Herbst/Winter 2022/23

Anmeldung und Kontakt 3

Organisatorische Hinweise 4

vhs-Team 6

Leitbild 7

Einzelveranstaltungen 8

Geschäftsbedingungen 94

vhs Crailsheim-Land e. V. 95

GESELLSCHAFT · WISSEN

Studienfahrten • Exkursionen 12

Erzählcafé 13

Frauenthemen 13

Männerthemen 13

junge vhs • Familie 14

Geschichte • Kulturgeschichte 14

Politik • Wirtschaft • Gesellschaft 17

Geld & Kapital 19

Pflege • Unterhalt • Vollmachten 22

Bauen • Wohnen • Sanieren 24

Mobilität • Nachhaltigkeit 25

Natur • Umwelt • Garten 26

Erziehungsfragen • Pädagogik • Schule 27

Psychologie • Gelingendes Leben 28

Philosophie 29

Glaube • Religion 30

Länder • Gegenden 30

Naturwissenschaften • Astronomie 30

KUNST · KREATIVITÄT

Literatur • Theater • Oper • Ballett 32

Kunstgeschichte • Kunstfahrten 33

Zeichnen • Malen • Lettering • Kalligrafie .. 35

Plastisches Gestalten • Keramik • Floristik ... 37

Nähen • Klöppeln 38

Kunsthandwerk • Holz • Metall • Schmuck . 38

Fotografie • Filmen 39

Musik 40

Tänze aus aller Welt 41

Zauberschule 41

Aussehen • Farbberatung • Make-up 42

GESUNDHEIT

Gesundheit • Spezial 44

Entspannung • PMR • Shiatsu 46

Feldenkrais 47

Yoga 48

Qigong 50

Tai Chi 50

Meditation 50

Rückenfit • Wirbelsäulengymnastik 50

Präventionsgymnastik 51

INHALT

Pilates 52

Faszientraining 52

Step-Aerobic 52

Fitness • Konditionsgymnastik 52

Tanz • Zumba • 4STREATZ 55

Selbstverteidigung 55

Outdoor 56

Aqua-Gymnastik • Aqua-Fitness 56

Alternative Methoden 57

Gesundheitspflege 57

Köstliches • Gesundes aus aller Welt 58

SPRACHEN

Arabisch 65

Chinesisch 65

Deutsch als Zweitsprache 65

Deutsch als Muttersprache 68

Englisch 68

Französisch 69

Italienisch 70

Japanisch 71

Koreanisch 72

Niederländisch 72

Polnisch 72

Portugiesisch 73

Russisch 73

Schwedisch 73

Spanisch 73

Türkisch 74

BERUF · EDV

EDV-Einsteigerkurse 76

Mac • Linux 77

Textverarbeitung • Word 77

Tabellenkalkulation • Excel 78

Präsentation • Powerpoint 79

Outlook 79

Smartphone • Tablet 80

Internet • Facebook • WhatsApp & Co. 80

Homepage • Webdesign • CMS 81

Fotografie • Bildbearbeitung • Fotobuch 81

Layout • DTP • 3D 82

Sicherheit • Wartung • Selbstbau 82

Individuelle IT-Schulungen 83

Programmieren 83

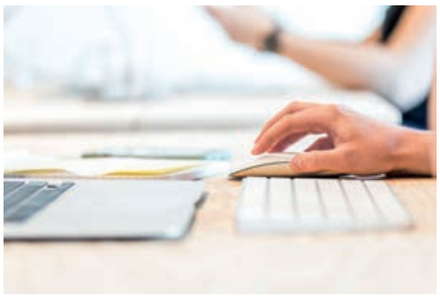
Büropraxis 83

Rechnungswesen • DATEV • SAP 84

Kommunikation • Präsentation u.a. 88

Bewerbung • Karriere • Führung 91

Social Content • Marketing 93



VOLKSHOCHSCHULE CRAILSHEIM-LAND E. V.

Einführung und Highlights 96

Gemeinschaftsaktionen 98

Blaufelden 101

Fichtenau 102

Frankenhardt 107

Gerabronn 111

Kirchberg 115

Kreßberg 121

Langenburg 122

Rot am See 127

Satteldorf 129

Schrozberg 130

Stimpfach 131

Wallhausen 132

Organisatorische Hinweise 135

Allgemeine Geschäftsbedingungen 136

IMPRESSUM

Erscheinungsweise: halbjährlich
Redaktion: vhs Crailsheim
Satz: Martin Dilger, Julia Barthelmäs und Martina Kanold
Druck: DHO Druckzentrum Hohenlohe-Ostalb
Auflage: 16.150 Stück

WICHTIG ZU WISSEN!

ANMELDUNGEN

Auf **www.vhs-crailsheim.de** können Sie Ihre Kurse bequem online buchen. Die Bezahlung erfolgt per Lastschriftverfahren.
Um ein Mindestmaß an Verbindlichkeit zu gewährleisten, sind telefonische Anmeldungen **ausschließlich in Verbindung mit einer Einzugsermächtigung** möglich. Telefonisch erreichen Sie uns in der Regel von 8 bis 16 Uhr unter der zentralen Nummer 07951 403-3800. Ihre Anmeldungen zu vhs-Veranstaltungen sind **verbindlich**. Das Zustandekommen einer Veranstaltung bzw. die Kursgebühr hängt oft von einer einzigen Anmeldung ab. Durch späte Anmeldungen und/oder Abmeldungen in letzter Minute fallen oft Veranstaltungen aus.

Wir bitten Sie daher in Ihrem eigenen Interesse, Ihre **Anmeldung möglichst frühzeitig** vorzunehmen.

ABMELDUNGEN

Falls Sie eine gebuchte Veranstaltung nicht besuchen können, gilt folgende Regelung: Erfolgt die Abmeldung bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn, ist sie kostenfrei. Erfolgt sie kurzfristiger, wird die ausgeschriebene Kursgebühr in voller Höhe fällig.
Abmeldungen müssen bei der vhs-Geschäftsstelle vorgenommen werden - persönlich, in Textform oder telefonisch. Nicht wirksam sind Abmeldungen bei den Kursleiter*innen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

BARZAHLUNG, GIROCARD („EC-KARTE“) ODER SEPA-LASTSCHRIFTVERFAHREN

Teilnehmer*innen, die bar oder mit ihrer Girocard („EC-Karte“) bezahlen möchten, begleichen ihre Kursgebühr spätestens bis zum Beginn der ersten Sitzung. Bar- bzw. Kartenzahlung ist ausschließlich zu den Öffnungszeiten möglich.
Wir empfehlen allen Kundinnen und Kunden das bequeme Lastschriftverfahren. Nach Kursbeginn ziehen wir das Kursentgelt automatisch von Ihrem Konto ein.

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese liegen in der Geschäftsstelle zur Einsichtnahme vor und können auch unter unserer Internetadresse
www.vhs-crailsheim.de
eingesehen werden.

DATENSCHUTZ

In unserer Datenschutzerklärung auf der Website erläutern wir, welche Informationen wir erfassen und elektronisch speichern und wie diese genutzt werden.

GESCHÄFTSSTELLE

KONTAKT

Städtische Volkshochschule Crailsheim
Spitalstraße 2a
74564 Crailsheim

Tel.: 07951 403-3800
E-Mail: vhs@crailsheim.de
Internet: www.vhs-crailsheim.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Dienstag,
Mittwoch und Freitag:
8 bis 12 Uhr

Donnerstag:
8 bis 11 und 14 bis 17:30 Uhr

ZQB Zertifizierte BildungsQualität
Volkshochschulverband Baden-Württemberg

ANMELDUNGEN

Grundsätzlich ist bei allen vhs-Kursen eine Anmeldung erforderlich. In der Regel sind die Anmeldungen nur in Verbindung mit einer Einzugsermächtigung möglich. Ihre Anmeldungen sind verbindlich. Das Zustandekommen einer Veranstaltung bzw. die günstige Kursgebühr hängt oft von einer einzigen Anmeldung ab. Wir bitten Sie daher in Ihrem eigenen Interesse, Ihre Anmeldung möglichst frühzeitig vorzunehmen. Die angemeldeten Teilnehmer*innen werden bei Nichtstattfinden des Kurses automatisch informiert. Vorträge mit Abendkasse sind gesondert gekennzeichnet, hier ist eine Anmeldung nicht zwingend.

ABMELDUNGEN

Abmeldungen werden bis 7 Tage vor Kursbeginn berücksichtigt und sind kostenlos. Danach wird jedoch die volle Gebühr fällig. Abmeldungen werden telefonisch unter 07951 403-3800 oder per E-Mail an vhs@crailsheim.de entgegengenommen.

TEILNEHMERZAHL BEI KURSEN

Die Teilnehmerzahl bei allen Kursen ist sowohl nach oben wie nach unten begrenzt. Wird die Mindestteilnahmezahl unterschritten, kann der Kurs nur dann stattfinden, wenn sich die Teilnehmenden mit einem Gebührenaufschlag oder einer Kürzung des Kurses einverstanden erklären. Maßgebend für diese Regelung ist die Anzahl der angemeldeten Teilnehmenden zum Kursbeginn. Sollten bei Kursen weniger als 5 Anmeldungen vorliegen, behalten wir uns vor, diese abzusagen. Eine spezielle Gebührenstaffelung für den Sprachbereich finden Sie im entsprechenden Abschnitt.

BEZAHLUNG

Mit der Anmeldung zu Veranstaltungen und Prüfungen werden die Gebühren fällig. Die Bezahlung kann per SEPA-Abbuchung, bar oder per EC-Karte erfolgen. Überweisungen sind nicht möglich. Bankspesen gehen zu Lasten der Teilnehmenden. Nicht in Anspruch genommene Kurstermine berechtigen nicht zur Minderung der Kursgebühr. Eintrittsgelder für Einzelveranstaltungen (Vorträge u.ä.) können in der Regel an der Abendkasse entrichtet werden.

KOSTEN FÜR UNTERRICHTSMATERIALIEN

Wenn nicht anders vermerkt, sind Lehrbücher und Materialien nicht in der Gebühr enthalten und müssen von den Teilnehmenden selber besorgt werden. Zusätzlich benötigte Materialien (z.B. Kopien, Lebensmittel bei Kochkursen, Ton bei Töpferkursen etc.) werden direkt im Kurs mit der Kursleitung verrechnet.

GEBÜHRENERMÄSSIGUNG

Schüler*innen, Studierende, Auszubildende, Au-Pair und Bundesfreiwilligendienstleistende erhalten eine Ermäßigung von 15 % bei allen Veranstaltungen. Ausgenommen hiervon sind Reisen und berufliche Langzeitlehrgänge sowie Sonderkurse (z.B. Kinderkurse). Der Anspruch auf eine Gebührenermäßigung muss bei der Anmeldung angegeben werden.

FEHLZEITEN

Bitte rufen Sie nicht bei der vhs-Geschäftsstelle an, wenn Sie zu einem Kurstermin verhindert sind. Die Weitergabe von solchen Informationen ist zum Teil recht schwierig.

TEILNAHMEBESCHEINIGUNGEN

Teilnahmebescheinigungen für Gesundheits- und EDV-Kurse werden kostenlos ausgestellt. In allen anderen Fachbereichen wird eine Gebühr von EUR 3,00 bei Abholung bzw. zzgl. Porto bei Zustellung auf dem Postweg erhoben. Für Sonderbescheinigungen beträgt die Gebühr EUR 5,00 (zzgl. Porto).

BILDUNGSZEIT

Bildungszeit nach dem Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg kann für berufliche und politische Weiterbildung sowie für die Qualifizierung im Ehrenamt genommen werden. Die meisten Beschäftigten in Baden-Württemberg haben einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freistellen zu lassen. Während der Bildungszeit wird das Arbeitsentgelt weiter gezahlt.

Die vhs Crailsheim bietet eine zunächst noch begrenzte Anzahl an Kursen an, die für die Bestimmungen des Bildungszeitgesetzes passend sind. Wer unter welchen Bedingungen Bildungszeit nehmen kann, ist im Gesetz im Detail geregelt - bitte lesen Sie dort nach, was für Sie persönlich zutrifft. Unter www.bildungszeitgesetz.de finden Sie alle Informationen zur Bildungszeit. In jedem Fall wird der Antrag auf Bildungszeit unabhängig von der vhs beim Arbeitgeber gestellt. Die Kosten wie Kursgebühren oder Anfahrt müssen vom Arbeitnehmer bezahlt werden. Wir beraten Sie gerne, welche Kurse und Seminare für die Inanspruchnahme von Bildungszeit geeignet sind. Auskunft gibt Martin Dilger, Tel. 07951 403-3816.

VHS FÜR ALLE – INKLUSIONSPROJEKT DER LEBENSHILFE CRAILSHEIM E.V. UND DER VHS

Inklusion geht von einem Menschenbild aus, bei dem es normal ist, verschieden zu sein. Das bedeutet, dass alle Menschen am Leben in der Gemeinschaft teilhaben können. Niemand wird ausgeschlossen oder ausgesondert. Die vhs Crailsheim und Inklusio, das Inklusionsprojekt der Lebenshilfe Crailsheim e.V., möchten genau dies möglich machen. In Kursen, die sich an alle Personen richten, können sich Teilnehmer*innen mit und ohne Behinderungen begegnen und kennenlernen. So werden neue Begegnungen möglich und dadurch Barrieren - nicht zuletzt in den Köpfen - abgebaut.

Sie benötigen Unterstützung bei der Teilnahme an einem Kurs? Oder Sie möchten wissen, ob ein Kurs barrierefrei zugänglich ist oder ob besondere Unterrichtsmaterialien (z.B. für Sehbehinderte oder Gehörlose) vorliegen?

Bei uns erfahren Sie, ob das entsprechende Gebäude für Menschen mit Handicap (beispielsweise Rollstuhlfahrer*innen) zugänglich sind und ob andere Unterstützungen für den jeweiligen Kurs gegeben werden können (Assistenz, leichte Sprache, spezielle Unterrichtsmaterialien etc.). Falls das Gebäude nicht barrierefrei zugänglich ist, helfen wir Ihnen gerne bei der Organisation von Hilfsmitteln. Oder wir verlegen den Kurs ganz unbürokratisch in einen barrierefreien Seminarraum.

HYGIENEBESTIMMUNGEN / ONLINE-KURSE

Bitte beachten Sie die jeweils aktuell geltenden Hygienebestimmungen auf den Internet-Seiten der Landesregierung Baden-Württemberg und auf der vhs-Website. In vielen Kursen wird in Kleingruppen gearbeitet. Online- bzw. Hybrid-Kurse sind durch ein rundes blaues Symbol gekennzeichnet.

HAUSORDNUNG

Mit Vertragsabschluss verpflichten sich die Teilnehmenden, die Hausordnungen der jeweiligen Lehrstätten zu beachten. Das Rauchen ist in allen vhs-Schulungsstätten verboten.

DATENSCHUTZ

Der Schutz Ihrer Privatsphäre und Ihrer persönlichen Daten ist uns wichtig. Daher halten wir uns strikt an die Regeln der Datenschutzgesetze. In der Datenschutzerklärung auf www.vhs-crailsheim.de erläutern wir, welche Informationen wir erfassen und elektronisch speichern und wie diese Informationen genutzt werden.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB)

Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen der vhs Crailsheim anerkannt. Unsere vollständigen AGB finden Sie unter www.vhs-crailsheim.de.

TEAM

MARTIN DILGER

vhs-Leiter
Gesellschaft · Wissen · Beruf · EDV
Tel. 07951 403-3816
E-Mail martin.dilger@crailsheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung

PATRIZIA PETROU

Fachbereichsleiterin
Deutsch als Fremdsprache
Tel. 07951 403-3815
E-Mail patrizia.petrou@crailsheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung

SABINE UNTHEIM

Fachbereichsleiterin
Gesundheit
Tel. 07951 403-3814
E-Mail sabine.untheim@crailsheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung

KADRI PETERSON

Fachbereichsleiterin
Fremdsprachen · Kunst · Kreativität
Tel. 07951 403-3817
E-Mail kadri.peterson@crailsheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung

ANDREA RÖSSLER

Verwaltung
Abonnement Staatstheater Stuttgart
Tel. 07951 403-3812
E-Mail andrea.roessler@crailsheim.de

ANKE SEEGERER

Verwaltung
Abend- und Wochenenddienste
Tel. 07951 403-3821
E-Mail anke.seegerer@crailsheim.de

SYLVIA WOLZ

Verwaltung
Tel. 07951 403-3810
E-Mail sylvia.wolz@crailsheim.de

ANDREAS EBERLEIN

Verwaltung
Tel. 07951 403-3811
E-Mail andreas.eberlein@crailsheim.de

SANDRA KAMPTMANN

Verwaltung
Tel. 07951 403-3813
E-Mail sandra.kamptmann@crailsheim.de

IDENTITÄT · ANGEBOT

Die vhs Crailsheim ist Teil eines flächendeckenden Netzes von rund 175 Volkshochschulen in Baden-Württemberg und annähernd 1000 deutschlandweit.
Sie ist das kommunale Weiterbildungszentrum der Stadt Crailsheim. Ihr Bildungsangebot steht allen Gruppen der Bevölkerung in unterschiedlichen Lebensphasen offen.
Als öffentlich geförderte, gemeinnützige Bildungseinrichtung verpflichtet sich die vhs Crailsheim zu transparenter Arbeitsweise, zu effizienter Organisation und zum wirtschaftlichen Einsatz ihrer Ressourcen.

Ihr Angebot ist inhaltlich breit gefächert, qualitativ hochwertig, zeitgemäß, bezahlbar und umfasst die Bereiche
- Allgemeinbildung
- Gesundheitsbildung
- Kunst und kulturelle Bildung
- Sprachen
- Berufliche Weiterbildung
- Abendrealschule

WERTE · ZIELE

Die vhs Crailsheim ist der demokratischen Grundordnung verpflichtet und leistet einen Beitrag zu sozialer Gerechtigkeit und Chancengleichheit. Sie ist bürgernah, überparteilich, weltanschaulich und konfessionell unabhängig. Sie ist ein Ort der Toleranz und des Dialogs zwischen Kulturen und sozialen Milieus.
Mit ihrem Bildungsangebot unterstützt die vhs Crailsheim Menschen in ihrer Persönlichkeits- und Kompetenzentwicklung. Somit fördert sie die aktive und selbstbestimmte Teilhabe am kulturellen, politischen und gesellschaftlichen Leben als wichtige Voraussetzung für eine demokratische Gesellschaft.
Das vhs-Angebot hilft Menschen, in einer sich verändernden Lebens- und Berufswelt zu bestehen und auf die Herausforderungen des gesellschaftlichen Wandels angemessen zu reagieren. Ziel der Kurse und Veranstaltungen ist es daher, die Lernenden zur praktischen Anwendung und selbstständigen Weiterentwicklung der erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten zu befähigen.
Die vhs Crailsheim leistet einen wesentlichen Beitrag zum Erhalt und zur Steigerung der Lebensqualität der Bürgerinnen und Bürger.

MENSCHEN · ORGANISATION

Hauptberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind verantwortlich für die Planung, Organisation und Durchführung des Programms in Zusammenarbeit mit rund 200 freiberuflichen Dozentinnen und Dozenten.
Bei der Gestaltung ihres Programms orientiert sich die vhs Crailsheim an der Bildungsnachfrage der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie am öffentlichen Bildungsauftrag. Sie reagiert auf aktuelle Erfordernisse und auf neu entstehende Bildungsbedürfnisse.
Die Kurse und Veranstaltungen werden von engagierten und fachlich kompetenten Lehrkräften zielgruppengerecht geleitet. Die vhs Crailsheim fördert die fachliche, methodische und pädagogische Qualifizierung der Dozentinnen und Dozenten. Sie informiert regelmäßig über geeignete Fortbildungsangebote und -programme und beteiligt sich an den Kosten der Fortbildungen.
Wesentliche Leitlinien bei Anmeldung und Beratung sind Kundenorientierung, sachgerechte mündliche und schriftliche Informationen zu den Veranstaltungen, kompetente und individuelle Beratung und ein bequemes Anmeldeverfahren.
Die Verwaltung versteht sich als Dienstleisterin gegenüber Kundinnen und Kunden sowie Dozentinnen und Dozenten. Sie ist um ein freundliches, schnelles und möglichst unbürokratisches Handeln bestrebt.

KOOPERATION · KOMMUNIKATION

Die vhs Crailsheim kooperiert mit anderen Weiterbildungs-, Gesundheits- und Kultureinrichtungen sowie Partnern aus Wirtschaft und Verwaltung. Diese Kooperationen dienen der inhaltlichen Vernetzung und Bündelung von Stärken und Ressourcen.
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der vhs Crailsheim kommunizieren aktiv, kontinuierlich und ergebnisorientiert: sowohl bereichsübergreifend nach innen als auch im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit nach außen.

QUALITÄTSSICHERUNG

Anregungen und Kritik von Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie Dozentinnen und Dozenten nimmt die vhs Crailsheim ernst und zum Anlass, ihre Qualitätsstandards und Bildungsinhalte zu überprüfen.
Als lernende Organisation zeichnet sie sich aus durch Qualitätskontrollen, kontinuierliche Optimierung der Arbeitsabläufe und der Organisationsstruktur. Den Anforderungen einer sich stetig wandelnden Gesellschaft steht sie offen und kritisch gegenüber.
Im Rahmen ihres Qualitätsmanagements unterzieht sich die vhs Crailsheim regelmäßig einem Zertifizierungsprozess.

EINZELVERANSTALTUNGEN

VORTRÄGE, WORKSHOPS, EXKURSIONEN UND WOCHENENDSEMINARE

Die Kursnummer vor dem Titel führt Sie zur detaillierten Beschreibung der Veranstaltung. Ein „S1xxxx“ bedeutet, Sie finden die Veranstaltung in unserem Fachbereich 1 - Gesellschaft · Wissen, ein „S3xxxxx“ entsprechend: Beschreibung im Fachbereich 3 - Gesundheit.

