlehrerin

W 3C 7819

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Mi, 24.02. – 16.06., 11.05 – 12.35 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Christa Demmer, Diplomallehrerin

W 3C 7820

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sara Schrader de Siegert, Gymnasiallehrerin

Voraussetzungen:**Kenntnisse der Fortgeschrittenenstufe****W 3C 7831**

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Mo, 22.02. – 21.06., 11.15 – 12.45 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Anja Junghannß, Grundschullehrerin

W 3C 7832

16 x / 32 UE / 91 €
 Mi, 24.02. – 16.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Monika Hantsch, Diplomallehrerin

W 3C 7834

16 x / 32 UE / 91 €
 Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Christl Flämig, Oberstufenlehrerin

W 3C 7835

16 x / 32 UE / 91 €
 Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Christl Flämig, Oberstufenlehrerin

W 3C 7836

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Mo, 22.02. – 21.06., 16.00 – 17.30 Uhr
 Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35
 Andrea Paesch, Diplomallehrerin

W 3C 7837

16 x / 32 UE / 99 € (Kleingruppe)
 Mi, 24.02. – 16.06., 9.00 – 10.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Almuth Höhnel, Gymnasiallehrerin

W 3C 7838

16 x / 32 UE / 91 €
 Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

W 3C 7839

16 x / 32 UE / 91 €
 Di, 23.02. – 15.06., 10.15 – 11.45 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Sylvia Gitter, Gymnasiallehrerin

Morning Tea Chatroom (14-tätlich)

In Britain a decent cup of tea is always necessary. In this course we will start the day with a nice cup of tea, accompanied by British specialities such as shortbread, bacon sandwiches, scones and clotted cream, hot crossed buns or the famous strawberry jam of Tiptree.

In this pleasant and relaxing atmosphere you will not only have the opportunity of getting to know a bit of the British way of life. Focusing on your individual needs, you will also get the chance to revise and practise basics of the language and to improve your speaking skills.

Diese angenehme und entspannte Kursatmosphäre bietet Gelegenheit, bei einer guten Tasse Tee die britische Lebensart ein wenig näher kennenzulernen. Dabei werden grundlegende englische Sprachstrukturen individuell und gezielt wiederholt und in lockeren Gesprächen angewendet.

Voraussetzungen: aktive Englischkenntnisse der Stufe A2.

Kosten für Lebensmittel (ca. 1,50 € pro Veranstaltung) sind im Lehrgang zu entrichten.

6 x / 18 UE / 57 €

W 3C 7900

Di, 16.03. – 25.05., 9.30 – 12.00 Uhr
 VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
 Kathleen Sorge, Gymnasiallehrerin

Use it or Loose it: Fit durch den Sommer (14-tätlich)

Our cosy morning English meetings offer senior students, who regularly attend an English class at VHS, the opportunity to keep up their English over the long summer break.

Zu diesen gemütlichen Treffen am Vormittag sind ältere Lerner, die regelmäßig einen Englischkurs an der VHS besuchen, eingeladen, ihr Englisch auch während der langen Sommerpause fit zu halten.

4 x / 12 UE / 39 €

W 3C 7950

Mo, 05.07. – 16.08., 9.00 – 11.30 Uhr
 VHS, Schilfweg 3
 Dozententeam



Französisch

Grundkurs für Ältere, Stufe A1

Kursmaterialien: „On y va! A1“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-CD / ISBN 978-3-19-003325-6 / Hueber-Verlag / Preis ca. 25 €
14 x / 28 UE / 73 €

W 3E 7101

Fr, 05.03. – 18.06., 9.00 – 10.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne Rohr, Muttersprachlerin / Magistra

Weitergeführter Grundkurs für Ältere, Stufe A1 (2. Semester)

Kursmaterialien: „Facettes aktuell 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch / ISBN 978-3-19-003326-3 / Hueber-Verlag / Preis ca. 25 €
16 x / 32 UE / 83 €

W 3E 7121

Di, 02.03. – 22.06., 9.30 – 11.00 Uhr
117. Grundschule, Reichenbachstr. 12 (Hofeing.)
Mariam Sager, Muttersprachlerin

Weitergeführter Grundkurs für Ältere, Stufe A1 (3. Semester)

Kursmaterialien: „Facettes aktuell 1“ / Lehr- und Arbeitsbuch / ISBN 978-3-19-003326-3 / Hueber-Verlag / Preis ca. 25 €
16 x / 32 UE / 83 €

W 3E 7131

Di, 23.02. – 15.06., 9.00 – 10.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Inès Ceccato-Selau, Muttersprachlerin

Aufbaukurs für Ältere, Stufe A2

Kursmaterialien: „On y va! A2“ / Lehr- und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-003351-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 25 €
17 x / 34 UE / 105 €

W 3E 7201

Di, 23.02. – 22.06., 9.00 – 10.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne Rohr, Muttersprachlerin / Magistra

Weitergeführter Aufbaukurs für Ältere, Stufe A2 (3. Semester)

Kursmaterialien: „On y va! A2“ / Lehr- und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-003351-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 25 €
16 x / 32 UE / 99 €

W 3E 7231

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne Rohr, Muttersprachlerin / Magistra

Französisch für Fortgeschrittene, Stufe B1 (2. Semester)

Rafrâichissez et enrichissez votre apprentissage de la langue française:
révision de l'appris, enrichissement du vocabulaire, développement des connaissances grammaticales, consolidation de l'expression écrite et orale.
Kursmaterialien: „Reprise“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter CD, ISBN 978-3-19-003259-4 / Hueber-Verlag / Preis ca. 23 €
16 x / 32 UE / 115 €

W 3E 7321

Mo, 22.02. – 21.06., 10.45 – 12.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Anne Rohr, Muttersprachlerin / Magistra

Französisch für Fortgeschrittene, Stufe B1 (4. Semester)

Rafrâichissez et enrichissez votre apprentissage de la langue française:
révision de l'appris, enrichissement du vocabulaire, développement des connaissances grammaticales, consolidation de l'expression écrite et orale.
Kursmaterialien: „Reprise“ / Lehr- und Arbeitsbuch mit integrierter CD, ISBN 978-3-19-003259-4 / Hueber-Verlag / Preis ca. 23 €
16 x / 32 UE / 99 €

W 3E 7341

Di, 23.02. – 15.06., 10.45 – 12.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Inès Ceccato-Selau, Muttersprachlerin

Französisch für Fortgeschrittene, Stufe B1 (15. Semester)

Kursmaterialien werden im Lehrgang bekannt gegeben.
15 x / 30 UE / 93 €

W 3E 7391

Di, 02.03. – 15.06., 15.00 – 16.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Dr. Hans Rößner, freiberuflicher Dozent

Le français par les textes, Stufe B1 (6. Semester)

Ce cours est destiné aux participants déjà avancés dans l'apprentissage de la langue française. Ce cours

convient aux participants qui trouvent du plaisir à lire, dans le texte, des auteurs français et qui veulent rafraîchir leurs connaissances et développer leurs capacités de rédaction et d'expression.

Kursmaterialien: „Le français par les textes 2“ / ISBN 978-3-19-003319-5 / Hueber-Verlag / Preis ca. 18 €

16 x / 32 UE / 99 €

W 3E 7601

Mo, 22.02. – 21.06., 9.00 – 10.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Anne Rohr, Muttersprachlerin / Magistra

EDV für aktive Senioren

Grundkurs Notebookbedienung

Der Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die sich ihr erstes Notebook (Laptop) angeschafft haben. Die Teilnehmer lernen, wie ein Notebook-PC äußerlich aufgebaut ist und wie man Tastatur und Touchpad benutzt. Schwerpunkt liegt auf den vielen Funktionstasten.

Sie können dazu gern Ihr eigenes Notebook mitbringen.