Sa	24.09.2022	S50465W	Kostenfreie Schnuppertermine zu DATEV, Lexoffice und SAP R/3
Mo	26.09.2022	S10332X	Vortrag: Die neue Grundsteuererklärung
Do	29.09.2022	S10579	Vortrag für Eltern: Lernen ab der Pubertät
Do	29.09.2022	S10333X	Vortrag: Die neue Grundsteuererklärung
Do	29.09.2022	S10342	Vortrag: Pflegebedürftig - was nun?
Fr	30.09.2022	S40495	Einbürgerungstest
Fr	30.09.2022	S50142	Präsentationen mit PowerPoint - Grundlagen
Sa	01.10.2022	S21471	Abrakadabra, Simsalabim. Zaubertricks für Kinder
Sa	01.10.2022	S21476	Abrakadabra. Zauberlehrgang für Erwachsene
Di	04.10.2022	S10210W	Livestream: Künstliche Intelligenz in der Medizin - wie lässt sich ihr Potenzial verantwortlich nutzen?
Mi	05.10.2022	S10430W	Online-Vortrag: Das Sterben der Insekten
Mi	05.10.2022	S20630WX	Kunstgeschichtlicher Online-Vortrag: Die Schöpfung: Theologie - Ikonografie
Mi	05.10.2022	S10212W	Livestream: Grenzen der Menschheit
Do	06.10.2022	S40477	Info-Vormittag im LernCafé - MuM meets MuM: Spielen, Sprechen, Hausaufgaben
Do	06.10.2022	S10323	Online-Vortrag: Erben und vererben
Do	06.10.2022	S10324W	Online-Vortrag: Kryptowährungen: Bitcoins & Co.
Do	06.10.2022	S50661X	Workshop: Die sieben Geheimnisse der Rhetorik
Fr	07.10.2022	S10005	Besuch im ZDF-Sendezentrum in Mainz
Sa	08.10.2022	S10009	Turm- und Glockenführung in der Johanneskirche
Sa	08.10.2022	S40493	DTZ (B1-Prüfung) Prüfungsvorbereitung
Sa	08.10.2022	S50160A	Android-Basiskurs
Sa	08.10.2022	S21015	Drechsel-Workshop
Sa	08.10.2022	S302705	Frauen wehren sich
Sa	08.10.2022	S50172	Besser fotografieren mit Ihrer Kamera
So	09.10.2022	S302870	Reiten für Erwachsene - für Anfänger*innen
Mo	10.10.2022	S10505	Infoabend : Gewalt in Familien
Mo	10.10.2022	S10326W	Online-Vortrag: Neue Trends in der Geldanlage für Anleger*innen mit ersten Erfahrungen
Di	11.10.2022	S20661	Kunsthistorischer Vortrag zum Trojanischen Krieg: Das Urteil des Paris und die drei Grazien
Di	11.10.2022	S50114	Apple statt Windows? macOS-Infoabend
Di	11.10.2022	S50633X	Workshop: Vokabeln lernen wie im Schlaf
Mi	12.10.2022	S10481	NABU-Monatstreff: Versteckte Klima-“Sünden“ in unserem Alltag - wenig geläufige Verbrauchertipps
Mi	12.10.2022	S20732	Handlettering für Anfänger*innen
Mi	12.10.2022	S30400	Workshop: Aromawellness mit ätherischen Ölen
Mi	12.10.2022	S30500	Kochkurs: Indische Küche „Ratjastan“
Mi	12.10.2022	S10133	Die besondere Stadtführung: Crailsheimer Architekturgeschichte: Das Bauen der 1950er Jahre
Mi	12.10.2022	S50605X	Seminar: Emotionale Intelligenz
Do	13.10.2022	S20280W	Livestream: Preisträger*in des Deutschen Sachbuchpreises 2022 spricht exklusiv
Do	13.10.2022	S10240	Vortrag: Europa und Russland nach dem Ukraine-Krieg - Neustart oder neuer kalter Krieg?
Do	13.10.2022	S10415	Vortrag: Fördermöglichkeiten für Heizungserneuerung, energetische Sanierung und Neubau
Do	13.10.2022	S301060	Enzymmassage mit Honig. Immunsystem stärken
Do	13.10.2022	S50161W	Online-Seminar: WhatsApp, Signal, Threema & Co.
Fr	14.10.2022	S21071	Workshop: Sonnenfänger. Kunstvolle Unikate aus Eichenholz und Farbgläsern
Fr	14.10.2022	S21507	Stilberatung. Schluss mit Haare-Färben! - für Frauen
Fr	14.10.2022	S21517	Worin bin ich am besten? Talentcoaching für Jugendliche und junge Erwachsene
Sa	15.10.2022	S30410	Naturkosmetik selbstgemacht
Sa	15.10.2022	S40493DTZ	Deutschtest für Zuwanderer DTZ (B1-Prüfung)
Sa	15.10.2022	S21050	„Spiel mit dem Feuer“ - Schmieden mit der mobilen Esse. Im Rahmen der Langen Nacht der Türme
Sa	15.10.2022	S21109	Fotografieren im Tierpark Bad Mergentheim
Sa	15.10.2022	S21505	Vorher-Nachher. Ein neuer Typ - für Frauen
Sa	15.10.2022	S21515	Workshop: Schicke Hochsteckfrisuren für den Alltag und besondere Anlässe
So	16.10.2022	S10482	Naturkundliche Führung: Das verborgene Leben unserer Pilze
Mo	17.10.2022	S10011	Werksbesichtigung bei Syntegon
Mo	17.10.2022	S10606	Workshop: Mentale Stärke. Sich selbst und andere besser verstehen
Mo	17.10.2022	S10243W	Livestream: Das Erbe der Sklaverei - Eine Reise durch die amerikanische Geschichte
Di	18.10.2022	S20663	Kunsthistorischer Vortrag zum Trojanischen Krieg: Die Liebesinsel „Kythera“
Di	18.10.2022	S10246W	Livestream: Journalist*innen der Süddeutschen Zeitung im Gespräch
Mi	19.10.2022	S10418	Infoabend: Photovoltaik lohnt sich
Mi	19.10.2022	S10431W	Online-Vortrag: Macht Vielfalt gesund? Auswirkungen der Biodiversität im Wald auf unsere Gesundheit
Mi	19.10.2022	S30010	Vortrag: Salatblatt und Schokoherz. Gesund und nachhaltig abnehmen
Do	20.10.2022	S30015	Vortrag: Der Schmerz und sein Patient
Fr	21.10.2022	S20737	Herbstliche Blumen auf Aquarellblättern
Sa	22.10.2022	S10012	Tagesausflug zur KLIMA ARENA in Sinsheim
Sa	22.10.2022	S30325RF	Atemtag nach Buteyko. mit Yoga-Elementen
Sa	22.10.2022	S30505	Kochkurs: Herbstliches Gemüse fermentieren
Sa	22.10.2022	S40491	Deutsch B2 Prüfungsvorbereitung
Sa	22.10.2022	S10013	Exkursion: Murrhardt und Villa Franck mit Konzert der Stuttgarter Saloniker
Sa	22.10.2022	S10314	Infoveranstaltung: Geldanlagen. Alternativen zu niedrigen Tagesgeldzinsen?
So	23.10.2022	S20221X	Workshop: Ich schreibe meine Biografie
Mo	24.10.2022	S20282W	Livestream: Der bzw. die Preisträger*in des Friedenspreis des Dt. Buchhandels 2022 im Gespräch
Mo	24.10.2022	S10134	Buchvorstellung: Das Crailsheimer Pfarrbuch von ca. 1480
Mo	24.10.2022	S10343	Vortrag: Elternunterhalt - Wer zahlt die Heimkosten?
Di	25.10.2022	S50688	Fokus Frau und Beruf online: Nie mehr unter Wert verkaufen - Gehaltsverhandlungen führen
Di	25.10.2022	S50710X	Workshop: Alles anders - aber was genau und wie? Berufliche Entscheidungen vorbereiten
Mi	26.10.2022	S10470	Infoabend: Faszination Bienenvolk - Imkern als Hobby
Mi	26.10.2022	S20632WX	Kunstgeschichtlicher Online-Vortrag: Die Sintflut: Mythologie - Theologie - Ikonografie
Mi	26.10.2022	S10242	Vortrag: Frieden schaffen - mit Gewalt? Über Alternativen zur Kriegslogik
Mi	26.10.2022	S50613X	Schlagfertigkeit wirkungsvoll trainieren
Do	27.10.2022	S20660	Kunstgeschichtlicher Vortrag: Hermann Hesse, Hans Purrmann, Gunter Böhmer - Drei Malerfreunde im Tessin
Do	27.10.2022	S10344	Infonachmittag zum Betreuungsrecht und zum neuen Ehegatten-Vertretungsrecht
Do	27.10.2022	S10348WX	Online-Vortrag: Smart Home: Neue digitale Anwendungen im Wohnbereich
Do	27.10.2022	S301010	Klangschalen-Meditation mit Yin Yoga
Do	27.10.2022	S50410WX	Online-Kurs: Moderne Geschäftskorrespondenz gut formulieren
Fr	28.10.2022	S40478	Info-Vormittag im LernCafé - MuM meets MuM: Frauenrechte
Fr	28.10.2022	S10248W	Livestream: Der Mensch und die Macht. Über Erbauer und Zerstörer Europas im 20. Jahrhundert
Fr	28.10.2022	S50616X	Kluges Reagieren auf Beschwerden

Sa	29.10.2022	S30510	Veganes Kimchi und würzige Fermente herstellen
Sa	29.10.2022	S40491PR	Prüfung telc Deutsch B2
Sa	29.10.2022	S50158A	Apple-iOS-Basiskurs
Sa	29.10.2022	S21064	Freundschafts- und Wickelringe aus Silber
Sa	29.10.2022	S21066	Silberringe „de Luxe“
Sa	29.10.2022	S50719X	Nebenberuflich erfolgreich selbstständig
Mo	31.10.2022	S10060	Islandpferdetag für Kinder
Mo	31.10.2022	S10135	Vortrag: Adam Weiß und die Reformation in Crailsheim
Mi	02.11.2022	S10432W	Online-Vortrag: Gender trifft Erderwärmung. Was hat die Klimakrise mit Geschlechtergerechtigkeit zu tun?
Mi	02.11.2022	S20100	talentCAMPus für Kinder und Jugendliche: „Geisterhaus for Sale!“ Lass dich beGEISTern von Tanz & Theater
Mi	02.11.2022	S20745	Kreativkurs in den Herbstferien: Taiji und Mandala-Malkurs für Kinder ab 10 Jahren
Mi	02.11.2022	S10061	Exkursion: Milchhof Ludwig - für Kinder ab 6
Mi	02.11.2022	S10329W	Online-Vortrag: Richtig investieren in Aktien und ETFs für Einsteiger*innen
Do	03.11.2022	S10250W	Livestream: Fall und Aufstieg der Weltmacht China
Sa	05.11.2022	S20746	Digitales Lettering für Anfänger*innen
Sa	05.11.2022	S30420	Kräuter-Workshop: Cremes und Tinkturen für die Schönheit
So	06.11.2022	S20617	Kürbistage im Blühenden Barock. Führung durch das barocke Ludwigsburg
Mo	07.11.2022	S50193A	Computer-Sprechstunde
Di	08.11.2022	S11020W	Livestream-vhs.wissen live: Vom Nutzen der Raumfahrt - Innovationen für die Gesellschaft
Di	08.11.2022	S20601WX	Online-Kunstmatinée: Adolph Menzel: „Das Flötenkonzert in Sanssouci“ (1852)
Di	08.11.2022	S50717WX	Online-Kurs: Bewerbungsschreiben formulieren
Mi	09.11.2022	S10483	NABU-Themenabend
Mi	09.11.2022	S10136	Vortrag: Das Erinnerungsbuch an die Opfer der NS-Diktatur im Altkreis Crailsheim
Mi	09.11.2022	S30020	Vortrag : Vorhofflimmern: Turbulenzen im Herz
Mi	09.11.2022	S50170	Aufbauworkshop WordPress
Do	10.11.2022	S10953	Vortrag: Anatolische Wurzeln der europäischen Kultur. Die Region Smyrna/Izmir
Do	10.11.2022	S50643WX	Der schnelle Einstieg in Sketchnotes - Online-Visualisierungsworkshop
Fr	11.11.2022	S30520	Thailändische Küche: Frühlingsrolle, Suppe, Curry
Fr	11.11.2022	S10360	Themenabend rund um Familie und Immobilien
Fr	11.11.2022	S20800	Origami für Kinder ab 8 Jahren
Fr	11.11.2022	S21530	Die Augen richtig und schnell schminken lernen
Fr	11.11.2022	S30025	Vortrag mit Demonstrationen: Der Schlaf wird mein Freund!
Fr	11.11.2022	S50618X	Job & Glück, geht das?
Sa	12.11.2022	S10472	Obstbaum-Schnittkurs
Sa	12.11.2022	S10630	Seminar: Wie Gedanken wieder Ruhe finden. Die Entdeckung der Inneren Schalter
Sa	12.11.2022	S302715	Wing Do®. Selbstverteidigung für Kinder
Sa	12.11.2022	S30525	Kräuter-Workshop: Schnelle After-Work-Küche
Sa	12.11.2022	S50143	Referate halten mit PowerPoint für Schüler*innen
Sa	12.11.2022	S10063	Familienspaziergang mit Islandpferden
Sa	12.11.2022	S10362	Vortrag: Mietrecht aktuell
Sa	12.11.2022	S20870	Eigenen Kalender gestalten
Sa	12.11.2022	S21041	Mosaikwerkstatt: Gestalte deinen eigenen Schutzengel
Sa	12.11.2022	S302710	Wing Do®. Selbstverteidigung für Kinder
Sa	12.11.2022	S50177	Grundlagenkurs Adobe Photoshop
Sa	12.11.2022	S50188X	Blender 3D Modelling
Sa	12.11.2022	S50750X	Social Content - oder wie man Storytelling nutzt
So	13.11.2022	S10137	Vortrag mit musikalischer Untermalung: Musik und Musiker in Crailsheim vom Mittelalter bis zum Zweiten Weltkrieg
So	13.11.2022	S21042	Mosaikwerkstatt: Gestalte deinen eigenen Schutzengel
Mo	14.11.2022	S10252W	Livestream: Wie hättet ihr uns denn gerne? Ein Gespräch zur deutschen Realität
Mo	14.11.2022	S50621	Seminar: Keep cool. Konflikte verstehen und gewinnbringend lösen
Di	15.11.2022	S30527	Weihnachtliche Geschenke aus dem Thermomix®
Di	15.11.2022	S50625X	Smalltalk? Kein Problem!
Mi	16.11.2022	S10420	Mit System zur richtigen Heizung
Mi	16.11.2022	S10433W	Online-Vortrag: Klimaneutral - wie geht das?!
Mi	16.11.2022	S10434W	Online-Vortrag: Sortenvielfalt unserer Pflanzen - Wert für Biodiversität und Teller
Mi	16.11.2022	S30530	Weihnachtsplätzchen backen. Backkurs für Kinder
Mi	16.11.2022	S10253W	Online-Vortrag: Die Barbaren sind die anderen. Wie ein Denkmuster Geschichte prägt
Do	17.11.2022	S30535	Kochkurs: Essen über 50
Do	17.11.2022	S10315	Infoveranstaltung: Geldanlagen. Alternativen zu niedrigen Tagesgeldzinsen?
Do	17.11.2022	S20867	Der Adventskranz: klassisch - natürlich - modisch
Fr	18.11.2022	S10424	Vom Baugrundstück bis zum Bauantrag. Infoabend für angehende Hauseigentümer
Fr	18.11.2022	S30540	Weihnachtsplätzchen. Alles auf einmal!
Fr	18.11.2022	S10065	Wer arbeitet in der Nacht? Stadtführung durch das abendliche Crailsheim
Fr	18.11.2022	S30027WX	Online-Infoabend: Was tun bei Tinnitus?
Sa	19.11.2022	S302720	Selbstbehauptungskurs für Frauen und Mädchen
Sa	19.11.2022	S30320	Ayurveda für Anfänger*innen
Sa	19.11.2022	S30542	Weihnachtsplätzchen. Alles auf einmal!
Sa	19.11.2022	S40067RF	Regionale Fortbildung: Spiele und Bewegung im Sprachenunterricht
Sa	19.11.2022	S50111	Linux Presentation Day 2022
Sa	19.11.2022	S301510	Meditation - eine praktische Einführung mit mehreren Methoden
Sa	19.11.2022	S50160B	Android-Basiskurs
Sa	19.11.2022	S50662X	Seminar: Rhetorik - Überzeugend auftreten und begeisternd reden
Mo	21.11.2022	S10515	Informationsabend: Kinder brauchen ein Zuhause - Pflegeeltern gesucht
Di	22.11.2022	S10520	Eltern-Forum: Die entspannte Familie. Wie man aus einer Mücke keinen Elefanten macht
Di	22.11.2022	S30544	Weihnachtsplätzchen. Alles auf einmal!
Mi	23.11.2022	S20634WX	Kunstgeschichtlicher Online-Vortrag: Der Turmbau zu Babel: Geschichte - Theologie - Ikonografie
Mi	23.11.2022	S10254W	Livestream: „Macht Euch die Erde untertan“ - Aufstieg und Fall einer Idee
Do	24.11.2022	S10142	Vortrag: Die Römer in Südwestdeutschland
Do	24.11.2022	S30030	Vortrag: Das Immunsystem mit natürlichen Methoden stärken
Fr	25.11.2022	S40496	Einbürgerungstest
Fr	25.11.2022	S10066	Abendführung: Geheimnisvolles Crailsheim. Sagen und Märchen rund um Crailsheim
Fr	25.11.2022	S21070	Engelworkshop: Eine Engelskulptur aus Massivholz gestalten
Sa	26.11.2022	S10580	Seminar: Strategien für stressfreies Lernen für Schüler*innen sowie Azubis und Studierende
Sa	26.11.2022	S30440	Workshop: Grüner und gesünder putzen. Ökologische Haushaltsreiniger selbst herstellen
Sa	26.11.2022	S20891	Workshop: Geschenkbox basteln nach Keith Haring - für Kinder ab 8 Jahren
Sa	26.11.2022	S301070	Shiatsu für Paare oder Freund*innen
Sa	26.11.2022	S50637W	Online-Workshop: Drei Geheimnisse erfolgreicher Verhandlungen
So	27.11.2022	S10151W	Livestream: Troia: Geschichte und Mythos einer ewigen Stadt
Mo	28.11.2022	S10674X	Seminar: Die besonderen Herausforderungen des Lebens im Ruhestand

EINZELVERANSTALTUNGEN

Mo	28.11.2022	S10338	Vortrag: Ehe- und Scheidungsrecht
Di	29.11.2022	S10152	Historisch-politisches Gespräch: 70 Jahre Baden-Württemberg
Di	29.11.2022	S50640	Seminar: Sicher auftreten - überzeugend argumentieren - souverän ankommen
Mi	30.11.2022	S10435W	Online-Vortrag: Multifunktionelle Stadtnatur - Wie Biodiversität für ein rundes Stadtbild sorgt
Mi	30.11.2022	S10452W	Online-Vortrag : Überflüssiger Überfluss - wie geht nachhaltige Ernährung?
Mi	30.11.2022	S10676	Das Flow-Erlebnis. Einfache Schritte in das konzentrierte Tun
Mi	30.11.2022	S20636WX	Kunstgeschichtlicher Online-Vortrag: Die Weihnachtsgeschichte in der Bildenden Kunst
Mi	30.11.2022	S30035	Basiskurs zum Thema „Demenz“
Mi	30.11.2022	S50182A	Digitales Fotobuch gestalten
Do	01.12.2022	S10438WX	Online-Vortrag: Elektroautos - Strombezug, Ladesäulen und Preise
Do	01.12.2022	S50642WX	Online-Kurs: Besprechungen effizient organisieren und durchführen
Do	01.12.2022	S50689	Fokus Frau und Beruf online: Bewerbung heute
Fr	02.12.2022	S10256	Vortrag: MEMORIAL International
Fr	02.12.2022	S20874	Workshop: Weihnachtsschmuck-Werkstatt - für Kinder ab 6 Jahren
Fr	02.12.2022	S301515	Das Herzensgebet. Ein praktischer Weg in die Stille
Sa	03.12.2022	S10484	NABU-Jahresabschluss mit Bilderpräsentation
Sa	03.12.2022	S30545	Vegetarisches Menü mit Kräutern für die Festtage
Sa	03.12.2022	S30550	Darm in Not?! Gesunde Ernährung für den Darm
Sa	03.12.2022	S20754	„Kunst-Frühstück“ im inatelier: Winterdruck
Sa	03.12.2022	S20871	Eigene (Post-)Karten erstellen
Sa	03.12.2022	S50161	Android-Aufbaukurs
Di	06.12.2022	S20603WX	Kunstmatinée: Edgar Degas: „Im Orchestergraben“
Di	06.12.2022	S30516WX	Online-Kochkurs: Das nachhaltige Adventsmenü
Di	06.12.2022	S50139B	Aufbauworkshop: Makroprogrammierung in Excel
Di	06.12.2022	S10258W	Livestream: Wie unser Verhalten als Verbraucher gesteuert wird
Di	06.12.2022	S20868	Workshop: Weihnachtlicher Raumschmuck
Mi	07.12.2022	S10443W	Online-Vortrag: Moderne Landwirtschaft aus dem Blickwinkel der Bienen
Mi	07.12.2022	S50690	Vortrag in Präsenz mit Online-Zuschaltmöglichkeit: Jeder Monat zählt: Die Bausteine der Rente
Do	08.12.2022	S10259W	Livestream: Ein Jahr Bundesregierung - eine Bilanz
Do	08.12.2022	S301015	Vollmond-Meditation mit Klangschalen und Yin Yoga
Do	08.12.2022	S50193B	Computer-Sprechstunde
Fr	09.12.2022	S10260	Vortrag und Gespräch: Zukunft der Mobilität
Sa	10.12.2022	S30555	Weihnachtliche Cupcakes backen und dekorieren
Sa	10.12.2022	S20755	Atelierbesuch mit Winterdrucken für Kinder ab 7
Sa	10.12.2022	S50186	Grundlagenkurs Adobe InDesign
Mo	12.12.2022	S50657X	Seminar: Deeskalationsstrategien im Beruf
Mi	14.12.2022	S10850W	Livestream: Die Menschenrechte
Mi	14.12.2022	S30560	Kochkurs: Geschenke aus der Küche
Mi	14.12.2022	S20757	Lettering: Weihnachtsprojekte
Do	15.12.2022	S20680W	Livestream: A Master in the Making. Gemälde von Anthonis van Dyck in der Alten Pinakothek
Sa	17.12.2022	S20758	Workshop: Bullet Journaling: Kalender/Notizbuch individuell gestalten
Sa	17.12.2022	S21016	Drechsel-Workshop
Sa	17.12.2022	S21540	Farb- und Stilschule
Mi	21.12.2022	S10445W	Online-Vortrag: Biodiversität und Klimawandel
Di	10.01.2023	S20605WX	Online-Kunstmatinée: Gustav Klimt: „Das Beethovenfries“ (1902)
Di	10.01.2023	S20665	Kunsthistorischer Vortrag: Entführung der Helena
Mi	11.01.2023	S50138	Pivot-Tabellen mit Excel
Mi	11.01.2023	S50412X	Einfach gut organisiert! Büromanagement und Kommunikation für das Sekretariat
Mi	11.01.2023	S10331	Vortrag: Mobile Payment - Online Payment
Do	12.01.2023	S30565	Köstliche Overnight Oats
Do	12.01.2023	S10345	Vortrag: Wie man die Pflegezeit finanziell meistert
Fr	13.01.2023	S21551	Schminkschule für die Frau
Sa	14.01.2023	S20421X	Theaterworkshop: Ausstrahlung und Präsenz
Sa	14.01.2023	S30570	Winterküche: Ayurvedisch kochen
Sa	14.01.2023	S30575	Kochen mit Waldemar Pazurek
Sa	14.01.2023	S10316	Vortrag: Cleverer Umgang mit Geld
Sa	14.01.2023	S30060X	Workshop: Stress verstehen und auflösen
Sa	14.01.2023	S50192	Raspberry Pi
Sa	14.01.2023	S50198X	Einstieg in die Programmierung mit C#
Mo	16.01.2023	S50150	Outlook - Aufbaukurs
Mo	16.01.2023	S50193C	Computer-Sprechstunde
Di	17.01.2023	S20667	Kunsthistorischer Vortrag: Die Kriegsführung der Griechen und die Windstille bei Aulis
Di	17.01.2023	S30517WX	Online-Kochkurs: Das nachhaltige Menü im Winter
Mi	18.01.2023	S10678X	Seminar: Kraft für Neues. Sicherheit gewinnen unter schwierigen Lebensumständen
Mi	18.01.2023	S30578	Kochkurs: Nachhaltigkeit beginnt im Kochtopf
Mi	18.01.2023	S10158W	Livestream: Von Latein zu den romanischen Sprachen
Mi	18.01.2023	S10347	Vortrag: Testament - General- und Vorsorgevollmacht - Patientenverfügung
Do	19.01.2023	S30040	Vortrag: Richtig ernährt - aber wie?
Do	19.01.2023	S50691X	Frauenpower 4.0
Fr	20.01.2023	S10160	Vortrag: 100 Jahre Blaskapelle Onolzheim und die Onolzheimer Ortsgeschichte
Sa	21.01.2023	S30580	Kochen mit Waldemar Pazurek
Sa	21.01.2023	S50132	Excel - Intensivkurs am Samstag
Sa	21.01.2023	S10299	Politik-Matinée: Hintergründe und Einschätzungen zu aktuellen Ereignissen und Entwicklungen
Sa	21.01.2023	S21051	Die Kunst des Vergoldens - leicht gemacht!
Sa	21.01.2023	S21215	Konzert mit Vortrag: Leben und Werk großer Komponisten: Frédéric Chopin (1810-1849)
Sa	21.01.2023	S30065	Vortrag: Vital und fit durchs neue Jahr
Sa	21.01.2023	S301040	Workshop: Gesund und entspannt durch den Alltag
Sa	21.01.2023	S301390	Lach-Yoga. Die sonnige Seite des Lebens
Di	24.01.2023	S10320WX	Online-Vortrag: Altersvorsorge bei Niedrigzinsen
Di	24.01.2023	S10346X	Infoveranstaltung zu den Schöffenwahlen 2023
Di	24.01.2023	S50663	Rhetorik: Mit Worten überzeugen
Mi	25.01.2023	S11030	Vortrag: Schwarze Löcher
Mi	25.01.2023	S50135	Excel - mal etwas anders
Sa	28.01.2023	S30585	Kochen mit Waldemar Pazurek
Sa	28.01.2023	S30070	Workshop: Stimmbefreiung
Mo	30.01.2023	S10161W	Livestream: Ist Geschichte gestaltbar?
Di	31.01.2023	S10330WX	Online-Vortrag: Geldanlage mit ETFs
Do	02.02.2023	S20607WX	Online-Kunstvortrag: Zwei Frauen(-)leben für die Kunst: Berthe Morisot und Maria Casper-Filser
Do	02.02.2023	S10165	Vortrag: Wie das Land zu seinem Namen kam. Die Geschichte von Haus und Herrschaft Hohenlohe
Fr	03.02.2023	S20258	Kleinkunst-Abend mit Karin FU: „Wenn die Welt quadratisch wär“. Eine Revue durch die 20er Jahre
Sa	04.02.2023	S30590	Kochkurs: Gewürze fürs Gehirn
Sa	04.02.2023	S40494	DTZ (B1-Prüfung) Prüfungsvorbereitung
Sa	04.02.2023	S20770	Collagen-Workshop: Spiel mit Linie und Flächen
Sa	04.02.2023	S20771	Horaffen-Collage für Kinder ab 8 Jahren
Do	09.02.2023	S30045	Vortrag: Einführung in verschiedene Formen des Fastens
Do	09.02.2023	S50162W	Online-Seminar: Facebook
Sa	11.02.2023	S30595	Kochkurs: Brasilianische Spezialitäten
Sa	11.02.2023	S40492	Deutsch B2 Prüfungsvorbereitung
Sa	11.02.2023	S40494DTZ	Deutschtest für Zuwanderer DTZ (B1-Prüfung)
Sa	11.02.2023	S20773	Malen wie Hundertwasser - für Kinder ab 6 Jahren
Sa	11.02.2023	S30075	Workshop: Entfalte den Klang in dir!
Sa	11.02.2023	S301090	Workshop: Unser Atem - ein Geschenk
Sa	11.02.2023	S50181	Bildbearbeitung mit GIMP 2.10
Sa	11.02.2023	S50190X	Hacker-Workshop
Sa	18.02.2023	S40492PR	Prüfung telc Deutsch B2

GESELLSCHAFT · WISSEN

IHRE VHS: DEMOKRATISCHER ORT DES LERNENS

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Gesellschaft · Wissen" ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die vhs hält hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.

Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

Thematische Stadtführungen und Exkursionen bieten Ihnen die Gelegenheit, die nähere und weitere Umgebung zu erkunden, zum Teil in Zusammenarbeit mit örtlichen Vereinen und Initiativen, z. B. dem Historischen Verein oder dem Naturschutzbund Deutschland (NABU). Feste Bestandteile des Programms sind auch Studienfahrten und Studienreisen.

Unsere Angebote richten sich generell an alle. Darüber hinaus finden Sie aber auch speziell auf Zielgruppen zugeschnittene Veranstaltungen. So gibt es Kurse, Gesprächsrunden und Workshops für Senioren, für Frauen und für Männer. Die „junge vhs" richtet sich gezielt an Kinder und Jugendliche. Besondere Veranstaltungen für Menschen mit Behinderung runden unser Programm ab.

Studienfahrten • Exkursionen 12
Erzählcafé 13
Frauenthemen 13
Männerthemen 13
junge vhs • Familie 14
Geschichte • Kulturgeschichte 14
Politik • Wirtschaft • Gesellschaft 17
Geld & Kapital 19
Pflege • Unterhalt • Vollmachten 22
Bauen • Wohnen • Sanieren 24
Mobilität • Nachhaltigkeit 25
Natur • Umwelt • Garten 26
Erziehungsfragen • Pädagogik • Schule 27
Psychologie • Gelingendes Leben 28
Philosophie 29
Glaube • Religion 30
Länder • Gegenden 30
Naturwissenschaften • Astronomie 30

STUDIENFAHRTEN · EXKURSIONEN · BESICHTIGUNGEN

S 10005

Besuch im ZDF-Sendezentrum in Mainz

Jörg Hertrich

Das ZDF-Sendezentrum in Mainz gehört zu den größten Fernsehproduktionsstätten in Europa. Es nahm 1984 nach sechsjähriger Bauzeit seinen Betrieb auf und wurde in den zurückliegenden Jahren durch den Auf- und Ausbau neuer ZDF-Partnerkanäle immer mehr erweitert und modernisiert.
Abfahrt ist in Crailsheim um 10:45 Uhr auf dem Volksfestplatz. Nach Ankunft im Sendezentrum gegen 13:30 Uhr besteht ab 14 Uhr voraussichtlich die Möglichkeit, in der ZDF-Kantine das „Kaffee & Kuchen-Buffet" in Anspruch zu nehmen (nicht im Preis enthalten). Kurz vor 15 Uhr beginnt das Programm mit der Besichtigung der ZDF-Studios, der Senderegien, einer Filmvorführung und Informationsgesprächen. Die Rückfahrt erfolgt voraussichtlich zwischen 17:30 und 18 Uhr. Mit der Rückkehr in Crailsheim ist gegen 21 Uhr zu rechnen.
Zustieg auch in Westernach (P+R) um 11:10 Uhr und in Öhringen (Kaufmännische Berufsschule) um 11:30 Uhr möglich.
Das Mindestalter liegt bei 12 Jahren.

Zusammen mit anderen Volkshochschulen in der Umgebung.

Freitag, 7. Okt. 2022, 10:45 bis ca. 21 Uhr
Treffpunkt: Volksfestplatz (Hakro Arena)
EUR 55,00

S 10009

Turm- und Glockenführung in der Johanneskirche

Uwe Langsam, Pfarrer

Auch wenn der Turm der Crailsheimer Johanneskirche kein Aussichtsturm ist, lohnt sich ein Besuch allemal. Zu sehen sind: die massive Konstruktion des Turms und seine baulich interessante Innenansicht, ein bombastischer Dachstuhl als eine handwerkliche Meisterleistung der Zimmerleute, unsere Glocken mit ihrer Schlag- und Läutetechnik und vieles mehr.

Die Teilnehmenden sollten für den Aufstieg gesund und schwindelfrei und sein und auch in engen Räumen keine Ängste entwickeln.

Samstag, 8. Okt. 2022, 14 bis 15:15 Uhr
Treffpunkt: Kirchplatz (vor der Johanneskirche)
EUR 5,00. Anmeldung erforderlich

DAS HEUTIGE AMTSGERICHTSGEBÄUDE AM SCHLOSSPLATZ (1956)

S 10133

Crailsheimer Architekturgeschichte: Das Bauen der 1950er Jahre

Die besondere Stadtführung

Dr. Helga Steiger

Die fast vollständige Zerstörung der Crailsheimer Innenstadt in den letzten Kriegstagen führte nach 1945 zu einer modernen Neubauplanung nach einem einheitlichen Konzept. Zwischen den Wohn- und Geschäftshäusern entstanden repräsentative Verwaltungsgebäude, die von namhaften Architekten geplant wurden.

Kunsthistorikerin Helga Steiger nimmt Interessierte mit auf einen Rundgang durch die Innenstadt und stellt die Gebäude mit dem Charme der Fünfziger Jahre vor. Manche Räume, die sonst kaum zugänglich sind, können auch von innen besichtigt werden - so beispielsweise im heutigen Finanzamt.

Zusammen mit dem Stadtarchiv Crailsheim.

Mittwoch, 12. Okt. 2022, 18 bis 20 Uhr
Treffpunkt: Marktplatz
EUR 5,00 (vor Ort bezahlbar)

S 10011

Werksbesichtigung bei Syntegon

Dr. Alexander Giehl, Standortleiter Syntegon Technology GmbH, und Martin Herbst, Meister Syntegon Technology GmbH

Prozess- und Verpackungstechnik für ein besseres Leben - dafür arbeitet Syntegon jeden Tag. Ob Einzelmaschinen, Systeme oder Services, mit intelligenten und nachhaltigen Lösungen hilft Syntegon seinen Kundinnen und Kunden in der weltweiten Pharma- und Nahrungsmittelindustrie, das Leben von Menschen zu verbessern. Crailsheim ist der größte Standort der Syntegon-Gruppe und Hauptsitz des Geschäftsbereichs Pharma.
Wir laden Sie ein, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Nach einer kurzen Einführung durch den Standortleiter Dr. Alexander Giehl nimmt Sie Meister Martin Herbst mit zu einem ausführlichen Rundgang in den Fertigungs- und Montagebereich. Gewinnen Sie einen Einblick in die Entwicklung und Produktion individueller und hochwertiger Lösungen für die sterile Abfüllung flüssiger und pulverförmiger Pharmazeutika.

Bitte beachten Sie: Der Rundgang erfordert eine gewisse Kondition. Kindern unter 14 Jahren ist aus sicherheitstechnischen Gründen der Zutritt leider nicht möglich. Außerdem bitten wir um Verständnis, dass das Fotografieren auf dem gesamten Gelände nicht gestattet ist. Angestellte der Mitbewerber bitten wir von einer Teilnahme abzusehen. Bei einer Online-Anmeldung geben Sie bitte im Bemerkungsfeld den Namen der Firma ein, bei der Sie tätig sind. Parkmöglichkeiten bestehen auf dem Mitarbeiterparkplatz direkt am Standort.

Montag, 17. Okt. 2022, 15 bis 16:30 Uhr
Syntegon Technology GmbH, Blaufelder Str. 45
EUR 5,00. Anmeldung erforderlich

Marquardt Erlebnisreisen - für jeden was dabei!
Unsere Tages- und Mehrtagesreisen im Marquardt Reise-katalog!
Profitieren Sie von unserer Erfahrung bei der Organisation und Ausführung Ihrer Reisen.
Vereins-, Betriebs-, Schulausflüge...
Fahrradtouren, Ski-Ausfahrten...
Reisebusse für 19 bis 78 Personen
TRADITION Seit 1930
BUSUNTERNEHMEN REISEDIENST Marquardt GMBH CRAILSHEIM
Hofäckerstraße 16
74564 Crailsheim
Telefon (0 79 51) 75 39
email: info@marquardt-reisen.de
www.marquardt-reisen.de

S 10012

Tagesausflug zur KLIMA ARENA in Sinsheim

Peter Schnabel

Die KLIMA ARENA wurde im Oktober 2019 eröffnet und behandelt für jedes Alter (insbesondere auch Kinder) die Themen Nachhaltigkeit und Ressourcen sowie den Klimawandel und seine Folgen. Sie zeigt aber auch auf einfache und spielerische Weise, was man dagegen tun kann. Ganz nach dem Motto: erlebe, was du tun kannst! Um die Mittagszeit gibt es eine etwa einstündige Führung durch die interaktive Ausstellung.

Die KLIMA ARENA ist barrierefrei und als familienfreundliche Freizeiteinrichtung ausgezeichnet. Nähere Informationen zur Einrichtung auf www.klima-arena.de.

Zusammen mit der Lebenshilfe Crailsheim e.V.

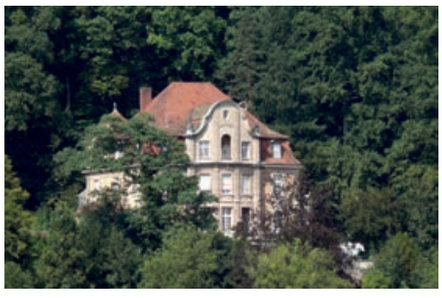
Samstag, 22. Okt. 2022, 8:20 bis 19:20 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Crailsheim, Haupteingang
EUR 26,00 inkl. Begleitung, Zugfahrt, Eintritt und Führung

S 10013

Murrhardt und Villa Franck mit Konzert der Stuttgarter Saloniker

Exkursion mit Führungen, Stärkung und Musik

Martin Dilger, Christian Schweizer und Patrick Siben



Dieser interessante Tag beginnt mit einem knapp 2-stündigen Rundgang mit dem Stadtführer Christian Schweizer durch die Innenstadt von Murrhardt (Stadtgeschichte mit den wichtigsten Sehenswürdigkeiten, Römer in der Stadt, Klosterzeit, Murrhardter Persönlichkeiten und Künstler).
Danach sind wir zu Gast in der Anfang des 20. Jahrhunderts erbauten Villa Franck, einem einzigartigen Ensemble mit Gebäuden und Park, das original bis ins Detail im Historismus und Jugendstil überliefert ist und früher der Ludwigsburger Fabrikantenfamilie Franck (Caro-Kaffee) als Sommerresidenz diente.
Patrick Siben, der heute dort wohnt, wird uns zuerst mit einem Mittagsimbiss verwöhnen, ehe er uns sein Anwesen zeigt. Nach einer weiteren Erholungspause bei Kaffee und hausgebackenem Kuchen beschließt ein Konzert in der Weinlaube der Villa den Nachmittag. Patrick Siben und Mitglieder des Salonorchesters Stuttgarter Saloniker bieten Wiener Kaffeehausmusik, Schlager der Goldenen Zwanziger und Early Jazz. Durch die begeisterte Moderation des Kapellmeisters wird die große Zeit des Caro-Kaffees und der Villa wieder lebendig. Ein unvergesslicher Eindruck.
Die Hin-und Rückfahrt erfolgt mit der Regionalbahn. Zustieg ist auch in Eckartshausen (9:49 Uhr) oder Schwäbisch Hall-Hessental (10 Uhr) möglich.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 22. Okt. 2022, 9:25 bis 18:55 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Crailsheim, Haupteingang
EUR 74,00 inkl. Bahnfahrt, Begleitung, Führungen durch Stadt und Villa sowie Mittagessen inkl. einem Getränk nach Wahl; außerdem Kaffee und Kuchen am Nachmittag; dazu ein ca. 90-minütiges Konzert

ERZÄHLCAFÉ

S 10022

Erzählcafé im Stadtmuseum

Anne Bronner

Das Teilen und Mitteilen von Erlebnissen und Erinnerungen gelingt immer weniger gut. Der Alltag soll zügig und effektiv erledigt werden. Zeit für den Blick zurück oder ein Innehalten gönnen wir uns kaum noch. Für das Zuhören und Nachfragen bleibt kaum Raum und Zeit. Mit der Einladung „Komm, erzähl doch mal!" werden die Teilnehmer*innen ermuntert, in kleiner, vertrauensvoller Runde den Blick auf die eigene Lebensgeschichte zu lenken. Mit Ruhe und Zeit dürfen Erinnerungen, die schön, traurig, lustig oder bedeutsam waren, entfaltet werden. Vielleicht gelingt über den Blick auf das Leben mehr Aufgeschlossenheit und eine positive Sichtweise.

Einmal im Monat, an einem Sonntagnachmittag, treffen wir uns in kleiner Runde im Vorraum der Spitalkapelle im Stadtmuseum. Bei Tee und Kaffee haben wir zwei Stunden Zeit, uns zuzuhören oder selber zu erzählen.

Zusammen mit dem Stadtmuseum Crailsheim.

Anne Bronner ist Sozialpädagogin (FH) und war über 20 Jahre Lehrerin an der Fachschule für Sozialpädagogik an der Eugen-Grimminger-Schule Crailsheim.

Sonntag, 25. Sept., 23. Okt., 20. Nov., 18. Dez. 2022, sowie 22. Jan. 2023, jeweils 15 bis 17 Uhr
Spitalkapelle
Kostenfrei. Es darf nach vorheriger Anmeldung auch geschnuppert werden.

FRAUENTHEMEN

S 10038

Frauenrunde am Vormittag

Bücher - Da geht ein Fenster auf!

Inga Mommsen-Peter

Wir sind Zeitgenossen in einer Welt, die uns immer komplexer erscheint. Doch noch nie gab es auch so viele hervorragende, kenntnisreiche Autor*innen, die uns in ihren Sachbüchern Themen und Thesen eines Fachgebiets nahebringen können und damit ein Verständnis des Zeitgeschehens erleichtern.
Die Frauenrunde beschäftigt sich mit einer Auswahl solcher Bücher, die informieren und gleichzeitig Anlass zur Diskussion bieten. So fragen wir beispielsweise mit Samira El Ouassil, ob uns von den Affen tatsächlich vor allem das Geschichtenerzählen unterscheidet. Wir begleiten den Osteuropa-Kenner Karl Schlögel in die Ukraine. Sascha Lobo kann uns Auskunft geben über Konsequenzen der Digitalisierung. Die Ökonomin Maja Göpel zeigt uns, warum wir um ein grundsätzliches Umdenken nicht herumkommen, und von dem Wirtschaftsforscher Matthias Sutter erfahren wir, warum es ausgerechnet die Geduld ist, die zum Erfolg führt. Mit Charlotte Casiraghi unternehmen wir eine philosophische Reise in die Welt der Gefühle. Engagiert plädiert Navid Kermani dafür, den Wert der Religionen nicht aus den Augen zu verlieren. Die Astronomin Ruth Grützbach betreibt ein mobiles Planetarium und macht uns mit den neuesten Erkenntnissen zur Geschichte des Kosmos vertraut.
Ziel des Kurses ist es, die verschiedenen Perspektiven, die wir kennen gelernt haben, zu verknüpfen und so spannende Anregungen für unsere Weltsicht mit nach Hause zu nehmen.

Neue Teilnehmerinnen sind stets herzlich willkommen!

mittwochs, 9 bis 11:30 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 9-mal
vhs, Konvent
EUR 97,50

MÄNNERTHEMEN

S 10051

Zeit für Männer

Männerrunde am Abend

Christof Haug

Die Männerrunde am Abend gibt es seit vielen Jahren an der vhs Crailsheim. Haben Sie Interesse an persönlichen Gesprächen über Männerthemen, dann schauen Sie doch mal vorbei! Wir sind kein Stammtisch. Wir sind neugierig

und wollen das Staunen nicht verlernen. Wir sind Fragensteller und Ratgeber. Wir bringen uns persönlich in die Runde ein. Und wir organisieren uns immer wieder neu und legen unsere Themen gemeinsam fest.

In der Regel jeweils letzter Dienstag im Monat, 19 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
Die Teilnahme ist kostenlos.