1 x / 3 UE / 18 €

W 41 030

Di, 23.02., 16.30 – 18.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 031

Mi, 24.02., 16.30 – 18.45 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

Einführung in die EDV – Überblick – Teil 1

- Technik, Begriffe und Funktionen,
- Erste praktische Anwendungen am Computer
3 x / 12 UE / 52 €

W 41 110

Mo, Mi, Fr, 22.02., 24.02., 26.02., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 115

Mo, 22.02., 01.03., 08.03., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 116

Mi, 24.02., 03.03., 10.03., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dr. Werner Breuer

W 41 117

Do, 25.02., 04.03., 11.03., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Sabine Rehn, Dipl. Lehrer

W 41 118

Mo, 01.03., 08.03., 15.03., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Sabine Rehn, Dipl. Lehrer

W 41 1191

Mi, Fr, 16.04., 21.04., 23.04., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 1192



Mo, Mi, Fr, 28.06., 30.06., 02.07., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

EDV für aktive Senioren – Grundanwendungen Teil 2

- Umgang mit dem Computer und dem Betriebssystem WINDOWS
- Nutzung der Grundanwendungen (Textverarbeitung, Datenbank, Tabellenkalkulation)
Voraussetzungen: erste PC-Erfahrungen
6 x / 24 UE / 120 €

W 41 120

Mo, Mi, Fr, 01.03. – 12.03., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 122

Do, 25.02. – 01.04., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 123

Fr, 26.02. – 09.04., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 124

Mi, 24.02. – 31.03., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dr. Werner Breuer

W 41 125

Mo, 15.03. – 26.04., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 126

Mi, 17.03. – 28.04., 12.45 – 16.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Dr. Werner Breuer

W 41 127

Do, 18.03. – 29.04., 12.45 – 16.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Sabine Rehn, Dipl. Lehrer

W 41 128

Mo, 22.03. – 03.05., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Sabine Rehn, Dipl. Lehrer

W 41 1291

Mi, Fr, 28.04. – 14.05., 12.45 – 16.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 1292

Mo, Mi, Fr, 05.07. – 16.07., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer



EDV für aktive Senioren – Das 6 x 1 der Praxis – Teil 3

- Schriftverkehr leicht gemacht, Gestaltung einer Festzeitung, Urlaubsfotos am PC
- Drucker, Scanner, Joystick, Zubehör des Computers
- Programminstallation und Konfiguration, Antivirenprogramme und Computerhygiene

Voraussetzungen: Grundkenntnisse EDV
6 x / 24 UE / 120 €

W 41 130

Mo, Mi, Fr, 15.03. – 26.03., 12.45 – 16.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 131

Di, 23.02. – 30.03., 12.45 – 16.15 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 132

Do, 08.04. – 20.05., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 134

Mi, 14.04. – 19.05., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Dr. Werner Breuer

Bildbearbeitung mit GIMP

Sie haben eine Digitalkamera und können Ihre Bilder auf dem Computer noch nicht richtig bearbeiten? Wir arbeiten mit GIMP, ein hervorragendes Bildbearbeitungsprogramm, welches Ihnen kostenfrei im Internet zur Verfügung steht.
Voraussetzungen: Grundkenntnisse – EDV für aktive Senioren Teil 1 und Teil 2
5 x / 20 UE / 110 €

W 41 150

Mi, 24.02. – 24.03., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 151

Di, 30.03. – 27.04., 8.30 – 12.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Jürgen Schröder, IT-Trainer

Internet – Anwendung für Senioren

- Wege in das Internet, Technik, Zugang, Kosten, Nutzung von Informationen im WWW
- Suchen, Finden, Kaufen im Internet, E-Mail – die elektronische Post des Computers,
- Sicherheit im Internet, Bankgeschäfte am PC

VHS-Teilnehmer Ekkehart Müller:

Auch für diejenigen, die nicht mit Computertechnik groß geworden sind, bietet die Volkshochschule Dresden ein breites und vielfältiges Angebot an Kursen auf dem Gebiet der PC-Technik. Hier kann man sich beraten lassen und dann den Kurs aussuchen, der den persönlichen Wünschen am besten entspricht. Ich habe mich für die Teilnahme am Kurs „Computerclub für aktive Senioren“ entschieden. Mir gefällt besonders die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches mit den anderen Teilnehmern dieses Kurses.