JUNGE VHS · FAMILIE

S 10060

Islandpferdetag für Kinder

Nicole Nutsch

An diesem Tag geht es richtig pferdisch zu. Jeweils zu zweit kümmert ihr euch um euer Islandpferd, und wer mag, darf es natürlich auch zum schönsten Pferd des Hofes schmücken. Vormittags spielen wir mit unserem Pferd Spiele und üben dabei, wie wir besonders gut auf dem Rücken unseres Pferdefreundes sitzen. Natürlich darf auch lebendige Theorie nicht fehlen: Wir schauen uns an, was so ein Pferd frisst, worauf man achten muss als Reiter und was das Pferd uns sagen möchte. Nachdem wir uns beim Mittagessen gestärkt haben, genießen wir das Glück der Erde auf dem Rücken der Pferde: Entweder bei einem (geführten) Ausritt oder bei einer Reitstunde auf dem Platz.
Dieser eintägige Kurs ist für Kinder von 6 bis 12 Jahren geeignet, seien sie Anfänger*innen oder fortgeschrittene Reiter. Der Tag ist gefüllt mit Pferdepflege, Reiten, praktischen Übungen rund ums Pferd und anschaulichem Theorieunterricht. Durch spielerische Übungen gewinnen die Kinder mehr Sicherheit und Selbstständigkeit im Umgang mit den Pferden.
Wenn vorhanden, bitte einen Reithelm mitbringen. Ansonsten können Helme auch ausgeliehen werden.

Montag, 31. Okt. 2022, 10 bis 16 Uhr
Islandpferdegestüt Reußenberg, Hagenhof 42
EUR 55,00 inkl. Mittagessen

S 10061

Milchhof Ludwig: Vom Rohstoff zum Produkt

für Kinder ab dem Schulalter

Christa Ludwig

Milch aus der Pappschachtel? Mehl aus der Tüte? Auf dem Milchhof Ludwig in Alexandersreut zeigt Frau Ludwig, wo wichtige Grundnahrungsmittel herkommen und wie sie hergestellt und verarbeitet werden.
Wir erkunden den Stall und besuchen die kleinen Kälber, bevor wir schauen, wie und wo die Milch produziert wird. Im Anschluss werden wir eigene Milchprodukte herstellen und probieren. Außerdem erfahren wir, woher unser Getreide stammt, was alles in ihm steckt und was man daraus Leckeres und Gesundes backen kann. Lebensmittel werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet (ca. EUR 2,50).

Mittwoch, 2. Nov. 2022, 14 bis 17 Uhr
Milchhof Ludwig, Alexandersreut 1
EUR 12,50

S 10063

Familienspaziergang mit Islandpferden

Nicole Nutsch

Jede Familie bekommt ein freundliches Islandpferd zugeteilt, welches sie dann gemeinsam unter fachkundiger Anleitung putzen und für unseren Spaziergang fertig machen darf. Anschließend dürfen die Familienmitglieder auf einer etwa einstündigen Wanderung durch das Naturschutzgebiet Reußenberg abwechselnd auf „ihrem" Pony reiten und sich auch gegenseitig führen. Dabei wird auch einiges über den Charakter und das Verhalten von Pferden gelernt.

Es werden keine pferdbezogenen Vorkenntnisse benötigt, da die gesamte Tour von erfahrenen Guides begleitet wird und man zu Beginn eine Einweisung erhält. Die Strecke ist auch für Kinderwägen geeignet, hierbei sollte jedoch beachtet werden, dass pro Familie mindestens ein Erwachsener zum Führen des Pferdes benötigt wird. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Bitte teilen Sie bei der Anmeldung mit, wie viele Personen Sie mitbringen (Namen und Jahrgang) oder geben Sie diese Daten bei einer Online-Anmeldung im Bemerkungsfeld ein.

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 12 Uhr
Islandpferdegestüt Reußenberg, Hagenhof 42
EUR 39,00 pro Familie

S 10065

Wer arbeitet in der Nacht?

Stadtführung durch das abendliche Crailsheim für Kinder ab 9 Jahren und interessierte Erwachsene

Anneliese Müller

Während die meisten Menschen in ihren Betten liegen und schlafen, gibt es viele, die in der Nacht arbeiten, damit am Tage alles zur Verfügung steht und reibungslos laufen kann. Was sind das für Berufe, die nachts ausgeübt werden? Und was sind das für Menschen, die arbeiten, wenn alle anderen schlafen? Wie gehen sie mit dem umgekehrten Lebensrhythmus um?
Wir besuchen Betriebe und Einrichtungen, in denen nachts gearbeitet wird und sprechen mit den Menschen dort. Geplant ist ein Besuch bei der Feuerwehr, beim Roten Kreuz, dem Bahnstellwerk und einer Druckerei. Änderungen vorbehalten.

Freitag, 18. Nov. 2022, 18 bis 21 Uhr
Treffpunkt: DHO-Druckzentrum Hohenlohe-Ostalb, Ludwig-Erhard-Str. 109
EUR 13,50

S 10066

Geheimnisvolles Crailsheim

Neue Geschichten, Sagen und Märchen rund um Crailsheim
Abendführung für Kinder und Erwachsene

Anneliese Müller

An verschiedenen Gebäuden und Plätzen in Crailsheim ereigneten sich wunderliche und sagenumwobene Dinge. Die Referentin erzählt bei einem abendlichen Rundgang durch die Stadt folgende sagenhafte Geschichten und Geschichtchen:

- Der Edelmann von Lohr
- Der Untergang der Flügelau
- Vom Raubritter Eppelein am Baierlessteig
- Die Sage vom langen Acker
- Der grausige Schönebürggeist
- Die Aura um die Gräfin Adelheid
- Der Zwieselbaum auf dem Burgberg

Freitag, 25. Nov. 2022, 18 bis 20:15 Uhr
Treffpunkt: vhs-Gebäude
EUR 11,50

GESCHICHTE · KULTURGESCHICHTE

S 10132

Die Adam-Weiß-Bibliothek

Ausstellung

Im Crailsheimer Dekanatamt wird ein Schatz aufbewahrt: Eine Bibliothek mit theologischen Schriften, deren älteste aus dem 15. Jahrhundert stammen. Diese Sammlung wurde vom Crailsheimer Reformator Adam Weiß angelegt. Lange Zeit wurde sie im Wohnhaus von Weiß aufbewahrt, das dadurch seinen Namen „Liberey" erhalten hat und in dem sich heute die Kirchenpflege befindet.

Adam Weiß war ein fleißiger Sammler. Allein auf dem Reichstag in Speyer 1529 kaufte er fast 40 Bücher. Aus der Art seiner Anschaffungen und aus seinen handschriftlichen Randbemerkungen wird seine Hinwendung zur Reformation nachvollziehbar. Die Ausstellung in der Liebfrauenkapelle zeigt ausgewählte Stücke der Bibliothek, beleuchtet ihren theologischen Entstehungskontext und gibt Einblicke in das Leben von Adam Weiß.

Öffnungszeiten der Ausstellung:
25. Sept. bis 30. Okt. 2022
Liebfrauenkapelle Crailsheim
Eintritt frei

S 10134

Das Crailsheimer Pfarrbuch von ca. 1480

Buchvorstellung

Hans Gräser

Um 1480 legte der damalige Stadtpfarrer Johannes Sattler für sich und seine Nachfolger ein sog. Pfarrbuch an, auf dessen ersten - verlorenen - Seiten er Offizien und Geschichten zu den damals erst als Heiligen verehrten Angehörigen der Sippe Marias und den Ursulinen notierte. Dann folgt der Kalender mit den Tagesheiligen und den Seelmessen, für deren Begehen die Geistlichen „Präsenzgelder" empfingen. Es folgen die Auflistung der Pfarrgüter und -gülten, Zehnten und Orte, die der Johanneskirche unterstanden bzw. zum Dekanat gehörten. Schließlich kommen Ordnungen für das „Personal" des Pfarrers: seine zwei Kapläne, den Rektor der Lateinschule, Mesner, Totengräber, die Juden und Hebammen.

Auch wenn die meisten Texte Ende des 19. Jahrhunderts in verschiedenen Zeitschriften publiziert wurden, komplett aber nur die Ordnungen, liegt jetzt erstmals der gesamte Originaltext vor, zudem mit einer deutschen Übersetzung. Damit kann diese interessante Quelle aus der vorreformatorischen Zeit erst wirklich für die Heimatgeschichte nutzbar gemacht werden. Was das bedeutet, will der Abend anhand der Schulordnung zum 600. Geburtstag des Albert-Schweitzer-Gymnasiums demonstrieren.

Zusammen mit dem Stadtarchiv Crailsheim und dem Crailsheimer Historischen Verein.

Montag, 24. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Eintritt frei (mit Spende)

S 10135

Adam Weiß und die Reformation in Crailsheim

Vortrag

Folker Förtsch

Zur ökumenischen Reformationstagsfeier 2022 und zum Abschluss des Jubiläumsjahres „500 Jahre Adam Weiß" steht noch einmal der Crailsheimer Reformator im Mittelpunkt eines Abendvortrages.

Die Durchsetzung der Reformation in Crailsheim ist untrennbar mit dem Namen Adam Weiß verbunden. Weiß' Wirken war aber nicht nur auf die Stadt Crailsheim beschränkt, sondern hat die Entwicklung der Reformation in der Markgrafschaft Ansbach-Brandenburg und darüber hinaus im gesamten fränkischen Raum mitgeprägt. Der Vortrag berichtet von den lokalen Ereignissen, die das Wirken von Adam Weiß in seiner Geburtsstadt hervorrief, und versucht eine Rekonstruktion des Prozesses, der zur Durchsetzung der Reformation in Crailsheim führte.

Eine Veranstaltung des Evang. Kirchenbezirks, der Evang. Johanneskirchengemeinde und des Stadtarchivs Crailsheim.

Montag, 31. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
Johanneskirche Crailsheim
Eintritt frei

S 10136

Das Erinnerungsbuch an die Opfer der NS-Diktatur im Altkreis Crailsheim

Vortrag

Folker Förtsch

Auch im Altkreis Crailsheim gab es zahllose Menschen, die in den Jahren der nationalsozialistischen Diktatur 1933 bis 1945 schwere Schädigungen in ihrem beruflichen Fortkommen, ihrem Besitz oder ihrer körperlichen Unversehrtheit erleiden mussten. Menschen wurden verhaftet, in die Emigration gezwungen, deportiert und ermordet.
Der Vortrag stellt das in Bearbeitung befindliche „Erinnerungsbuch an die Opfer der NS-Diktatur" vor, gibt Einblick in die verschiedenen erfassten Opfergruppen und zeigt an Einzelbeispielen die Realität der NS-Verfolgung und ihrer Auswirkungen auf die betroffenen Menschen im Altkreis Crailsheim.

Zusammen mit dem Stadtarchiv Crailsheim und dem Crailsheimer Historischen Verein.

Mittwoch, 9. Nov. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
EUR 5,00 an der Abendkasse bzw. kostenfrei für Mitglieder des Crailsheimer Historischen Vereins

S 10137

Musik und Musiker in Crailsheim vom Mittelalter bis zum Zweiten Weltkrieg

Streiflichter der Crailsheimer Musikgeschichte in Wort, Bild und Ton
Musikalischer Vortrag

Ulrike Durspekt-Weiler und Hanns-Herman Lohrer

Sonntag, 13. Nov. 2022, 17 bis 18:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Eintritt frei (um eine Spende für die Städtische Musikschule wird gebeten)

S 10142

Die Römer in Südwestdeutschland

Vortrag in Präsenz oder online

Mathias Hofmann, Historiker und Orientalist

Limes, Römerkastelle, Villae rusticae: Im deutschen Südwesten bezeugen viele Denkmäler und Spuren, dass die Region auch Teil der römischen Geschichte ist. Der Bildvortrag von Mathias Hofmann gibt einen Überblick über Geschichte, Auswirkungen und Zeugnisse dieser Zeit.

Der Vortrag findet in Hybridform statt. Das heißt, Sie können entweder in Präsenz - im vhs-Gebäude - teilnehmen oder von zu Hause an Ihrem Rechner (über die Plattform Zoom). Geben Sie bei der Anmeldung bitte an, in welcher Form Sie teilnehmen wollen oder teilen Sie uns dies bei Ihrer Online-Anmeldung im Bemerkungsfeld mit.

Donnerstag, 24. Nov. 2022, 19:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 7,50 an der Abendkasse
Anmeldung erforderlich

KASTELL WALDMÖSSINGEN BEI ROTTWEIL: REKONSTRUIERTER ECKTURM MIT MAUER

S 10151W

Troia: Geschichte und Mythos einer ewigen Stadt

Livestream - vhs.wissen live

Es gibt keinen anderen Ort, der wie Troia seit nunmehr fast 3000 Jahren jede Generation aufs Neue fasziniert. Seit den Epen Homers haben die Menschen ein Stadtprospekt und spannende Abenteuer vor Augen, wenn sie den Namen Troia hören. Und seit Schliemann eine Ruine entdeckt hat, der er den Namen Troia gab, gibt es einen Ort zu besichtigen. Doch so klar, wie es scheint, ist es nicht. Troia ist reine Erfindung - ein Ort, den es nie gab. Diese überraschende Beobachtung soll im Vortrag erklärt werden.

Martin Zimmermann lehrt Alte Geschichte an der LMU München und ist Mitglied der Bayerischen Akademie der Wissenschaften.

Sonntag, 27. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

Die Online-Vorträge von vhs.wissen live sind kostenfrei. Wir freuen uns aber über einen freiwilligen Beitrag.

S 10152

70 Jahre Baden-Württemberg

Historisch-politisches Gespräch

Dr. Maike Hausen, Dr. Reinhold Weber

Die Landeszentrale für politische Bildung präsentiert zum siebzigsten Geburtstag des Landes Baden-Württemberg einen Fotoband zur jüngeren Zeitgeschichte des Südwestens.

In einem moderierten Gespräch lassen die beiden politischen Charakterköpfe aus dem Hohenlohischen, Walter Döring, langjähriger Landesvorsitzender der FDP, Wirtschaftsminister und Stellvertretender Ministerpräsident, sowie Rezzo Schlauch, „Urgestein" der Grünen im Land und ehemaliger Staatssekretär im Bundesministerium für Wirtschaft und Arbeit, die Landesgeschichte seit den 1980er Jahren Revue passieren.

Das Gespräch moderieren Dr. Maike Hausen und Prof. Dr. Reinhold Weber von der LpB Baden-Württemberg.

Eine Kooperationsveranstaltung der Stadt Crailsheim mit der LpB Baden-Württemberg.

Dienstag, 29. Nov. 2022, 17 bis 18:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Eintritt frei. Der Fotoband zum Landesgeburtstag wird zum Verkauf angeboten.

S 10158W

Vom Lateinischen zu den romanischen Sprachen

Livestream - vhs.wissen live

Wir wissen: Sprache ist stetem, wenn auch kaum merklichem Wandel unterworfen. Im Falle der romanischen Sprachen sind wir in der glücklichen Situation, ihren Ursprung, das Lateinische, bestens zu kennen. Der Sprachwandel lässt sich also seit über 2000 Jahren „am lebenden Objekt" beobachten, und wir können herausfinden, welche Mechanismen dabei am Werk sind. Dadurch hat die Erforschung der romanischen Sprachgeschichte Modellcharakter für die Art und Weise, wie Sprache sich verändert. Denn solche Mechanismen gestalteten nicht nur das Lateinische zu den romanischen Sprachen um, sondern sie entfalten ihre Wirkung auch woanders, nicht zuletzt im Deutschen.

Rainer Schlösser war Professor für Romanische Sprachwissenschaft an der Universität Jena.

Seine Hauptarbeitsgebiete sind Sprachgeschichte, Etymologie und Wortgeschichte, Dialektologie und Sprachkontakt.

Mittwoch, 18. Jan. 2023, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10160

100 Jahre Blaskapelle Onolzheim und die Onolzheimer Ortsgeschichte

Vortrag

Folker Förtsch

Im August 1922 erfolgte die offizielle Gründung der „Musikkapelle Onolzheim", des heutigen „Musikvereins Blaskapelle Onolzheim", der damit in diesen Monaten sein 100. Gründungsjubiläum feiert. Als wichtiger Faktor im kulturellen Leben der Gemeinde Onolzheim stand die Geschichte der Blaskapelle immer in enger Verbindung zur allgemeinen Ortsgeschichte. Der Vortrag versucht daher einen Überblick über die historische Entwicklung Onolzheims vom Ende des 19. Jahrhunderts bis heute.

Der Vortragsabend wird vom „Musikverein Blaskapelle Onolzheim" musikalisch begleitet. Im Anschluss an die Veranstaltung werden kleine Häppchen und Getränke gereicht.

Eine Veranstaltung des Stadtarchivs Crailsheim und des Musikvereins Blaskapelle Onolzheim.

Freitag, 20. Jan. 2023, 19 bis 22 Uhr
Turnhalle Onolzheim, Talstraße 8
Eintritt frei

S 10161W

Ist Geschichte gestaltbar?

Livestream - vhs.wissen live

Die Idee, dass Menschen ihre Geschichte machen oder gestalten können, scheint angesichts der akut gewordenen globalen Probleme wie dem Klimaschutz eine Art Wiedergeburt zu erleben. Aber die Vorstellung, dass menschliches Handeln sich nicht innerhalb einer vorgegebenen kosmischen Ordnung oder am Leitfaden einer göttlichen Vorsehung abspielt, ist verhältnismäßig jung: Sie ist ein Produkt der Aufklärung. Und unumstritten war sie zu keinem Zeitpunkt.

Nähere Infos auf www.vhs-crailsheim.de.

Montag, 30. Jan. 2023, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10165

Wie das Land zu seinem Namen kam

Die Geschichte von Haus und Herrschaft Hohenlohe vom Mittelalter bis Napoleon
Vortrag

Dr. Thomas Kreutzer, Kreisarchiv Hohenlohekreis

ALBRECHT II. VON HOHENLOHE-WEIKERSHEIM (* UM 1419; † 1490)

Hohenloher Land, Hohenloher Ebene, Hohenlohekreis - diese Bezeichnungen sind jedem geläufig, der dieses schöne Fleckchen Erde im Nordosten Baden-Württembergs kennt. Doch wo kommt der Name „Hohenlohe" eigentlich her? Hier kommt das Fürstenhaus Hohenlohe ins Spiel, dessen Stammburg einst im Taubergau stand und das noch immer in mehreren Linien blüht. Die Herrschaft der Hohenlohe reichte zeitweise bis nach Crailsheim, das seine Stadtwerdung diesem Hochadelsgeschlecht verdankt.

In seinem Vortrag wird der Kreisarchivar des Hohenlohekreises, Dr. Thomas Kreutzer, den Weg nachzeichnen, wie der Familienname auf das von dieser Dynastie beherrschte Land an Kocher, Jagst und Tauber übertragen wurde. Der Bogen reicht dabei von den frühmittelalterlichen Grundlagen und den Anfängen der Herren von „Hohenloch" im 11. Jahrhundert bis zur Mediatisierung der hohenlohischen Fürstentümer 1806.

Zusammen mit dem Stadtarchiv Crailsheim und dem Crailsheimer Historischen Verein.

Donnerstag, 2. Feb. 2023, 19 bis 20:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
EUR 5,00 an der Abendkasse bzw. kostenfrei für Mitglieder des Crailsheimer Historischen Vereins

POLITIK · WIRTSCHAFT · GESELLSCHAFT

S 10205

Crailsheimer Tag der „Weißen Rose“
Wehrhaft gegen Verschwörungsmythen und Antisemitismus - Wie wir unsere Demokratie schützen können
Vortrag

Michael Blume, Beauftragter des Landes Baden-Württemberg gegen Antisemitismus

© DIE ARGE LOLA

In Zeiten von Krisen wie der Corona-Pandemie oder des Ukraine-Kriegs erleben wir globale und persönliche Verunsicherungen. Menschen suchen Schuldige für ihre eigenen Krisen und die Krisen in der Welt. Immer wieder werden Journalist*innen, Politiker*innen, demokratisch Engagierte und viele mehr beschuldigt, sich als „die da oben“ gegen den Rest der Bevölkerung verschworen zu haben. Am Ende dieser Vorstellungen findet sich häufig das jahrhundertealte Feindbild einer vermeintlichen jüdischen Weltverschwörung. Manche Menschen radikalisieren sich durch das Internet und die sozialen Medien in diesem Verschwörungswahn. Durch Hass, Hetze und teilweise physische Gewalt bedrohen sie nicht nur Einzelne - sondern sie bedrohen auch unsere gesamte Demokratie.

Dr. Michael Blume stellt vor, wie es sein kann, dass Menschen aus der Mitte der Gesellschaft plötzlich Antworten in antisemitischen Erzählungen suchen und erklärt, welche Möglichkeiten wir haben, um unsere Gesellschaft davor zu schützen.

Eine Veranstaltung des Weiße Rose-Arbeitskreises Crailsheim, des Fördervereins Synagoge Michelbach, der Erinnerungsstätte Männer von Brettheim und des Stadtarchivs Crailsheim.

Donnerstag, 22. Sept. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Eintritt frei (mit Spende)

S 10210W

Künstliche Intelligenz in der Medizin - wie lässt sich ihr Potenzial verantwortlich nutzen?
Livestream - vhs.wissen live

Nähere Infos auf vhs-crailsheim.de.

Dienstag, 4. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10212W

Grenzen der Menschheit
Livestream - vhs.wissen live

Die Erkenntnisse auf dem Gebiet der Genetik, besonders die neuen spektakulären Methoden der gezielten Genveränderung durch das CRISPR/Cas9 Verfahren dienen nicht nur dem Erkenntnisgewinn, sondern sie eröffnen auch neue Möglichkeiten der Einflussnahme auf das Leben des Menschen. Darüber hinaus regen sie zu Spekulationen und Fantasien an, die, sollten sie Wirklichkeit werden, unsere Welt entscheidend verändern würden.
Ich möchte in meinem Vortrag zunächst die Grundlagen der Gentechnik erklären, und dann das Risiko aber auch das Potenzial der neuen Möglichkeiten diskutieren. Dabei geht es sowohl um Fortschritte bei der Grundlagenforschung an Tieren und Pflanzen, als auch Möglichkeiten und Grenzen der Anwendung in der Medizin und der Landwirtschaft.

© WWW.MOMENTUM-PHOTO.COM

Christiane Nüsslein-Volhard ist Biologin und wurde u.a. 1995 mit dem Nobelpreis für Medizin ausgezeichnet.

In Kooperation mit der Max-Planck-Gesellschaft.