Voraussetzungen: Grundkenntnisse – EDV für aktive Senioren Teil 1 und Teil 2

5 x / 20 UE / 110 €

W 41 160

Di, 23.02. – 23.03., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 161

Do, 18.03. – 22.04., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Christian Schlechta, IT-Trainer

W 41 162

Mi, 31.03. – 28.04., 8.30 – 12.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 163

Do, 08.04. – 06.05., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

Videobearbeitung mit Pinnacle Studio – für aktive Senioren

- Tipps und Tricks zum Umgang mit der eigenen Videokamera und dem PC
 - Gemeinsam mit anderen Senioren bearbeiten Sie Videos auf dem Computer
 - Sie wenden verschiedene Schnitttechniken an
 - Gestaltung von Titleinblendungen, Übergängen, Standbildern und Clip-Effekten
 - Vertonung mit Hintergrundmusik und Sprachkommentaren
 - Ausgabe auf CD-Rom, DVD oder Bandgeräten
- Voraussetzungen: Grundkenntnisse – EDV für aktive Senioren Teil 1 und Teil 2

5 x / 20 UE / 120 €

W 41 170

Do, 25.02. – 25.03., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 171

Di, 13.04. – 11.05., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

Perfekte Diashows am PC und Fernseher

Wer Bilder hat, möchte sie auch zeigen. Warum nicht am Fernseher? Sie erfahren, wie Sie von Ihrer Dia-Sammlung oder von Bildern Ihrer Fotoalben auf dem Computer eine gute Diashow herstellen können. Bringen Sie Ihre Bilder mit, lernen

Sie wie man scannt und die Bilder bearbeitet. Sie vertonen Ihre Diashow, fügen Kommentare, Titel, Übergänge und Bildunterschriften ein. Die CD, die wir brennen, können Sie über Ihren DVD-Player auf dem TV-Gerät vorführen.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse – EDV für aktive Senioren Teil 1 und Teil 2

5 x / 20 UE / 120 €

W 41 175

Mo, 29.03. – 03.05., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

Computerclub für aktive Senioren

- Übungsmöglichkeit und Erfahrungsaustausch

- Nutzung der PC-Technik für die eigene Arbeit

Voraussetzungen: Grundkenntnisse am PC

9 x / 27 UE / 41 €

W 41 180

14- täglich Di, 23.02. – 15.06., 8.30 – 11.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Ivo Gerhard

Der Computer und ich – eine unendliche Geschichte für Senioren

Betreute Konsultation zur Auffrischung und Erweiterung aller bisher behandelten Themen der Kursreihe EDV für aktive Senioren.

Voraussetzungen: EDV für aktive Senioren Teil 1 bis Teil 3

1 x / 4 UE / 24 €

W 41 185

Di, 06.04., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 186

Di, 18.05., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

W 41 187

Di, 15.06., 12.45 – 16.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Jürgen Schröder, IT-Trainer

Gesund essen mit 60 plus

Wer sich auch im Alter gut fühlen will, kann durch eine gesunde Ernährung viel erreichen und das ganz ohne Pillen, Pulver und Tinkturen. Durch eine gesunde und altersgerechte Ernährungsweise lässt sich Ihr Wohlbefinden steigern und drohende Mangelerscheinungen können verhindert werden. Gesundes Essen bietet nicht nur viel Genuss, sondern hilft, sowohl die körperliche wie auch die geistige Leistungsfähigkeit zu erhalten oder gar zu verbessern. Wie solch' eine ausgewogene Ernährung aussehen sollte, werden wir gemeinsam besprechen, zubereiten und verkosten.

Lebensmittelkosten von ca. 5 € pro Vormittag sind im Kurs zu entrichten.

3 x | 12 UE | 30 €

W 61 501

Fr, 16.04. - 30.04., 9.30 - 12.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Tessa Rehberg, Ernährungswissenschaftlerin

Älterwerden – Körperliche und geistige Fitness für die 55-Plus-Generation

An Jahren älter werden ist ein natürlicher Vorgang. Aber, „wer rastet, der rostet“. Die Erhaltung der Beweglichkeit von Körper, Seele und Geist ist lebenslang der Schlüssel gegen das Altern. Erkenntnisse der Forschung bestätigen, dass die Leistungsfähigkeit des Gehirns ein Leben lang trainierbar ist. Dieser Kurs vermittelt Anregungen zu körperlichen und geistigen Übungen, zur Entspannung und zur richtigen Ernährung im Alter.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Schuhe, Decke