Mittwoch, 5. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10240

Europa und Russland nach dem Ukraine-Krieg - Neustart oder neuer kalter Krieg?
Vortrag in Präsenz oder online

Mathias Hofmann, Historiker und Orientalist

Mit dem völkerrechtswidrigen Einmarsch der russischen Armee in die Ukraine im Februar 2022 wurde das schon zuvor fragile Verhältnis zwischen Europa, dem Westen und Russland nachhaltig beschädigt.
Russische Außenpolitik wird nun in einem noch stärkeren Maß kritisch gesehen, die des Westens hingegen als politisch notwendig. Ist es wirklich so einfach oder müssen wir nicht neben der neuen militärischen Strategie der NATO auch nach neuen diplomatischen Ansätzen gegenüber Russland suchen? Denn Russland ist und bleibt ein Nachbar Europas.

Der Vortrag findet in Hybridform statt. Das heißt, Sie können entweder in Präsenz - im vhs-Gebäude - teilnehmen oder von zu Hause an Ihrem Rechner (über die Plattform Zoom). Geben Sie bei der Anmeldung bitte an, in welcher Form Sie teilnehmen wollen oder teilen Sie uns dies bei Ihrer Online-Anmeldung im Bemerkungsfeld mit.

Der Referent war als Oberstleutnant der Reserve lange Zeit Analyst für die Bundeswehr.

Donnerstag, 13. Okt. 2022, 19:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 7,50. Anmeldung erforderlich

VHS.WISSEN LIVE

Hochkarätige Livestreams von Experten aus Wissenschaft und Gesellschaft. Kostenfrei oder gegen einen freiwilligen Unkostenbeitrag in Höhe von EUR 5,00 oder EUR 10,00 (kann bei der Buchung über die vhs-Website individuell gewählt werden; bei telefonischer Anmeldung bitte mitteilen).

Sie erkennen die Veranstaltungen am Untertitel „vhs.wissen live“ - die meisten finden sich ab der folgenden Seite in den Programmbereichen Geschichte sowie Politik · Wirtschaft · Gesellschaft. Aber auch zu kunstgeschichtlichen Themen werden Online-Vorträge angeboten.

Die einzelnen Vortragsbeschreibungen und Informationen zu den Referentinnen und Referenten finden Sie auf www.vhs-crailsheim.de.

MAX PLANCK GESELLSCHAFT
L.I.S.A. WISSENSCHAFTSPORTAL GERDA HENKEL STIFTUNG
acatech DEUTSCHE AKADEMIE DER TECHNIKWISSENSCHAFTEN
VillVigoni Centro italo-tedesco per il dialogo europeo Deutsch-Italienisches Zentrum für den Europäischen Dialog
ReligionundPolitik EXZELLENZCLUSTER | WWU MÜNSTER
ALTE PINAKOTHEK
NEUE PINAKOTHEK
Wissenschaftskolleg zu Berlin
Süddeutsche Zeitung
SCHWEIZERISCHES INSTITUT FÜR AUSLANDSFORSCHUNG an der Universität Zürich

S 10243W

Das Erbe der Sklaverei Eine Reise durch die amerikanische Geschichte

Livestream - vhs.wissen live (Vortrag in englischer Sprache)

In diesem Gespräch folgen Michael Hochgeschwender und der Bestsellerautor Clint Smith den Spuren des transatlantischen Sklavenhandels. Sie stellen uns historische Stätten in den USA vor, die von der Geschichte der Sklaverei erzählen.
Es wird sichtbar werden, wie eng alltägliche Orte, Feiertage und sogar ganze Stadtteile bis heute mit diesem gewaltsamen Kapitel der amerikanischen Geschichte verflochten sind und so noch immer die Gegenwart prägen.

© CARLETTA GIRMA

Clint Smith zählt zu den wichtigsten Intellektuellen der USA. Sein Buch zur Sklaverei stand auf Platz 1 der New-York-Times und wurde von Barack Obama zu einem seiner Lieblingsbücher ausgewählt. Michael Hochgeschwender lehrt Amerikanische Kulturgeschichte in München

Montag, 17. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10248W

Der Mensch und die Macht. Über Erbauer und Zerstörer Europas im 20. Jahrhundert

Livestream - vhs.wissen live

Wie weit haben Politiker mit ihren Entscheidungen den turbulenten Lauf der Geschichte bestimmt? Wie weit wurden sie von den Umständen getrieben? Welches sind die Voraussetzungen für die Erlangung von Macht und welche Eigenschaften bringen politische Anführer mit? In mehreren Porträts ergründet Kershaw die machtvollen Figuren des 20. Jahrhunderts, die Europa im Guten wie im Schlechten geformt haben, und analysiert dabei grundsätzlich die Möglichkeiten und Grenzen „starker" Führungspersönlichkeiten.

Ian Kershaw war Professor für Modern History an der University of Sheffield. Er zählt zu den bedeutendsten Historikern der Gegenwart.

Freitag, 28. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10250W

Fall und Aufstieg der Weltmacht China

Livestream - vhs.wissen live

In der Mitte des 19. Jh. wurde sich die Führungselite Chinas der Tatsache bewusst, dass China innerhalb weniger Jahrzehnte vom reichsten Land der Erde zu einem Armenhaus geworden war. Seitdem arbeitet das Land an seinem Wiederaufstieg. Nun steht es kurz davor, sein Ziel erreicht zu haben. Wie stellt sich die chinesische Elite die Zukunft der Welt vor? Und welche historischen Erfahrungen bilden die Bausteine ihrer Vision für Chinas Zukunft als Weltmacht?

Prof. Dr. Susanne Weigelin-Schwiedrzik ist Sinologin. Sie lehrt an der Universität Wien.

Donnerstag, 3. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10252W

Wie hättet ihr uns denn gerne? Ein Gespräch zur deutschen Realität. Muslimisch, jüdisch, deutsch.

Livestream - vhs.wissen live

Die Journalistin Özlem Topçu und ihr Kollege Richard C. Schneider sind neben vielen Dingen auch zwei Deutsche - das ist für viele immer noch nicht selbstverständlich. In diesem Gespräch blicken sie auch als „Jude" und „Türkin" auf Deutschland, seine Debatten zu Integration, Rassismus, Antisemitismus und den Umgang mit dem „Anderen". Es ist nicht nur die Sicht zweier Journalisten, die am Diskurs über das Verhältnis zwischen Mehrheitsgesellschaft und Minderheiten teilnehmen, sondern die zweier Freunde, die sich ihre deutschen Geschichten erzählen. Und miteinander können sie auch über ihre Ganz-, Halb- und Viertel-Identitäten diskutieren, denn sie wissen, was es heißt, in unterschiedlichen Kulturen und Gesellschaften beheimatet zu sein.

Özlem Topçu wurde 1977 als Tochter türkischer „Gastarbeiter" in Flensburg geboren. Sie ist stellvertretende Leiterin des Auslandsressorts beim Spiegel. Richard Schneider wurde als Kind ungarischer Holocaust-Überlebender in München geboren. Von 2006 bis 2015 war er Chefkorrespondent im ARD-Studio Tel Aviv.

Montag, 14. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

Die Online-Kurse finden in aller Regel über die Videokonferenzplattform ZOOM statt. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn einen Link, über den Sie ganz einfach dem Online-Konferenzraum beitreten können.

S 10253W

Die Barbaren sind die anderen. Wie ein Denkmuster Geschichte prägt

Livestream - vhs.wissen live

Nähere Infos auf vhs-crailsheim.de

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10254W

„Macht Euch die Erde untertan" - Aufstieg und Fall einer Idee

Livestream - vhs.wissen live

Der Mensch, der sich als „Krone der Schöpfung" wähnt und sich mit seiner wissenschaftlich-technologischen Eingriffsmacht „die Erde untertan" gemacht hat, schuf ein Modell der Zivilisation, das nicht zukunftsfähig ist.
Diese Erzählung war zwar lange erfolgreich, sie kann aber offensichtlich nicht mehr stimmen. Daher müssen wir die DNA unserer Kultur ändern, weg von Naturbeherrschung und Eroberung, hin zu einer anderen Art zu leben, die weniger zerstört. Wir müssen einsehen, dass wir Teil der Natur sind und mit anderen natürlichen Systemen zusammenarbeiten. Die Erde ist stärker als wir. Wir müssen den Menschen und die Gesellschaft neu denken.

© PETER RIGAUD

Philipp Blom ist Historiker und Schriftsteller. Seine Bücher wurden in 16 Sprachen übersetzt. Für sein Buch „Der taumelnde Kontinent. Europa 1900-1914" erhielt er den NDR Kultur Sachbuchpreis.

Mittwoch, 23. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10256

MEMORIAL International - Verbotene Erinnerung?!

Vortrag

Nicole Hoefs-Brinker

Der Vortrag befasst sich mit der Menschenrechtsorganisation „MEMORIAL International", die im Dezember 2021 in Russland verboten wurde.
Die Autorin und Journalistin Nicole Hoefs-Brinker, Mitarbeiterin von „MEMORIAL Deutschland", stellt die spannende Entstehungsgeschichte mit prägenden Persönlichkeiten, wie Andrej Sacharow oder Irina Scherbakowa vor und zeigt an Hand von Projekten die große Bandbreite der Arbeit auf, die sich im Kern um die Aufarbeitung politischer Gewaltherrschaft und das Eintreten

für die Einhaltung der Menschenrechte dreht - und auch nach dem Verbot fortgeführt wird.

Zusammen mit dem Weiße Rose-Arbeitskreis Crailsheim und dem Stadtarchiv.

Freitag, 2. Dez. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Eintritt frei (mit Spende)

S 10258W

„Überall, unbemerkt und unterschätzt“

Wie unser Verhalten als Verbraucher gesteuert wird
Livestream - vhs.wissen live

Nähere Infos auf vhs-crailsheim.de

Dienstag, 6. Dez. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10259W

Ein Jahr Bundesregierung - eine Bilanz

Livestream - vhs.wissen live

Die Politikwissenschaftlerin Ursula Münch und der Journalist Hans Moritz ziehen ein Jahr nach der Bundestagswahl Bilanz: Wie hat sich die Regierung innen- und außenpolitisch geschlagen? Welche Partei konnte sich innerhalb der Regierung bei welchen Themen durchsetzen? Gelang es den nicht an der Regierung beteiligten Parteien, eine wirkmächtige Opposition zu bilden?

Ursula Münch ist Professorin für Politikwissenschaft an der Universität der Bundeswehr München sowie Direktorin der Akademie für Politische Bildung in Tutzing am Starnberger See. Hans Moritz ist Chefredakteur des Erdinger Anzeigers (Münchener Merkur).

Donnerstag, 8. Dez. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10299

Politik-Matinée

Hintergründe und Einschätzungen zu aktuellen Ereignissen und Entwicklungen

Mathias Hofmann, Historiker und Orientalist

Geht es Ihnen auch so? Da passiert etwas Unvorhergesehenes in der Politik, die Medien überschlagen sich mit Meldungen, aber wirkliche Informationen, Hintergründe etc. erfahren Sie nicht oder nur nach eingehender Recherche. Die vhs bietet daher genau dafür eine Politik-Matinée zu den aktuellen politischen Ereignissen an.

Samstag, 21. Jan. 2023, 9:30 bis 11:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 7,50. Anmeldung erforderlich

S 10260

Zukunft der Mobilität

Vortrag und Gespräch

Valentin Abel,
Mitglied des Deutschen Bundestages

MdB Valentin Abel spricht zum Thema „Zukunft der Mobilität“ und gibt Einblicke in den Berliner Politikbetrieb und die Arbeit im Verkehrsausschuss. Natürlich steht er auch für Fragen zur Verfügung.

Valentin Abel, geboren 1991 in Künzelsau, ist seit 2021 Bundestagsabgeordneter der FDP für den Wahlkreis Schwäbisch Hall - Hohenlohe. Er ist ordentliches Mitglied im Verkehrsausschuss sowie im Petitionsausschuss und stellvertretendes Mitglied in den Ausschüssen für Klimaschutz und Energie sowie für Angelegenheiten der Europäischen Union. Vor seinem Bundestagsmandat war der studierte Betriebswirt als Leitender Kaufmännischer Angestellter bei einem global agierenden Halbleiterhersteller beschäftigt und von 2017 bis 2021 Landesvorsitzender der Jungen Liberalen Baden-Württemberg.

Freitag, 9. Dez. 2022, 18:30 bis 20 Uhr
vhs, Konvent
Eintritt frei. Anmeldung zur besseren Planung erwünscht

GELD & KAPITAL

S 10314 / S 10315

Geldanlagen

Alternativen zu niedrigen Tagesgeldzinsen?

Ingo Hermann

Die Zinsen für Anleger*innen befinden sich nach wie vor im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch sein Geld vermehren. Gleichzeitig frisst die Inflation bestehendes Vermögen immer schneller auf. Das Seminar vermittelt Grundkenntnisse der privaten Geldanlage. Behandelt werden Anlagen in Aktien und ETFs, ergänzend auch Crowdfunding-Ansätze, um in Immobilien zu investieren und von Mieteinnahmen und/oder der Wertsteigerung der Objekte zu profitieren. Zusätzlich erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in das Investment in P2P-Kredite.

Kursinhalte:

- Mehrkontenmodell und Risikostreuung: Wo fange ich an?
- Auswahl ETFs und Sparpläne: Was ist zu beachten?
- Einfache Strategie zur Anlage in Aktien: Kann ich das auch?
- Mindset aufbauen: Die Beziehung zwischen Ihrem Kopf und Ihrem Kontostand verstehen
- Kriterien für Crowdfunding-Immobilien: Wie kann ich Erträge aus Immobilien ohne großes Eigenkapital erwirtschaften?

Bitte Notizblock mitbringen. Alle Teilnehmer*innen erhalten im Nachgang des Kurses die Unterlagen als PDF.

Ingo Hermann ist zertifizierter Portfolio-Manager, hat BWL und Marketing studiert und ist seit 2011 in der Erwachsenenbildung tätig. Die finanzielle Bildung liegt Herrn Hermann am Herzen und er will Menschen in die Lage versetzen, sich selbst um die Altersvorsorge sowie die eigene Vermögensbildung zu kümmern.

vhs, Raum 01, EG, links
EUR 39,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
S10314: Samstag, 22. Okt. 2022, 10 bis 12:15 Uhr
S10315: Donnerstag, 17. Nov. 2022, 19 bis 21:15 Uhr

S 10316

Finanzieller Wissensbooster

Cleverer Umgang mit Geld

Ingo Hermann, Andreas Werner

Eine Infoveranstaltung für alle, die sich bisher noch wenig mit ihren Finanzen beschäftigt haben und dies jetzt ändern wollen...

In unserem Schwerpunkt „Wenn's ums Geld geht“ haben wir zahlreiche Angebote zu Finanzthemen gebündelt. Es geht um Geldanlagen und Investitionen, um Bezahlmethoden, Fördermöglichkeiten bei Bauen und Sanieren, um Altersvorsorge und Rente. Auch rechtliche Themen rund um Erbschaften, Unterhaltszahlungen und Pflege werden behandelt. In unserem Fachbereich „Beruf • EDV“ ab Seite 91 finden Sie weitere Veranstaltungen zum Thema.

Die Angebote sind mit einem Münzsymbol versehen.

In der Schule, in der Ausbildung und im Studium lernen wir eine ganze Menge. Manches davon halten wir für sinnvoll, anderes nicht. Leider kommt unsere finanzielle Bildung dabei viel zu kurz. Durch Negativzinsen, hohe Inflationsraten und den demographischen Wandel (mit Auswirkungen auf die Absicherung im Alter) ist das Thema finanzielle Bildung interessanter und wichtiger denn je.
Wie baue ich mir selbst ein entsprechendes Vermögen auf und damit eine sichere Zukunft? Eins vorweg: Jede Sekunde, die Sie in Ihre finanzielle Bildung investieren zahlt sich doppelt und dreifach aus!

Was sie lernen werden:
- Wie funktioniert unser Finanzsystem?
- Wie schaffe ich es Geld renditeorientiert anzulegen?
- Wie baue ich mir eine sinnvolle Vermögensstruktur auf? Verschiedene Anlageklassen.
- Wie funktioniert der Zinses-Zins-Effekt und wie kann ich ihn zu meinen Gunsten nutzen?
- Was erzählen uns unsere Finanzberater meist nie?
- Wo und wie kann ich heute noch Geld anlegen?
- Wieso werden die Reichen immer reicher und die Armen bleiben arm? Das richtige Mindset aufbauen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Grundrechenarten aus der Schule reichen vollkommen aus.

Mitzubringen ist der Wunsch, etwas für Ihre Zukunft zu tun, sowie Block und Stift.

Samstag, 14. Jan. 2023, 10 bis 12:15 Uhr
vhs, Raum 11
EUR 39,00

S 10320WX

Altersvorsorge bei Niedrigzinsen

Online-Vortrag

Bettina Bißwanger

Wie soll man sein Erspartes vermehren und die eigene Altersvorsorge sichern, wenn die Sparzinsen am Nullpunkt sind? Deutlich höhere Zinsen scheinen absehbar nicht in Sicht. Wer sein Geld gewinnbringend anlegen und fürs Alter vorsorgen möchte, hat trotzdem verschiedene Möglichkeiten. Auch wenn Berichte über den Anlagenotstand anderes vermuten lassen: Aussichtslos ist die Lage trotz der niedrigen Zinsen für Geldanleger nicht. Es ist auch jetzt möglich, sein Erspartes gut anzulegen und zu vermehren, vorausgesetzt, man kümmert sich etwas um sein Geld und begegnet den Empfehlungen von Provisionsberatern mit gesunder Skepsis. Doch wie kann man Geld sicher anlegen? Kann man ausländischen Banken bedenkenlos vertrauen? Ist jetzt der richtige Zeitpunkt für einen Immobilienkauf?

Der Vortrag informiert über aktuelle Chancen und Risiken der wesentlichen Anlageklassen.

Der Link zur - im Übrigen kostenfreien - Veranstaltung wird Ihnen rechtzeitig zugesandt.

Zusammen mit der vhs Bad Urach-Münsingen.

Dienstag, 24. Jan. 2023, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10323

Recht und Geld: Erben und vererben

Online-Vortrag

Werner Nied

Inhalte des Vortrags:
- gesetzliche Erbfolge, Erbvertrag, Testament
- der letzte Wille: Form, Inhalt, Wirkung
- das Pflichtteilsrecht bedenken
- den Nachlass prüfen, verwalten und teilen
- Erbschaftssteuer
- Schenken statt vererben: wie oft, wie viel, an wen?
- vorweggenommene Erbfolge insbesondere bei Immobilien
- die Erbschaft ausschlagen
- den digitalen Nachlass regeln

Werner Nied ist Rechtsanwalt in Würzburg und Referent beim Vortragsservice Geld und Haushalt, dem Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe.

In Kooperation mit dem Beratungsdienst Geld und Haushalt.

Donnerstag, 6. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 10324W

Kryptowährungen: Bitcoins und seine Alternativen

Online-Vortrag

Hartmut Nehme

Einige Visionäre sehen in Kryptowährungen (digitalem Geld) bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten sowie von marktbeherrschenden Großbanken existieren. Für die anderen bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik-Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Internet. Wertzuwächse von mehreren Hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoins und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Wir zeigen Ihnen, wie Kryptowährungen funktionieren und an welchen Stellen sie bereits heute Einzug in unseren Alltag gefunden haben.
Folgende Punkte werden im Workshop besprochen:
- Einführung in Kryptowährungen
- Was versteht man unter Mining?
- Notwendige technische Ausrüstung
- Vor- und Nachteile von Kryptowährungen gegenüber etablierten Währungen
- Gefahren bei Kryptowährungen
- das Phänomen Bitcoin
- Alternativen zu Bitcoins
- Kryptowährungen als Zahlungsmittel im Alltag
- Kryptowährungen zur Spekulation und Geldanlage

Hartmut Nehme studierte an der Fachhochschule Bochum Elektrotechnik. Seither arbeitet er seit mehr als 25 Jahren im Bereich der Internet-Technologien. Nehme ist für ein weltweit führendes IT-Unternehmen tätig und berät Unternehmenskunden in Bezug auf die Optimierung ihrer IT durch neue innovative Lösungen. In seiner Freizeit beschäftigt er sich intensiv mit den unterschiedlichen Möglichkeiten der Geldanlage.

Donnerstag, 6. Okt. 2022, 18:30 bis 21 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 15,00

S 10326W

Neue Trends in der Geldanlage

für Anleger*innen mit ersten Erfahrungen
Online-Vortrag

Hartmut Nehme

Die Rahmenbedingen für eine erfolgreiche Geldanlage haben sich in den letzten Monaten sehr stark verändert. Viele Kreditinstitute reduzieren ihre Bankfilialen und konzentrieren ihre Beratungen vermehrt auf eine vermögende Kundschaft. Gleichzeitig geben immer mehr Kreditinstitute die negativen Zinsen der Europäischen Zentralbank an ihre Kunden weiter. Zusätzlich rechnen Finanzexperten mit einer weiterhin hohen Inflation.

Eine professionelle Anlageberatung ist mit Kosten verbunden, welche die ohnehin schon sehr

geringen Erträge etablierter Anlagemöglichkeiten weiter reduzieren.
In diesem Kurs erfahren Sie, welche Optionen Ihnen neue Technologien, Dienste sowie neue Anlageformen bieten, um die Erträge Ihrer Geldanlage zu optimieren.
Folgende Punkte werden im Kurs besprochen:

- FinTec-Unternehmen und deren Angebote
- Möglichkeiten der neuen Robo Advisor
- optimierte Anlage mit Hilfe von Zinsportalen
- Vor- und Nachteile von Crowdinvesting
- aktive Investments über Social-Trading-Plattformen
- Kryptowährungen als zusätzliche Anlageform
- Möglichkeit der ökologisch nachhaltigen Geldanlage

Montag, 10. Okt. 2022, 18 bis 20:30 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 15,00. Anmeldung erforderlich

S 10329W

Richtig investieren in Aktien und ETFs

für Einsteiger*innen
Online-Vortrag

Hartmut Nehme

Die Zeiten, in denen wir unser Geld einfach auf dem Sparbuch oder Festgeldkonto vermehren konnten, sind nach der Finanz- und Corona-Krise endgültig vorbei. Zusätzlich rechnen Finanzexperten mit einer weiterhin hohen Inflation in den nächsten Jahren.
Für einen erfolgreichen Vermögensaufbau sowie für die Absicherung unserer vorhandenen Rücklagen ist es ratsam, sich mit alternativen Anlageklassen zu beschäftigen.
In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der wachstumsorientierten Anlageform in Aktien sowie dem sicherheitsorientierten Investment in ETFs. Bei ETFs handelt es sich um börsengehandelte Indexfonds, welche die Zusammensetzung und Wertentwicklung eines Wertpapierindexes (z.B. DAX) nachbilden. Wir besprechen die Grundlagen und Unterschiede beider Anlageformen und zeigen die praktische Umsetzung der persönlichen Anlagestrategie auf.