2 x | 8 UE | 24 €

W 63 02

Sa, 08.05., 16.00 – 19.30 Uhr

So, 09.05., 11.00 – 14.30 Uhr

Johannstädter Kulturtreff, Elisenstr. 35

Heike Ruby, Tanzpädagogin | Heilpraktikerin

Seniorengymnastik

Auch ältere Menschen haben Spaß an Spiel, Sport und Bewegung. Mit der bunten Mischung aus Gymnastik und kleinen Spielen, mit und ohne Sportgeräte, sollen vorzugsweise Kursteilnehmer ab ca. 60 Jahre angesprochen werden. Neben der Freude am gemeinsamen Sport und den sozialen Kontakten wird durch bewusstes Einarbeiten von Elementen aus rehabilitativen Übungsformen der gesundheits-

fördernde Aspekt nicht zu kurz kommen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung,

Turnschuhe

12 x | 16 UE | 48 €

W 63 03

Di, 23.03. – 15.06., 10.15 – 11.15 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Brigitte Machetanz, Sporttherapeutin

Osteoporosegymnastik

Knochenschmerzen von mittlerer bis schwerer Intensität, insbesondere der Wirbelsäule und des Beckens, sind in der Regel sichere Anzeichen für eine fortschreitende Osteoporose, eines gefürchteten Leidens vieler Frauen in höherem Alter. Der Kurs gibt Hinweise zu Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten der Krankheit, zu einer möglichen Vorbeugung sowie zur Linderung von schmerzhaften Krankheitsschüben. Im Mittelpunkt stehen Anleitungen für eine sanfte Heilgymnastik, die den Knochenaufbau festigt und den Alltag besser bewältigen hilft.

Bite mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch

W 63 08

12 x | 16 UE | 48 €

Di, 09.03. – 08.06., 14.30 – 15.30 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Dorit Schöne, Sporttherapeutin

Osteoporosegymnastik + Entspannung

Dieser Kurs wird mit verschiedenen Entspannungstechniken ergänzt.

W 63 09

9 x | 12 UE | 36 €

Di, 02.03. – 04.05., 16.15 – 17.15 Uhr

VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1

Gisela Roßberg, Fachphysiotherapeutin

Osteoporose und Pilates für Frauen 60 plus

Bewegung beugt Osteoporose vor, zugleich ist sie entscheidend für eine wirksame Osteoporose-Therapie. Bei jeder Bewegung üben die Muskeln einen Reiz auf die Knochen aus, was den Knochen- und Muskelaufbau aktiviert. In Verbindung mit den sanften Pilatesprinzipien (Atmung, Gewichtsverlagerung, Lockerheit und Entspannung, Bewegungskonzentration, Schultergürtel- und Gelenkorganisation) erlernen Sie in diesem Kurs ein neues Bewegungsgefühl und gehen sicherer durch den Tag. Voraussetzungen: keine

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk

12 x | 16 UE | 64 €

W 63 10

Do, 25.02. – 20.05., 10.30 – 11.30 Uhr
Frauen Fitness Cosel, Österreicher Str. 39/II. Etage
Lucie Gröpler, Fitnesstrainerin

Trampolinschwingen 50 plus

Bei diesem Kurs stehen vor allem Gleichgewichtsschulung, Körperwahrnehmung und Muskelaufbau zur Verletzungsprophylaxe und Vorbeugung von Gelenkproblemen im Vordergrund, wichtig für ältere Menschen und Ungeübte. Mit angemessener und motivierender Musik wird das Training abgerundet. Ein angenehmer Entspannungsteil beendet die Stunde.

Bitte mitbringen: Socken, bequeme Sportkleidung, Handtuch
8 x | 8 UE | 24 €

W 63 14

Mi, 14.04. – 02.06., 15.15 – 16.00 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Dürt Gräf, Sport- und Erziehungswissenschaftlerin

Aqua-Gymnastik für Senioren

Der Kurs bietet die wunderbare Möglichkeit, bei verringertem Eigengewicht (Auftrieb im Wasser) die höhere Beweglichkeit des Körpers zu Dehnungsübungen, Ausdauertraining und einer optimalen Haltungsschulung zu nutzen. Körperkoordination in entspannter Atmosphäre ist eine sinnvolle Erfahrung für den Körper und eine Prophylaxe von besonderem Gesundheitswert.

9 x | 12 UE | 72 €

W 63 31

Fr, 26.02. – 07.05., 10.45 – 11.45 Uhr
ELBAMARE Erlebnisbad, Wölfnitzer Ring 65
Heike Krause, Physiotherapeutin

Senioren yoga

Gerade im Seniorenalter kann Yoga viele Vorteile bringen. So fördert Yoga die Beweglichkeit der Gelenke sowie den Blut- und Lymphkreislauf, lindert Rückenschmerzen und verbessert das Atemvolumen. Nicht zuletzt wirkt sich Yoga auch positiv auf das Herz sowie auf Körpergefühl und Körperkoordination aus und sorgt somit für eine erhöhte Lebensqualität.

In diesem sanft beginnenden Kurs werden die Asanas individuell an die Bedürfnisse des Körpers angepasst.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke

W 66 39

12 x | 24 UE | 72 €
Di, 30.03. – 15.06., 16.00 – 17.30 Uhr
VHS, Schilfweg 3
Harald Eichmann, Yogalehrer

W 66 40

10 x | 20 UE | 70 €
Mi, 03.03. – 05.05., 9.00 – 10.30 Uhr
Villa, Wiener Straße 118
Daniel Brinitzer, Physiotherapeut | Yogalehrer (BDY)

Tai Chi Chuan für Senioren

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf der fließenden Ausführung der langsamen Bewegungen für die Altersgruppe 60 plus.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken bzw. leichte Schuhe
12 x | 24 UE | 78 €

W 66 76

Do, 04.03. – 27.05., 16.00 – 17.30 Uhr
VHS-Außenst., Helbigsdorfer Weg 1
Xiang Wang, Tai Chi Meister

Fechten Seniorenkurs

Im Anfängerkurs werden die theoretischen und praktischen Grundlagen des Degenfechtens erlernt. Nach einer Erwärmung warten Bein- und Stoßübungen, Partnerübungen sowie verschiedene Elemente zur Verbesserung der Koordination, Schnelligkeit und Reaktion als erste Trainingsinhalte auf Sie. Weiterhin erlernen Sie einfache Angriffs- und Verteidigungstechniken und werden Ihre ersten Gefechte im Einzel und als Team bestreiten. Insgesamt geht es darum, Ihnen mit viel Spaß diese elegante und reizvolle Sportart näher zu bringen.

Ausleihgebühren für Fechttausrüstung vor Ort: 5 Euro pro Kurstag/Teilnehmer
7 x | 14 UE | 56 €

W 67 31

Fr, 12.03. – 07.05., 10.00 – 11.30 Uhr
Artos Fechtchule/ Kleiststr. 10 c
Robert Peche, Fechttrainer

Selbstverteidigung für Ältere

Frauen wie Männer, die mit zunehmendem Alter an Selbstvertrauen verlieren und fürchten, vielleicht einmal Opfer einer Tätlichkeit zu werden, haben in diesem Kurs die Möglichkeit, die eigene Wehrfähigkeit zu erproben und zu stärken. Das Erlernen einfacher, aber sehr wirksamer Techniken der Selbstverteidigung in Kombination mit Übungen zu psychologisch richtigem Verhalten bei Gefahr verhilft auch Seniorinnen/Senioren zu neuer Sicherheit und mehr Respekt.

*Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung
9 x / 12 UE / 42 €*

W 67 35

Mi, 10.03. – 12.05., 15.00 – 16.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Maik Eberhart, Referent für Selbstverteidigung

Selbstverteidigung für Ältere (Aufbaukurs)

*Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung
9 x / 12 UE / 42 €*

W 67 36

Mi, 10.03. – 12.05., 16.00 – 17.00 Uhr

VHS, Schilfweg 3

Maik Eberhart, Referent für Selbstverteidigung

Ob Weihnachten
oder Geburtstag oder ...
Anlässe gibt es immer!

Wie wäre es mit einem

Geschenk-Gutschein

für einen Kurs der
Volkshochschule Dresden?

Wir beraten Sie gern!

Die **vhs**
Volkshochschulen

**Volkshochschule
Dresden e.V.**

Schilfweg 3
Tel: 0351 25440-0

Außenstelle Gorbitz
Helbigsdorfer Weg 1
Tel: 0351 4161623

www.vhs-dresden.de

Wissen und mehr