Folgende Punkte werden im Kurs besprochen:

- eigene Anlageziele festlegen
- allgemeiner Überblick vorhandener Anlageklassen
- Risikobetrachtungen bei Anlageklassen
- Kostenaspekte bei der Geldanlage
- Investitionen in Aktien
- passiv investieren mit ETFs
- die richtige Mischung - Diversifizierung
- Zugang zu Finanzinformationen
- Umsetzung der Anlagestrategie

Mittwoch, 2. Nov. 2022, 18:30 bis 21 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 15,00. Anmeldung erforderlich

S 50650

Jeder Monat zählt Die Bausteine der Rente

Vortrag

Johanna Göller

Viele Menschen meinen, für ihre Rente sind nur die letzten Jahre entscheidend. Aber das stimmt nicht. Richtig ist: Jeder eingezahlte Euro zählt in der gesetzlichen Rentenversicherung. Das fängt mit dem ersten Beitrag in jungen Jahren an und endet erst mit dem letzten Beitrag vor dem Rentenbeginn. Doch sind für die Rentenhöhe und den Rentenanspruch nicht allein die Beiträge entscheidend. In diesem Vortrag erfahren Sie alles über die Zeiten, die für Ihre Rente angerechnet werden.

Zusammen mit der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken und der Evang. Familienbildungsstätte Crailsheim.

Mittwoch, 7. Dez. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung zur besseren Planung erwünscht

S 10330WX

Geldanlage mit ETFs

Online-Vortrag

Hansjörg Hagenlocher

Was sind ETFs? Was spricht dafür, was spricht dagegen? Was muss ich tun, wenn ich in ETFs investieren will? Indexfonds, auch ETFs genannt, werden häufig als ideale Anlageform empfohlen: kostengünstig und renditestark. Wie Indexfonds funktionieren und worauf Sie achten sollten, wenn Sie ein eigenes Depot für ETFs anlegen, erfahren Sie in unserem Online-Seminar zum Thema. Bringen Sie auch Ihre eigenen Fragen mit!

Unser Finanzexperte Hansjörg Hagenlocher informiert in diesem kostenlosen Online-Seminar über Vor- und Nachteile von ETFs und gibt praktische Tipps für die Anlage.

Der Link zur Veranstaltung wird Ihnen rechtzeitig zugesandt.

Zusammen mit der vhs Bad Urach-Münsingen.

Dienstag, 31. Jan. 2023, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10331

Mobile Payment - Online Payment

Was bei digitalen Bezahlmethoden zu beachten ist

Alexandra Hennicke

Kontaktlos im Supermarkt bezahlen, den Fahrschein mit dem Smartphone lösen oder im Onlineshop bezahlen: das sind mittlerweile die häufigsten Bezahlmethoden. Doch wie funktioniert kontaktloses und digitales Bezahlen genau? Welche Voraussetzungen muss man erfüllen, um mobil bezahlen zu können? Was ist der Unterschied zwischen Apple Pay und Google Pay? Auch im Onlinehandel sind digitale Bezahlmethoden im Vormarsch: digitale Währungen und moderne Zahlungsdienste wie PayPal erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Doch sind diese Wege zu bezahlen auch sicher?
In diesem Vortrag wird erklärt, was sich hinter kontaktlosen und digitalen Bezahlvorgängen verbirgt und was Nutzer*innen beachten müssen. Ein Fokus des Vortrages liegt auch auf dem Thema Sicherheit und Datenschutz.

Die Referentin Alexandra Hennicke ist bei der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e.V. als Fach- und Rechtsberaterin im Bereich Telekommunikation, Internet und Verbraucherrecht tätig.

Mittwoch, 11. Jan. 2023, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 5,00

Weil's um mehr als Geld geht.

Wir setzen uns ein für das, was im Leben wirklich zählt. Für Sie, für die Region, für uns alle.

sparkasse-sha.de

Sparkasse Schwäbisch Hall Crailsheim

S 10335

Tauschnetz Crailsheim

Hinter dem Tauschnetz Crailsheim verbirgt sich eine Gruppe, die Menschen und Dingen einen neuen Wert geben will, der nicht in Geld gemessen wird. Die Devise heißt tauschen statt kaufen - seien es Kenntnisse, Fähigkeiten, Erfahrungen, aber auch Pflanzen, Bücher, Spiele etc.

Neue Mitstreiter*innen sind jederzeit willkommen, denn je mehr Mitglieder, desto vielfältiger das Angebot. Schnuppern Sie einfach mal rein..

Donnerstag, 13. Okt. 10. Nov. 2022, 8. Dez. 2022, sowie 12. Jan. und 9. Feb. 2023, 19 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
Kostenfrei

PFLEGE · UNTERHALT · VOLLMACHTEN

S 10342

Pflegebedürftig - was nun?

Dorothee Schumm, Dipl.-Pflegewirtin

In Deutschland werden rund zwei Drittel aller zu Pflegenden durch Familie, Freunde und Nachbarn zu Hause gepflegt. Mit dem Eintritt einer Pflegebedürftigkeit entstehen die verschiedensten Fragen. Dorothee Schumm, Pflegeberaterin beim Pflegestützpunkt Landkreis Schwäbisch Hall informiert in ihrem Vortrag über die Einstufung in einen Pflegegrad, die Leistungen der Pflegeversicherung und die passenden Unterstützungsmöglichkeiten. Fragen der Teilnehmenden sind herzlich willkommen.

Zusammen mit dem Stadtseniorenrat Crailsheim.

Donnerstag, 29. Sept. 2022, 14:30 bis 16 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
Kostenfrei. Anmeldung zur besseren Planung erwünscht

S 10343

Elternunterhalt - Wer zahlt die Heimkosten?

Petra Piorr-Walter

Können die Kinder herangezogen werden, wenn das eigene Einkommen oder das eigene Vermögen des (pflegebedürftigen) Elternteils nicht ausreichen, um den eigenen Bedarf im Alter sicherzustellen? Muss auch ein Ehepartner Unterhalt für die Schwiegereltern zahlen? Diese und ähnliche Fragen stellen sich nicht selten im Pflegefall. Der Vortrag behandelt folgende Schwerpunkte unter Berücksichtigung der aktuellen Rechtsprechung:

- Bedarf und Bedürftigkeit des pflegebedürftigen Elternteils (u.a. Freiheit der Heimauswahl? Einsatz eigenen Einkommens und Vermögens? Rückforderung von Schenkungen?)
- Berechnung der Leistungsfähigkeit des Kindes und Haftung des Kindes aus Vermögen
- Verwirkung des Unterhaltsanspruches
- Ansprüche des Sozialamtes

Montag, 24. Okt. 2022, 19:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 9,00

RECHT · SPEZIAL

S 10346X

Infoveranstaltung zu den Schöffenwahlen 2023

Claudia Kitzig, Landesvorsitzende DVS-BW, und Renate Gundel, Stellvertretende Vorsitzende DVS-BW

Im Jahr 2023 werden die Schöffinnen und Schöffen für die Amtsperiode von 2024 bis 2028 gewählt. Schöff*innen wirken neben den Berufsrichter*innen gleichberechtigt an der Rechtsprechung mit und tragen somit die gleiche Verantwortung für den Urteilsspruch. Um ihrer Aufgabe gerecht werden zu können, müssen sie grundlegende Kenntnisse über das Strafverfahren sowie den Sinn und Zweck der Strafe haben. Schöffinnen und Schöffen sollen unvoreingenommen und unbeeinflusst sein, ihre Lebenserfahrung und ihren gesunden Menschenverstand einbringen. In dieser Online-Veranstaltung wird über die Tätigkeit als Schöff*in informiert.

Auf einen Impulsvortrag folgt eine moderierte Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen. Die Veranstaltung wird via Livestream übertragen. Über eine Online-Plattform können Teilnehmer*innen Fragen zum Thema stellen. Der Zugangslink wird kurz vor dem Termin per Mail versendet. Sie benötigen einen PC/Laptop oder ein mobiles Endgerät mit einem Internetanschluss. Sie sind in der Veranstaltung nicht sichtbar und hörbar. Fragen und Diskussionsbeiträge können über die Chat-Funktion an die Referierenden gerichtet werden.

Eine Kooperation mit dem Landesverband Baden-Württemberg der Vereinigung der Schöffinnen und Schöffen (DVS-BW e.V.) und dem Volkshochschulverband Baden-Württemberg.

Dienstag, 24. Jan. 2023, 18 bis 20 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 10344

Infonachmittag zum Betreuungsrecht und zum neuen Ehegatten-Vertretungsrecht

Vorsorge durch Vollmachterteilung und Betreuungsverfügung

Michael Köhler

Durch Unfall, Krankheit oder Alter werden Menschen oft bei der Wahrnehmung Ihrer Interessen und bei der Besorgung Ihrer Geschäfte eingeschränkt. So kann oft der Gang zur Bank nicht mehr erfolgen, Abklärungen mit Versicherungen oder anderen Leistungsträgern können von den Betroffenen nicht mehr selbst erledigt werden. Manche sind nicht mehr in der Lage, im Gespräch mit dem Arzt Entscheidungen über ihre Behandlung zu treffen. Aus rechtlicher Sicht können Angehörige derartige Handlungen und Entscheidungen nicht übernehmen, ohne dafür bevollmächtigt zu sein. Ist vom Einzelnen keine Vorsorge für solche Situationen getroffen, so wird im Bedarfsfalle vom Betreuungsgericht eine angehörige oder familienfremde Person eingesetzt, die als Betreuer*in mit Vertretungsrecht für bestimmte Aufgaben ausgestattet wird. Durch rechtzeitige Vollmachterteilung können öffentlich-rechtliche Betreuungsverfahren vermieden werden. Die Voraussetzungen, Form und Inhalte von Vollmachten sowie mögliche Fallstricke für Vollmachtgeber wie Bevollmächtigte werden im Vortrag erläutert. Kann keine Vollmacht erteilt werden, so kann eine Betreuungsverfügung das Mittel für vorsorgende Bestimmungen im Fall einer späteren Gebrechlichkeit sein.

2023 wird das neue Ehegattenvertretungsrecht in Kraft treten. Diese auf medizinische Notfälle begrenzte Regelung wird ebenfalls vorgestellt und die formellen Vorgaben dafür sowie der Vertretungsspielraum von Eheleuten untereinander erläutert.

Der Referent ist Dipl.-Sozialpädagoge, Vereinsbetreuer und Geschäftsführer des Betreuungsvereins im Landkreis Schwäbisch Hall e.V.

Zusammen mit dem Stadtseniorenrat Crailsheim.

Donnerstag, 27. Okt. 2022, 14:30 bis 16 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 10338

Ehe- und Scheidungsrecht

Verträge und Vereinbarungen rund um Ehe und Partnerschaft, Trennung und Scheidung

Petra Piorr-Walter, Rechtsanwältin und Fachanwältin für Familienrecht

Der Vortrag behandelt praktische Auswirkungen des deutschen Ehe- und Scheidungsrechts. Die Schwerpunkte sind:

- Eheverträge - sinnvoll oder nicht?
- Regelungs- und Gestaltungsmöglichkeiten bei Eheverträgen
- Erbverträge: Gestaltungsmöglichkeiten im Zusammenhang mit Eheverträgen
- Scheidungsfolgenvereinbarungen
- getrennt leben und Scheidung
- Zugewinn- und Vermögensauseinandersetzung
- Kindesumgang und Sorgerecht
- Überblick über materialrechtliche und prozessuale Fragen
- Unterhaltszahlungen: Wer muss an wen zahlen?
- weitere Kosten

Der Vortrag wendet sich an alle, die an juristischem Grundwissen interessiert sind, ob verheiratet oder nicht.

Montag, 28. Nov. 2022, 19:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 9,00. Anmeldung erforderlich

S 30035

Basiskurs zum Thema „Demenz“

Regine Hammer

In dieser Infoveranstaltung über Demenzerkrankungen werden neben Informationen zum Krankheitsbild (Demenzformen, Diagnostik, Therapie) insbesondere auch Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz vermittelt. Denn Menschen mit Demenz brauchen eine sensible Nachbarschaft und Umgebung, um möglichst lange zu Hause leben zu können.

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt des Landkreises Schwäbisch Hall und im Rahmen von „Demenz Partner“. Träger dieser bundesweiten Initiative ist die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Weitere Informationen zur Kampagne finden Sie unter www.demenz-partner.de.

Die Referentin ist Krankenschwester und Pflegeexpertin für Menschen mit Demenz.

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 10345

Wie man die Pflegezeit finanziell meistert

Thomas Rohr

Gut betreut und dabei finanziell abgesichert sein - das ist jedermanns Wunsch für das Alter. Mit gezielten Infos zum Thema Unterstützung und Pflege möchte der Referent seine Zuhörer*innen in die Lage versetzen, diesen Wunsch durch frühzeitige Regelungen zu realisieren. Interessant für Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige, die sich einen Überblick über mögliche Pflege- und Betreuungskosten verschaffen möchten.

Vortragsinhalte:
- Unterstützung für Pflegebedürftige im Alltag
- Überblick über Wohnformen im Alter
- Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung
- Pflegeleistungen beantragen
- mit privater Vorsorge Versorgungslücken schließen

Sparkassenbetriebswirt Thomas Rohr vom Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe wird als profunder Kenner die komplexe Materie anhand konkreter Beispiele veranschaulichen und auch für schwierige Fälle Handlungsmöglichkeiten aufzeigen.

In Kooperation mit dem Stadtseniorenrat und dem Beratungsdienst Geld und Haushalt.

Donnerstag, 12. Jan. 2023, 18:30 bis 20 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

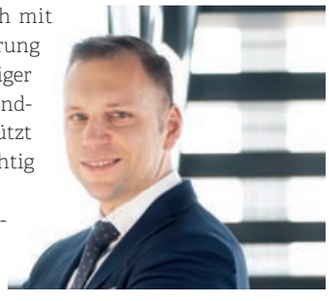
S 10347

Vorsorge beruhigt

Testament - General- und Vorsorgevollmacht - Patientenverfügung

Michael Frasch

Das notarielle Vorsorgepaket umfasst Testament, General- und Vorsorgevollmacht, aber auch die Patientenverfügung. Leider scheuen sich viele, sich mit diesen Themen zu beschäftigen und diese auch konkret anzugehen. Gründe sind hierfür meist Unsicherheit, fehlende Informationen oder schlichtes Verdrängen von ungeliebten Themen wie Tod, Geschäftsunfähigkeit und Sterbehilfe. Dabei sorgt die Auseinandersetzung mit und die gute Vorbereitung auf diese Themen für Sicherheit und vermeidet Streitigkeiten innerhalb der Familie.



Notar Michael Frasch mit über 20 Jahren Erfahrung als Notar und ehemaliger Nachlass- und Vormundschaftsrichter unterstützt Sie, diese Themen richtig einzuordnen:
- Wie grenzen sich Testament, Vollmacht und Patientenverfügung voneinander ab?
- Wer sollte wann eine Vorsorgevollmacht erteilen?

WIRSCHING

RECHTSANWÄLTE I FACHANWÄLTE

BJÖRN WIRSCHING
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht

STEPHANIE REIN-HÄBERLEN
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Bau- und Architektenrecht
Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

ANNA-LENA BRINGMANN
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

DENNIS ARENDT
Rechtsanwalt

Karlstraße 6 (1. OG) • 74564 Crailsheim • Telefon: 0 79 51-94 93-0 • Telefax: 0 79 51-94 93-90
E-Mail: mail@wirsching-rechtsanwaelte.de • Homepage: www.wirsching-rechtsanwaelte.de

- Wie sinnvoll ist eine Patientenverfügung und an wen ist sie gerichtet?
- Was ist bei der Testamentsgestaltung bzw. beim Erbvertrag zu beachten?

Mittwoch, 18. Jan. 2023, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 7,50. Anmeldung erforderlich

T 10341

Lange zu Hause leben - kleine und große Hilfen in der Wohnung
Infoabend

Dorothee Schumm

Mittwoch, 8. Feb. 2023, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei.

BAUEN · WOHNEN · SANIEREN

S 10332X / S 10333X

Die neue Grundsteuererklärung - ein kleiner Überblick

Pia Dietrich, Dipl.-Finanzwirtin

Ab dem Jahr 2025 gilt die neue Grundsteuerreform. Hierfür müssen noch in diesem Jahr deutschlandweit 35 Mio. Immobilien neu bewertet werden. Um diese enorme Menge bearbeiten zu können, erfolgt die Abgabe der Grundsteuererklärung grundsätzlich elektronisch - über das kostenlose Steuerverfahren von Elster.
Die Abgabe ist seit kurzem über Elster möglich. Für die Abgabe ist allerdings ein gültiges Elster-Zertifikat erforderlich. In dem Kurs wird erklärt, wie das Zertifikat erstellt wird. Außerdem wird ein Überblick über das Verfahren und das Ausfüllen der Grundsteuererklärung gegeben.

Bitte beachten: Eine Anmeldung empfiehlt sich nur dann, wenn Sie noch nicht über ein Elster-Zertifikat verfügen, da die Erstellung des Zertifikats einen nicht unerheblichen Anteil des Vortrags darstellt.

Zusammen mit den Volkshochschulen Künzelsau und Schwäbisch Hall.

EUR 15,00 pro Termin

Zwei Termine:

S 10332X:
Montag, 26. Sept. 2022, 18:30 bis 20:30 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9

S 10333X:
Donnerstag, 29. Sept. 2022, 18:30 bis 20:30 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung

S 10348WX

Smart Home: Neue digitale Anwendungen im Wohnbereich
Online-Vortrag

Jenny Pfeifer

Immer mehr Haushalte setzen auf technische Verfahren und vernetzte Haushaltsgeräte, vom Saugroboter über den Rasensprenger und digitalen Assistenzsystemen bis hin zur Heizung. Durch die zentrale Steuerung kann nicht nur Energie eingespart, sondern auch der Lebensalltag deutlich einfacher werden. Doch sind die Daten vor dem Zugriff Dritter sicher?

Dieser kostenfreie Vortrag beleuchtet die Art der Systeme und zeigt den Kosten-Nutzen-Faktor auf. Auch geht der Vortrag auf mögliche Nachteile und Sicherheitsaspekte sowie den Datenschutz eines vernetzten Zuhauses ein.

Der Link zur Veranstaltung wird Ihnen rechtzeitig zugesandt.

Zusammen mit der vhs Bad Urach-Münsingen.

Donnerstag, 27. Okt. 2022, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

S 10360

Themenabend rund um das Thema Familie und Immobilien

Nikolai Glaser und Felix Vögele, Rechtsanwälte

An der Schnittstelle von Familienrecht und Immobilienrecht verbergen sich oft Probleme, bei denen es teuer werden kann. Häuser in der Scheidung, Kündigung von Mietverträgen in der Trennung oder Wohnungseigentum, welches nur einem Ehepartner gehört.

In ihrem Vortrag sprechen die Rechtsanwälte Felix Vögele und Nikolai Glaser auch anhand von Beispielen die Themen an, die wichtig sind, und legen dar, wie Immobilienvermögen nicht verpufft, wenn Familien sich streiten. Auch das Vermieten durch Erbengemeinschaften oder Eheleute bzw. Partnern wird in den Blick genommen. Neue Rechtsprechung und Beispiele aus der Praxis illustrieren, worauf es ankommt.

Nikolai Glaser ist Rechtsanwalt in Berlin und Experte in Sachen Miet- und Wohnungseigentumsrecht. Felix Vögele arbeitet als Rechtsanwalt in Ellwangen und ist Experte für Familienrecht. Beide verbindet eine langjährige Zusammenarbeit.

Freitag, 11. Nov. 2022, 18:30 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 12,00. Anmeldung erforderlich

S 10362

Mietrecht aktuell
für Mieter*innen und Vermieter*innen

Nikolai Glaser

Immer wieder gibt es Streit über Betriebskosten, Wohnungsmängel, Renovierungspflichten, Kündigungsfristen und einiges mehr. Ersparen Sie sich kostspielige Fehler und Konflikte mit Ihrem Mieter bzw. Vermieter. Hüten Sie sich vor der Anwendung von „Halbwissen" aus der Boulevard-Presse. Der Vortrag vermittelt Neues und Wissenswertes zum aktuellen Mietrecht. Die aktuelle BGH-Rechtsprechung wird berücksichtigt.

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 12 Uhr
vhs, Konvent
EUR 12,00. Anmeldung erforderlich

S 10415

Fördermöglichkeiten für Heizungserneuerung, energetische Sanierung und Neubau

Tessanie Götz

Sie möchten ihren Altbau energetisch auf Vordermann bringen oder denken über einen Neubau nach? Sie haben versucht, Informationen im Förderdschungel zu erhalten? In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Fördergeber, interessante Förderungen und wichtige Eckdaten bei der Beantragung ihres Projekts.

Die Referentin ist Dipl.-Ing. Architektur, Bautechnik und Bauökonomie.

Donnerstag, 13. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 5,00. Anmeldung erforderlich

BEGEHRT: KFW-FÖRDERUNG

S 10418

Photovoltaik lohnt sich

Vincent Clarke

Auf Ihrem Hausdach ist noch keine Photovoltaik-Anlage und Sie denken über die Umsetzbarkeit nach? Dieser Vortrag bringt Ihnen die Technik näher. Hierbei erhalten Sie nicht nur eine Vorstellung der verschiedenen Komponenten einer Anlage, sondern auch Informationen über die möglichen Ausrichtungen, Verschattungseinflüsse und die Wirtschaftlichkeit.

Der Referent ist Dipl.-Ing. (FH) Energie- und Umweltsystemtechnik.

Mittwoch, 19. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 5,00. Anmeldung erforderlich

S 10420

Mit System zur richtigen Heizung

Marco Hampele

Sie haben eine alte Heizungsanlage und möchten wissen, welche Techniken aktuell möglich sind? In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Heizsysteme und erfahren, wann welche Technik sinnvoll oder auch unrentabel ist. Zudem wird über die aktuellen gesetzlichen Rahmenbedingungen und mögliche Energieberatung gesprochen.

Der Referent ist Bachelor of Engineering (B. eng.) in Verfahrens-, Energie- und Umwelttechnik sowie staatlich geprüfter Techniker für Umweltschutztechnik und regenerative Energien.

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 5,00. Anmeldung erforderlich

S 10424

Vom Baugrundstück bis zum Bauantrag

Infoabend für angehende Hauseigentümer

Lisa Zimmermann

Wenn klar ist, in welcher Gemeinde man bauen will, steht man vor der Wahl der richtigen Grundstücksparzelle. Mit der Auswahl des Grundstücks wird bereits im bildlichen Sinne der Grundstein für das Bauprojekt gelegt. Für eine gelungene Planung sind Faktoren wie z.B. Sonneneinstrahlung, Höhenlage, Zufahrtswege, Beschaffenheit des Baugrunds und natürlich die gesetzlichen Vorschriften entscheidend. Damit zusammenhängend stellt sich die Frage, was gebaut werden darf, was gebaut werden kann und wie das Wunschgrundstück optimal genutzt wird.

Dieser Vortrag soll Ihnen Erkenntnisse über die Zusammenhänge dieser vielen Faktoren geben. Wenn sie zielgerichtet in die Planung einfließen, können nicht nur Kosten eingespart werden, sondern kann auch das Wohlbefinden beim Wohnen gesteigert werden.

Die Referentin ist staatlich geprüfte Bautechnikerin aus Blaufelden. Sie betreute in ihrer neunjährigen Berufspraxis bereits mehrere Dutzend Projekte im Hochbau. Aktuell arbeitet Sie in einem erfahrenen Architektur- und Ingenieurbüro in Rothenburg ob der Tauber. Sie betreut Projekte in der Denkmalpflege sowie zu Gebäuden der öffentlichen Hand.

Freitag, 18. Nov. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 7,50. Anmeldung erforderlich

S 10427

Energie sparen - besser leben

Energieberatung

Armin Ehrmann, Dipl.-Ing. (FH), Betriebswirt (VWA)

Dieses kostenlose Beratungsangebot der Verbraucherzentrale bietet Ihnen die Möglichkeit, konkrete Fragen individuell mit einem unabhängigen Berater zu diskutieren. Dabei werden Hilfestellungen beispielsweise zur Entscheidung über Heizungsanlagen, Sonnenenergie, Wärmeschutz, Alt- und Neubau sowie Hinweise zu passenden Förderprogrammen gegeben. Die Kosten sind durch eine Förderung des Bundeswirtschaftsministeriums über die Verbraucherzentrale gedeckt.

Termine nach individueller Absprache (in der Regel am späteren Freitagnachmittag). Terminvereinbarung unter der zentralen Nummer der Verbraucherzentrale, Tel. 0800 809802400, oder direkt bei Armin Ehrmann unter Tel. 07954 926286 (abends).

Nähere Informationen unter:
www.verbraucherzentrale-energieberatung.de

MOBILITÄT · NACHHALTIGKEIT

S 10438WX

Elektroautos - Strombezug, Ladesäulen und Preise

Online-Vortrag

Matthias Bauer

Die Zahl der E-Fahrzeuge wächst und damit auch die Bedeutung der Ladeinfrastruktur. Wir beobachten, dass der Elektromobilsektor aus den Kinderschuhen herauswächst und ein ganz normaler Massenmarkt wird. Mit dem Erfolg steigt der Druck auf die Ladeinfrastruktur. Im Verhältnis der zugelassenen E-Fahrzeuge und den anfahrbaren Ladepunkten liegt ein großes Missverhältnis. In Innenstädten ist es oft Glücksache, einen freien Ladeplatz zu ergattern. Auch an Autobahn-Ladeplätzen muss immer öfter aufs Laden gewartet werden.

In diesem Spannungsverhältnis versucht der Vortrag die neuen Anforderungen und mögliche Lösungen für Verbraucher und Verbraucherinnen beim elektrischen „Tanken" vorzustellen.

Der Link zur Veranstaltung wird Ihnen rechtzeitig zugesandt.

Zusammen mit der vhs Bad Urach-Münsingen.

Donnerstag, 1. Dez. 2022, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
Kostenfrei

S 10260

Zukunft der Mobilität

Vortrag und Gespräch

Valentin Abel, Mitglied des Deutschen Bundestages

Nähere Infos auf Seite 19 in der Rubrik „Politik • Wirtschaft • Gesellschaft".

Freitag, 9. Dez. 2022, 18:30 bis 20 Uhr
vhs, Konvent
Eintritt frei. Anmeldung zur besseren Planung erwünscht

PARKPLÄTZE

Liebe Kursteilnehmer*innen, bitte benutzen Sie die Parkplätze im 5 Gehminuten entfernten Parkhaus in der Grabenstraße.
Das Parken am Spitalpark ist ausschließlich Dozent*innen vorbehalten, die gerade an der vhs unterrichten.

NATUR · UMWELT · GARTEN

S 10470

Faszination Bienenvolk Imkern als Hobby

Wolfgang Brosam

Erfreulicherweise interessieren sich wieder mehr Menschen für Bienen und lassen sich von ihren erstaunlichen Fähigkeiten begeistern. An diesem Abend wird den Teilnehmer*innen viel Wissenswertes über die Honigbiene vermittelt und ein Einblick in die Grundlagen der Bienenhaltung und Imkerei gegeben. Auch Themen wie Bienengesundheit und Bienenprodukte stehen auf dem Programm. Dieser Infoabend richtet sich sowohl an Interessierte, die Einblicke in das Leben der Bienen gewinnen möchten, als auch an Menschen, die sich vorstellen können, die Imkerei selber als Hobby zu betreiben.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Bezirksimkerverein Crailsheim und im Rahmen des Crailsheimer Projekts „Stadtbiene".

Mittwoch, 26. Okt. 2022, 19:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 3,00. Anmeldung erforderlich

S 10472

Obstbaum-Schnittkurs

Christiane Karger, Dipl.-Ing. agr.

Für stabile und gesunde Obstbäume ist der richtige Schnitt von Anfang an die wichtigste Voraussetzung. Ob Erziehungs-, Erhaltungs- oder Verjüngungsschnitt - die Gartenbauingenieurin Christiane Karger vermittelt Ihnen Grundlagen, mit denen Sie künftig Schere und Säge gezielter einsetzen können. Im Kursverlauf wird der Winterschnitt erläutert und praktisch umgesetzt. Am Morgen werden die theoretischen Grundlagen geschaffen, anschließend fährt die Gruppe gemeinsam zu einer Streuobstwiese, wo die Theorie dann auch gleich in die Praxis umgesetzt werden kann.

Wetterfeste Kleidung und bitte, sofern vorhanden, Schnittwerkzeug mitbringen.

Samstag, 12. Nov. 2022, 9 bis 14 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 26,00

ONLINE-VORTRAGSREIHE ZUM THEMA „ERHALTEN, WAS UNS ERHÄLT"

Die landschaftliche Vielfalt Baden-Württembergs spiegelt sich im großen Artenreichtum des Landes wider: Hier leben rund 50.000 Tier-, Pflanzen- und Pilzarten! Gut geht es aber lange nicht allen. Auch hierzulande beobachten wir einen dramatischen Artenschwund. Die Bestände sind inzwischen oft so ausgedünnt, dass viele Arten unmittelbar vom Aussterben bedroht sind. Etwa 40% der Arten sind nach den aktuellen Roten Listen stark gefährdet. Mit dem Sonderprogramm finanziert das Land viele Projekte im Bereich Natur, Umwelt, Landwirtschaft, Forstwirtschaft und Verkehr, um die biologische Vielfalt zu erhalten und zu stärken. Aber auch die entscheidende Bedeutung der Vielfalt für unser aller Leben muss mehr in unser Bewusstsein rücken, unsere eigene Rolle und unsere Möglichkeiten, selbst Biodiversität zu unterstützen. In dieser Vortragsreihe geben Expertinnen und Experten Informationen und Impulse zu Artenvielfalt und Artenschutz.

Kostenlos. Anmeldung erforderlich. Der jeweilige Link zur Veranstaltung wird den angemeldeten Personen rechtzeitig per E-Mail zugeschickt.

Eine Veranstaltungsreihe im Rahmen des Sonderprogramms zur Stärkung der biologischen Vielfalt in Baden-Württemberg und in Zusammenarbeit mit dem Crailsheimer Projekt „Stadtbiene".

S 10430W

Das Sterben der Insekten Daten, Ursachen, Maßnahmen

Prof. Dr. Johannes Steidle

Mittwoch, 5. Okt. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

S 10431W

Macht Vielfalt gesund? Auswirkungen der Biodiversität im Wald auf unsere Gesundheit

Prof. Dr. Michael Scherer-Lorenzen

Mittwoch, 19. Okt. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

S 10434W

Sortenvielfalt unserer Pflanzen

Wert für Biodiversität und Teller

Prof. Dr. Roman Lenz

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

S 10435W

Multifunktionelle Stadtnatur

Wie Biodiversität für ein rundes Stadtbild sorgt

Dr. Philipp Unterweger

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

S 10443W

Moderne Landwirtschaft aus dem Blickwinkel der Bienen

Dr. Klaus Wallner

Mittwoch, 7. Dez. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

S 10445W

Biodiversität und Klimawandel

Prof. Dr. Alexander Peringer

Mittwoch, 21. Dez. 2022, 18 bis 19:30 Uhr

Nähere Informationen zu den jeweiligen Veranstaltungen und den Referenten finden Sie auf der vhs-Internetseite.

GEMEINSAM MIT DEM NABU CRAILSHEIM

S 10480

Unser NABU-Wald bei Lohr im Umbruch - kann er dem Klimawandel trotzen?

Naturkundliche Führung

Tilman Preuss, Förster

Samstag, 24. Sept. 2022, 14 bis 17 Uhr
Treffpunkt: Volksfestplatz
Kostenfrei

S 10481

Versteckte Klima-"Sünden" in unserem Alltag - wenig geläufige Verbrauchertipps

NABU-Monatstreff mit Vortrag

Mittwoch, 12. Okt. 2022, 20 bis 22 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links

GLOBALE NACHHALTIGKEITSZIELE

Es ist Halbzeit! Bis zur Erreichung der globalen Nachhaltigkeitsziele im Jahr 2030 bleiben uns nur noch 7,5 Jahre. Doch stehen weiterhin - neben den sehr persönlichen Bezügen - auch viele gesellschaftspolitische und globale Fragestellungen offen. Wie können wir nachhaltiger konsumieren und das Miteinander auf diesem Planeten verantwortungsvoll gestalten? Können wir global nachhaltiges und für alle gerechtes Wirtschaften tatsächlich erreichen? Diese und viele weitere aktuelle Fragen stehen in unmittelbarem Zusammenhang mit den 17 Zielen / den Sustainable Development Goals (SDG) der Agenda 2030, die von den Vereinten Nationen im Jahr 2015 verabschiedet wurden. Wie steht es um die 17 Ziele - was macht es schwer, sie zu erreichen? Wo liegen Chancen? Wo stehen wir eigentlich gerade? Dazu befragt die 2020 etablierte Veranstaltungsreihe Stadt. Land.Welt Expertinnen und Experten und beleuchtet diese Fragestellungen anhand von Praxisbeispielen. Das Angebot ist kostenlos und richtet sich an interessierte Erwachsene allen Alters.

Eine Kooperation u.a. zwischen Engagement Global, dem Deutschen Volkshochschul-Verband, DVV International im Rahmen des Programms Entwicklungsbezogene Bildung in Deutschland (EBD), das sich u.a. dafür einsetzt, Entwicklungspolitische Bildungsangebote für Menschen in ländlichen Räumen anzubieten. Das EBD-Programm wird finanziert mit Mitteln des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung.

Die Veranstaltungen finden auf der Plattform WebEX statt. Den Zugangslink erhalten Sie einige Tage vor dem Termin. Sie benötigen einen PC/Laptop oder ein mobiles Endgerät mit Internetanschluss. Die Teilnehmenden sind in der Veranstaltung nicht sichtbar und hörbar. Fragen und Diskussionsbeiträge können über die Chat-Funktion an die Referierenden gerichtet werden.

S 10432W

Gender trifft Erderwärmung
Was hat die Klimakrise mit Geschlechtergerechtigkeit zu tun?
Online-Vortrag

Die Folgen der Klimakrise treffen die Menschen unterschiedlich. Während der Globale Norden Hauptverursacher ist, leiden Menschen im Globalen Süden unmittelbar an den Auswirkungen. Besonders betroffen sind Frauen. Geschlechterrollen bestimmen ihren sozialen Status, die Arbeitsaufteilung, Zugänge zu Ressourcen und politische Teilhabe. Wassermangel und andere Klimaeffekte beeinträchtigen darüber hinaus massiv ihre Entwicklungsmöglichkeiten.
Die Veranstaltung beleuchtet die Frage, wie Genderaspekte in der Klimapolitik stärker berücksichtigt werden müssen.

Mittwoch, 2. Nov. 2022, 19 bis 20:30 Uhr

S 10433W

Klimaneutral - wie geht das?!
Online-Vortrag

Klimaschutz ist wichtig. Das wissen wir. Fachleute aus der Wissenschaft fordern deshalb anspruchsvolle Ziele und effektive Maßnahmen, um den Klimawandel und seine Folgen einzudämmen.
Statt von den Renditen einer intakten Natur zu leben, wirtschafte der Mensch auf ihre Kosten, meint der Präsident des Deutschen Naturschutzrings, Kai Niebert. Als Konsument*innen können wir mit Kaufentscheidungen Einfluss auf die biologische Vielfalt nehmen. Doch die großen Steuerungselemente hat die Politik in der Hand.
Setzt die Politik die nötigen Anreize? Wie schaffen wir eine „klimaneutrale Gesellschaft"? Was können wir selbst als Verbraucher*innen tun? Und an welchen Stellschrauben muss die Politik drehen?

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 19 bis 20:30 Uhr

S 10452W

Überflüssiger Überfluss - wie geht nachhaltige Ernährung?
Online-Vortrag

Ein Drittel unserer deutschen Wocheneinkäufe wird im Müll entsorgt. Knapp die Hälfte davon könnte noch gegessen werden. Laut einer WWF-Studie von 2015 werden in Deutschland 2,6 Millionen Hektar Land umsonst bewirtschaftet. Das führt zu 58 Millionen Tonnen überflüssiger Treibhausgase. Der globale Lebensmittelsektor verbraucht 30 Prozent aller genutzten Energie. Übrigens: In anderen Teilen der Erde hungern immer noch 811 Millionen Menschen.
Auf der anderen Seite steht eine Vielzahl an Initiativen und Akteuren, die vorleben, wie wir unsere Nahrung nachhaltig organisieren können. Wie das geht und wie wir mit unserem Einkauf das Klima und das Leben zu Wasser und zu Lande schützen können, diskutieren wir gemeinsam.

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 19 bis 20:30 Uhr

S 10482

Das verborgene Leben unserer Pilze
Naturkundliche Führung

Karl-Heinz Johe

Sonntag, 16. Okt. 2022, 14 bis 17 Uhr
Treffpunkt: Volksfestplatz

S 10483

NABU-Themenabend
zu einem aktuellen naturschutzpolitischen Thema

Mittwoch, 9. Nov. 2022, 20 bis 22 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links

S 10484

Bilderpräsentation
NABU-Jahresabschluss

Samstag, 3. Dez. 2022, 19 bis 22 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links

ERZIEHUNGSFRAGEN · PÄDAGOGIK · SCHULE

S 10505

Gewalt in Familien
Infoabend mit der AWO Schwäbisch Hall

Hartmut Werny und Dorothea Klingner

Kinder, die Armut und häusliche Gewalt erleben, sind vielfältigen Risiken ausgesetzt. In dem Vortrag werden gesundheitliche, soziale und psychische Auswirkungen von Armut und häuslicher Gewalt beleuchtet. Es gibt eine gesellschaftliche Verantwortung für die Kinder. Doch für Kinder sind vor allem die Personen im unmittelbaren Umfeld wichtig. Ihre Wachheit und Sensibilität für die kindlichen Bedürfnisse stellen einen wichtigen Schutzfaktor dar. Vorgestellt werden soll, welche Möglichkeiten der Unterstützung es für Kinder und ihre Eltern gibt.

Referentin ist Dorothea Klingner von der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Landkreises Schwäbisch Hall. Moderiert wird die Veranstaltung durch den Leiter des Jugendamtes Hartmut Werny.

Eingeladen sind städtische und kirchliche Erzieher*innen und alle, die in einem pädagogischen Kontext arbeiten oder daran Interesse haben.

Montag, 10. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
Kostenfrei

S 10515

Kinder brauchen ein Zuhause - Pflegeeltern gesucht

Informationsabend

Anja Stahl

Wenn auch Sie sich vorstellen können, einem Pflegekind oder Jugendlichen ein Zuhause zu geben, dann sind Sie in dieser Veranstaltung genau richtig! An diesem Abend erfahren Sie, aus welchen Gründen Kinder Pflegefamilien brauchen und wie das Leben in einer Pflegefamilie für alle bereichernd sein kann. Sie erhalten zudem einen ersten Einblick in die Aufgaben von Pflegefamilien und offene Fragen können geklärt werden.

Als Pflegefamilie werden Sie vom Jugendamt finanziell unterstützt und pädagogisch begleitet. Nutzen Sie die Chance, sich an diesem Abend ganz unverbindlich zu informieren.

Die Referentin ist Sozialarbeiterin (B.A.) im Fachdienst Pflegekinder/Adoption des Jugendamts Schwäbisch Hall.

Montag, 21. Nov. 2022, 18:30 bis 20 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 10520

Die entspannte Familie

Wie man aus einer Mücke keinen Elefanten macht
Eltern-Forum

Simone Kriebs

„Mach dies, mach das - doch dieses lass. Silvana, du hast schon wieder deine Hausaufgaben nicht gemacht. Leon, wieso schwänzt du die Schule? Ihr macht uns völlig fertig. Solange ihr eure Füße unter unseren Tisch stellt, macht ihr das, was wir euch sagen." Eine ganz normale Situation in einer ganz normalen Familie irgendwo in Deutschland.

Dieser Vortrag öffnet Eltern die Augen, eröffnet neue Perspektiven. Plötzlich erscheinen die vermeintlichen Probleme minimal. Kinder sind schließlich auch nur Menschen. Und Eltern waren auch mal Kinder. Die Erkenntnis, nicht alles überbewerten zu müssen, Dinge auch mal stehen zu lassen, Dampf und Geschwindigkeit rauszunehmen und entspannt in den Dialog zu gehen, wirkt sich positiv auf das Familienleben aus. Ein gepflegter Umgang miteinander steigert das Wohlbefinden und festigt das Familiengefüge. Erkennen Sie, wann bei Ihnen zu Hause der „Mückenelefant" zuschlägt und Sie zu Verhaltensweisen bringt, die Sie lieber loswerden würden.

Simone Kriebs ist u.a. Dipl.-Pädagogin, Anti-Aggressivitäts-Trainerin/-Ausbilderin, Mentalcoach Systemische Familientherapeutin (IFS/DGSF) und Autorin. In den letzten 19 Jahren hat sie rund 1.800 Institutionen mit 83.000 Kolleg*innen in der Persönlichkeits- und Teamentwicklung begleitet. Vor acht Jahren gründete sie ihr Unternehmen wita GmbH und konnte seitdem über 900 Menschen durch Retreats, Einzelcoachings, Therapien oder Paarberatungen zu mehr Lebensfreude und Selbstvertrauen ermutigen.

Sparkassenstiftung
Landkreis Schwäbisch Hall

Eine Veranstaltung in Kooperation der vhs mit den Crailsheimer Schulen sowie dem Crailsheimer Gesamtelternbeirat und unterstützt durch die Sparkassenstiftung für den Landkreis Schwäbisch Hall.

Dienstag, 22. Nov. 2022, 19 bis 21 Uhr
Rathaus, Ratssaal
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 50633X

Vokabeln lernen wie im Schlaf

Workshop

Bernd Haussmann

Nähere Infos auf der vhs-Website.

Dienstag, 11. Okt. 2022, 18:30 bis 21 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 35,00

S 10579

Lernen ab der Pubertät

Vortrag für Eltern

Alexander F. Kufner,
Hochschullehrer und Buchautor.

Erfahren Sie von Lernmotivator Alexander Kufner, wie Sie Ihr jugendliches und pubertierendes Kind optimal unterstützen können. Der junge Buchautor weiß aus persönlicher Erfahrung, wie es als „Schulversager" ist und wie man zum Preisträger wird: Es kommt nicht darauf an, wie viel man lernt, sondern darauf, WIE man lernt. So erzählt er packend, was ihm damals geholfen hat und welche Rolle seine Eltern spielten. Anschließend gibt er noch einige praktische Tipps.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Donnerstag, 29. Sept. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 12,00

S 10580

Strategien für stressfreies Lernen

für Schülerinnen und Schüler sowie Azubis und Studierende

Alexander F. Kufner

„Auf die morgige Prüfung sollte ich mich noch vorbereiten und die Hausaufgaben sind immer noch nicht fertig ...! Der Blockbuster startet in Kürze und dann war da ja noch irgendetwas mit Schlaf".
Zeit ist knapp; vor allem bei Schülern und Studierenden. Aber diese Zeit muss nicht stressbeladen sein! In diesem Seminar werden 33 erprobte Strategien vermittelt, die das Lernen und Arbeiten in Schule oder Studium effektiv und stressfrei gestalten. Die Strategien beinhalten neben der Zeiteinteilung und Steigerung der Konzentration, dem Kampf gegen die Vergesslichkeit, der Erarbeitung von Referaten auch die Überwindung von Müdigkeit und Lustlosigkeit.

Das Seminar richtet sich an Schülerinnen und Schüler ab der 9. Klasse, an Berufsschüler und junge Studierende.

Der Referent ist Unternehmensgründer, Hochschuldozent und leidenschaftlicher Sportler. Im Gymnasium war er in der 10. Klasse versetzungsgefährdet, dank der in diesem Seminar behandelten Lernstrategien absolvierte er das Abitur schließlich mit einer 1,0.

Samstag, 26. Nov. 2022, 10 bis 14 Uhr
vhs, Konvent
EUR 29,00

PSYCHOLOGIE · GELINGENDES LEBEN

S 10606

Mentale Stärke

Sich selbst und andere besser verstehen

Dr. Michael Schwelling

Wer mit sich selbst in einem guten Kontakt ist, kann auch andere besser verstehen. In diesem Seminar werden die Teilnehmenden neue Möglichkeiten entdecken, wie man mit schwierigen Situationen souverän umgehen kann. Darüber hinaus werden die praktischen Anregungen und Impulse dazu beitragen, mehr Gelassenheit zu entwickeln und in sich selbst zu ruhen.
Vorgestellt werden Verfahren, die das Selbstvertrauen stärken und helfen, schwierige Entscheidungen zu treffen und unerledigte Aufgaben aktiv anzugehen.

Auf längere Sicht können die im Seminar gewonnenen Erkenntnisse dazu beitragen, die eigenen Lebensziele zu erkennen und zu verwirklichen, Veränderungen zu meistern und letztlich ein erfolgreiches und erfülltes Leben zu führen.

Dr. Michael R. Schwelling ist Systemischer Berater. Er arbeitet als Supervisor und Coach in Wirtschaftsunternehmen, in der Öffentlichen Verwaltung und in sozialen und kirchlichen Einrichtungen. Daneben ist er als freiberuflicher Trainer in der Erwachsenenbildung tätig. Seine Arbeitsschwerpunkte sind Führungskräftetraining und Persönlichkeitsentwicklung.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Öhringen.

Montag, 17. Okt. 2022, 18 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 48,00

S 10630

Wie Gedanken wieder Ruhe finden

Die Entdeckung der Inneren Schalter

Peter Bergholz

Endlich wieder richtig abschalten, besser schlafen und zuversichtlich nach vorne schauen. Wie es möglich ist, inneren Druck, Spannungsschmerzen, Unsicherheit, Ängste und Grübeln abzubauen, wenn sich nur zwei Gelenke zusammen lockern, dazu stellt Ihnen Peter Bergholz einen besonderen Ansatz vor.
Der Dozent hat auf der Grundlage der Polyvagaltheorie des amerikanischen Psychiaters Stephen Porges (geb. 1945) die Rossini-Kohärenz-Methode als Selbsthilfeansatz für chronisch belastete Menschen entwickelt. Mit speziellen, einfachen Bewegungen werden dabei die „Inneren Schalter" unseres Nervensystems stimuliert - darunter der ventrale Vagusnerv, der wesentliche Bedeutung für unsere Stimmung und unser Wohlbefinden hat. Freuen Sie sich auf einen einführenden Vortrag und eine für Sie vielleicht wegweisende, spannende Erfahrung.

Peter Bergholz ist Dipl.-Psychologe und seit 42 Jahren engagiert als Psychotherapeut und Coach unterwegs. Die lange Entwicklungsgeschichte der Rossini-Kohärenz-Methode hat er in einigen Büchern beschrieben: „Dein Bauch ist klüger als du" (zusammen mit Gerda Boyesen, 2008), „Die Rossini-Methode" (2009) und „Dynamische Entspannung" (2012).

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 17 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 95,00

DER INSTAGRAM-AUFTRITT DER VOLKSHOCHSCHULE

Auf dem Instagram-Profil der vhs Crailsheim erwartet Sie ein buntes Themen-Angebot aus den verschiedenen Fachbereichen. Hier und da können Sie sogar hinter die Kulissen blicken und eine Lehrkraft bei der Arbeit in der Volkshochschule begleiten. Seien Sie dabei und abonnieren Sie den Kanal unter **www.instagram.com/vhs_crailsheim/**

S 10674X

Wenn der Wecker nicht mehr klingelt

Die besonderen Herausforderungen des Lebens im Ruhestand

Dr. Michael Schwelling

Der Ruhestand ist eine Lebensphase, deren Tücken oftmals unterschätzt werden. Vor allem Menschen, die sich noch während des Berufslebens viel vorgenommen haben und sich jetzt darüber freuen, den Tag endlich selbstbestimmt gestalten zu können, sind oftmals überrascht von ihrer veränderten Befindlichkeit in dieser Lebensphase, in der man nichts mehr „muss", sondern alles nur noch „darf".

In diesem Seminar werden Strategien und Anregungen aufgezeigt, mit denen sich die besonderen Herausforderungen des Lebens im Ruhestand leichter und besser meistern lassen. Dabei beschäftigen wir uns gemeinsam mit folgenden Fragen:

- Was tun, wenn meine fachlichen Kompetenzen nicht gebraucht werden?
- Welche Aufgaben können mir Sinn und Erfüllung geben?
- Wer erwartet jetzt noch etwas von mir?
- Woher bekomme ich meine Bestätigung?
- Welche Ziele setze ich mir?
- Wie gestalte ich (m)eine Partnerschaft unter veränderten Vorzeichen?
- Welche Chancen bietet der neue Lebensabschnitt?

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Öhringen.

Montag, 28. Nov. 2022, 18 bis 21 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 48,00 bzw. EUR 44,00 für Mitglieder des Crailsheimer Stadtseniorenrats

S 10678X

Kraft für Neues

Sicherheit gewinnen unter schwierigen Lebensumständen

Dr. Michael Schwelling

Wenn die Zeiten unübersichtlich werden und nichts mehr planbar scheint, sind wir in besonderer Weise herausgefordert. Gerade unter solchen Umständen neue Möglichkeiten der Selbstentfaltung zu sehen, ist eine Chance, die es wahrzunehmen gilt. Mit dem nötigen Hintergrundwissen und durch das Kennenlernen neuer Perspektiven können wir die Phase des Übergangs nutzen, um uns auf die bevorstehende Lebenssituation optimal vorzubereiten.
In diesem Seminar werden wir automatisierte Verhaltensmuster ins Blickfeld nehmen und daraus neue Perspektiven entwickeln, die uns der Erfüllung unserer Sehnsucht, die in uns angelegten Möglichkeiten tatsächlich auch zu leben, ein gutes Stück näherbringen. Begleitet wird unser gemeinsames Nachdenken durch Impulsvorträge, den Austausch mit anderen und durch eine gehörige Portion Humor.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Öhringen.

Mittwoch, 18. Jan. 2023, 18 bis 21 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 48,00

PHILOSOPHIE

S 10850W

Die Menschenrechte: Geschichte, Philosophie, Konflikte

Livestream - vhs.wissen live

Was in der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte von 1948 so selbstverständlich klingt, ist bis heute für unzählige Menschen keine Wirklichkeit. Angelika Nußberger beschreibt anschaulich die Geschichte der Menschenrechte, ihre philosophischen Grundlagen sowie die aktuellen Debatten: Gibt es ein Menschenrecht auf Frieden und Umweltschutz? Wie universal gelten die Rechte? Und in welchem Maße dürfen Gerichtshöfe für Menschenrechte die Gesetzgebung einzelner Staaten bestimmen?

Angelika Nußberger ist Rechtswissenschaftlerin und Slavistin. Seit 2002 ist sie Inhaberin des Lehrstuhls für Verfassungsrecht, Völkerrecht und Rechtsvergleichung an der Universität zu Köln. Von 2011 bis 2020 war sie Richterin, von 2017 bis 2019 Vizepräsidentin am Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte (EGMR).

Mittwoch, 14. Dez. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

GLAUBE · RELIGION

S 10869

Offenes überkonfessionelles Gebetstreffen

Beten mit Christen verschiedener Konfessionen

Werner Adams

Der Besuch - auch zeitweilig oder einfach spontan bei passender Gelegenheit - dieser regelmäßig dienstags von 16:30 bis 18 Uhr stattfindenden Veranstaltung soll Mitmenschen anregen und dabei helfen, gemeinsam mit Christen unterschiedlichster Prägung die Nähe zum Gott der Bibel zu suchen und zu finden. Hier können Menschen unabhängig von Herkunft, Weltanschauung und Alter am gemeinsamen Gebet aktiv oder auch passiv beobachtend teilnehmen und auch Kontakte zu anderen Mit-Beterinnen und -Betern knüpfen. Nach Rücksprache mit Werner Adams, Tel. 0151 27717046, können auch andere Zeiten eingerichtet werden.

Kostenfrei. Anmeldung erwünscht

LÄNDER · GEGENDEN

S 10953

Anatolische Wurzeln der europäischen Kultur

Die Region Smyrna/Izmir

Dr. Hans Werner Schmidt

Izmir an der türkischen Ägäisküste, heute eine Metropole mit 4,3 Millionen Einwohnern, war immer eine Brücke zwischen Ost und West. Seit mehr als 6000 Jahren besiedelt, kann die Stadt, die von Griechen zur Polis Smyrna ausgebaut wurde, auf eine sehr wechselvolle Geschichte und die Zugehörigkeit zu großen Reichen zurückblicken. Sie hat eine Vielzahl von Eroberern und Herrschern erlebt, Blütezeiten und Zeiten des Niedergangs, und wurde mehrfach zerstört und wiederaufgebaut.
Izmir/Smyrna ist nicht nur geographisch die westlichste Stadt der Türkei. Geprägt von der Geschichte als Tor zum Westen und von einer langen kosmopolitischen Tradition gilt Izmir zu Recht als liberalste und weltoffenste Stadt des Landes.

Die Beschäftigung mit Izmir/Smyrna ist zugleich eine Beschäftigung mit unserer eigenen Geschichte, denn ganz wichtige Wurzeln der europäischen Kultur liegen in Anatolien und hier besonders in der Region Izmir

Hans Werner Schmidt war viele Jahre für das Goethe-Institut im Ausland tätig und hat zuletzt das Institut in Schwäbisch Hall geleitet. Im Ruhestand lebt er mit seiner türkischen Frau in Schwäbisch Hall und in Izmir.

Donnerstag, 10. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 6,00 an der Abendkasse
Anmeldung erforderlich

NATURWISSENSCHAFTEN · ASTRONOMIE

S 11020W

Vom Nutzen der Raumfahrt - Innovationen für die Gesellschaft

Livestream-vhs.wissen live

In der Mitte des 20. Jahrhunderts war der Wettlauf ins All Teil des Kalten Kriegs. Heute treiben uns statt Ideologien wirtschaftliche Aspekte ins All. Beschränkte sich die Raumfahrt in der Vergangenheit größtenteils auf zwei Großmächte, so machen sich heute auch institutionelle und private Akteure auf den Weg. Raumfahrt fasziniert die Menschheit und auch Prestige spielt noch eine Rolle in der Raumfahrt, aber der Nutzen für Gesellschaft und Individuum, Wirtschaft und Umwelt stehen heute im Vordergrund. Was bringt Raumfahrt der Gesellschaft konkret?

Jan Wörner ist Hochschullehrer und ehemaliger Universitätspräsident der TU Darmstadt. 2007 bis 2015 war er Vorstandsvorsitzender des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR). Von 2015 bis 2021 war er Generaldirektor der Europäischen Weltraumagentur (ESA). 2021 wurde er Präsident der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften. Wörner leitet außerdem das Regionale Dialogforum Flughafen Frankfurt, das sich mit der zukünftigen Entwicklung des Frankfurter Flughafens beschäftigt. Er ist Mitglied der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften, der Leopoldina und acatech.

In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Dienstag, 8. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)

SUPERMASSIVES SCHWARZES LOCH IM ZENTRUM DER GALAXIE M87

S 11030

Schwarze Löcher

Was wir heute darüber (nicht) wissen

Werner Rudolf

Schwarze Löcher gehören zu den unglaublichsten und rätselhaftesten Objekten unseres Universums. Sie haben nicht nur bizarre Eigenschaften, sondern stellen auch unser Verständnis von Raum, Zeit und Materie auf den Prüfstand.
Erst in den letzten Jahren ist es mit Hilfe modernster Technik gelungen, zwei dieser Objekte direkt sichtbar zu machen. Eines dieser „Gravitationsmonster" befindet sich im Zentrum unserer Milchstraße und besitzt ca. 4,2 Millionen Sonnenmassen. Das andere sitzt im Zentrum einer ca. 60 Millionen Lichtjahre entfernten Galaxie und ist noch ca. 1000-mal schwerer. Auch in den Zentren anderer Galaxien haben Astronomen Hinweise auf supermassive Schwarze Löcher gefunden.
Die Meinung der Wissenschaftler, welche Rolle Schwarze Löcher bei der kosmischen Evolution spielen, hat sich in den letzten Jahren grundlegend geändert. Während man sie bisher als extrem „lebensfeindlich" eingestuft hat, ist heute klar, dass sie wesentlich dazu beigetragen haben, den Kosmos „lebensfreundlich" zu machen. Gelegentlich werden sogar Spekulationen laut, dass sich unser gesamtes Universum im Inneren eines Schwarzen Lochs befindet und wir es mit einem „Multiversum der Schwarzen Löcher" zu tun haben könnten.

Mit dem Vortrag versucht der Referent, etwas Licht ins Dunkel der Schwarzen Löcher zu bringen und die Zusammenhänge anschaulich zu erklären.

Mittwoch, 25. Jan. 2023, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 6,00. Anmeldung erforderlich

S 11091

Arbeitskreis Astronomie

StDir. i.R. Gunter Hesse

Der Arbeitskreis tagt in der Regel jeweils am ersten nicht schulfreien Montag im Monat um 18 Uhr im Albert-Schweitzer-Gymnasium (Raum B001). Bei entsprechender Witterung gibt es weitere Zusammenkünfte zur Beobachtung der Sterne und Fahrten zu entsprechenden Vorträgen und Beobachtungen.

Neue Mitstreiter*innen sind jederzeit willkommen. Die Teilnahme ist kostenlos.

KUNST · KREATIVITÄT

KULTUR MACHT STARK

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

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

Literatur • Theater • Oper • Ballett 32

Kunstgeschichte • Kunstfahrten 33

Zeichnen • Malen • Lettering • Kalligrafie .. 35

Plastisches Gestalten • Keramik • Floristik ... 37

Nähen • Klöppeln 38

Kunsthandwerk • Holz • Metall • Schmuck . 38

Fotografie • Filmen 39

Musik 40

Tänze aus aller Welt 41

Zauberschule 41

Aussehen • Farbberatung • Make-up 42

LITERATUR · THEATER · OPER · BALLETT

S 20221X

Ich schreibe meine Biografie

Klaus Günter Hohenberg, Dipl.-Psychologe

Viele haben schon einmal daran gedacht, ein Buch über ihr Leben zu schreiben, doch nur wenige haben es bisher umgesetzt. Dabei bietet die Fülle des Erlebten einen reichhaltigen Schatz, der förmlich danach drängt, erzählt zu werden. Doch wie anfangen? Wer sind die Adressat*innen und was will ich wem mitteilen? Schreibe ich für mich oder soll die Biografie eine Botschaft enthalten? Soll das Ergebnis später einmal veröffentlicht werden?

Viele Fragen, die dazu beitragen, schnell den Mut zu verlieren. Im Kurs werden folgende Lernziele verfolgt: geeignete Informationsquellen finden und auswerten, Lebenslinie strukturieren, Lebensmotto bestimmen, Wendepunkte benennen und Schreibstile kennenlernen.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Bitte mitbringen: Notizblock und Schreibutensilien

Sonntag, 23. Okt. 2022, 10 bis 13 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 36,00

S 20258

„Wenn die Welt quadratisch wär“
Eine Revue durch die 20er Jahre

Karin Friedle-Unger und Axel Dittrich

Politische Umbrüche, literarische Grenzgänger, Musik aus den dunkelsten Gassen und den strahlendsten Bühnen. Axel Dittrich und Karin Friedle-Unger durchstreifen mit Ihnen ein Jahrzehnt, das wie kaum ein anderes für Leben, Glanz, künstlerische Avantgarde, aber auch für Abgründe, Krisen und Wandel steht. Die beiden Langenburger Künstler haben sich die 20er Jahre literarisch vorgenommen und bringen sie mit kleinen Textbeispielen, kurzen Szenen, spannenden Infos und natürlich mit ein paar typischen Songs als abwechslungsreiche Nummernrevue auf die Bühne.

Freitag, 3. Feb. 2023, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 19,00

TALENTCAMPUS CRAILSHEIM

S 20100

talentCAMPus: „Geisterhaus for Sale!“ Lass dich beGEISTern von Tanz & Theater

Maja Forisch, Andreas Entner

Weißt du, wie man richtig spukt? Lass uns das gemeinsam herausfinden und die Stadt eine Woche lang in Atem halten. Jetzt sind deine Talente gefragt: ob Tanz oder Theater - es ist deine Wahl! Inspiriert von der weltberühmten Horrorkomödie „Beetlejuice“ verwandeln wir unseren Veranstaltungsort zu einem gruseligen und kreativen Durcheinander. Dein Coach Maja von der „Movin DANCE SCHOOL“ bringt dir die coolsten Moves bei. Dein Theater-Coach Andreas zeigt dir, wie du mit viel Selbstpräsenz die Zuschauer begeistern kannst.
Gestalte mit uns also ein Gruselhaus und bring auch deinen Eltern das Fürchten bei unserer Großaufführung bei.

talentCAMPus ist ein kostenloses Bildungsprogramm (inkl. Verpflegung) in den Herbstferien 2022 für Kinder und Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren.

Vier Tage in den Herbstferien:
Mittwoch, 2. Nov. bis
Samstag, 5. Nov. 2022,
jeweils 10 bis 17.30 Uhr
Jugendzentrum Crailsheim,
Schönebürgstr. 33

Kultur macht STARK
Bündnisse für Bildung

GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung

S 20280W

Der bzw. die Preisträger*in des Deutschen Sachbuchpreises 2022 spricht exklusiv für die Volkshochschulen
Livestream - vhs.wissen live

Sobald die Jury den bzw. die Preisträger*in ermittelt hat, folgen weitere Informationen.

In Kooperation mit dem Börsenverein des Deutschen Buchhandels.

Donnerstag, 13. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
Kostenfrei oder freiwilliger Beitrag

S 20282W

Der bzw. die Preisträger*in des Friedenspreis des Deutschen Buchhandels 2022 im Gespräch
Livestream - vhs.wissen live

Sobald feststeht, wer den Preis erhält, folgen weitere Informationen.

Montag, 24. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
Kostenfrei oder freiwilliger Beitrag

S 20305

Opern- und Ballettabonnement 2022/2023

Die Volkshochschule hat ein festes Abonnement für Opern- und Ballettaufführungen am Staatstheater Stuttgart. Der Bus bringt die Teilnehmer*innen direkt zur Aufführungsstätte und holt sie dort auch wieder ab. Die Abfahrt erfolgt am Crailsheimer Volksfestplatz Hakro-Arena, der Zustieg ist auch an der Bushaltestelle in der Haller Straße gegenüber dem Autohaus Mulfinger und am P+R bei der Autobahnauffahrt Kirchberg/Jagst möglich. Interessent*innen wenden sich bitte an Andrea Rößler, Telefon: 07951 403-3812. In begrenztem Rahmen stehen auch für einzelne Vorstellungen Karten zur Verfügung.

Folgende Aufführungen stehen in der Saison 2022/23 auf dem Programm:

- Sonntag, 9. Okt. 2022: Oper *Siegfried* von Richard Wagner
- Samstag, 14. Jan. 2023: Oper *Hänsel und Gretel* von Engelbert Humperdinck
- Sonntag, 23. Apr. 2023: Oper *Carmen* von Georges Bizet
- Samstag, 15 Juli 2023: Ballett *Der Widerspenstigen Zähmung* von John Cranko nach William Shakespeare

Abfahrt jeweils 3 Stunden vor Beginn.
Uhrzeiten stehen noch nicht fest.

S 20421X

Ausstrahlung und Präsenz: Theaterworkshop

Robert Zapatka, Tänzer und Schauspieler

Was strahle ich aus? Wie trete ich auf? Gestik, Körperhaltung und die richtige Stimmlage entscheiden darüber, ob man einen nachhaltigen Eindruck hinterlässt - im Alltag und im beruflichen Umfeld. Dieser Workshop sucht mit den Mitteln des Theaters nach geeigneten Ausdrucksmitteln. Mit dem Fokus auf Körper und Sprache werden unter Einbeziehung von Rollen-, Schauspiel- und Bewegungsübungen wichtige Impulse für verstärkte Präsenz und Ausstrahlung gegeben.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Samstag, 14. Jan. 2023, 14 bis 19 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 52,00

KUNSTGESCHICHTE · KUNSTFAHRTEN

S 20617

Kürbistage im Blühenden Barock
Führung durch das barocke Ludwigsburg

Alexandra Abredat

Nach einem kleinen Bummel durch die barocke Innenstadt werden wir die Kürbisausstellung im Blühenden Barock - dem größten Garten Ludwigsburgs - erkunden. Während die Stadt seinerzeit von ihrem Baumeister akribisch auf dem Reißbrett geplant wurde, erlebte die Gartenanlage rund um das Residenzschloss eine wechselvolle Geschichte und viele Umgestaltungen. Heute ist das Blühende Barock das grüne Herz der Stadt und als Ort zahlreicher Veranstaltungen ein beliebter Besuchermagnet. Im Anschluss an die Führung besteht die Möglichkeit, noch auf eigene Faust einen ausgiebigen Spaziergang zu unternehmen oder eines der vielen Cafés in Ludwigsburg zu besuchen.

Die Fahrt ab Crailsheim und zurück wird begleitet von der Gärtnerin und Kräuterpädagogin Alexandra Abredat, die seit vielen Jahren als botanische Gästeführerin u.a. in Ludwigsburg tätig ist. Die Führung vor Ort beginnt um ca. 11 Uhr, die Rückkehr nach Crailsheim ist gegen 19:20 Uhr geplant.

Sonntag, 6. Nov. 2022
Treffpunkt: Bahnhof Crailsheim um 8.20 Uhr
EUR 38,00 inkl. Fahrt mit der Bahn, Führung und Eintrittskarten „Blühendes Barock mit Märchengarten und Kürbisausstellung“

S 20607WX

Zwei Frauen(-)leben für die Kunst
Berthe Morisot und Maria Casper-Filser
Online-Kunstvortrag

Ursula Angelmaier

Die beiden Malerinnen Berthe Morisot und Maria Casper-Filser sind sich nie begegnet. Die 1841 geborene Morisot lebte seit ihrem zehnten Lebensjahr in Paris, Caspar-Filser wurde 1878 in Riedlingen geboren und wohnte später in München. Für beide war es als Frau außergewöhnlich und schwierig, den Künstlerberuf zu wählen und doch haben sie sich in der männerdominierten Kunstwelt durchgesetzt: Morisot war die einzige Frau, die mit den Impressionisten ausstellte, Caspar-Filser das einzige weibliche Gründungsmitglied der Neuen Münchner Sezession. Ihre Werke waren denen ihrer männlichen Kollegen nicht nur ebenbürtig, sondern zeigten oftmals ganz eigene Themen und Ausdrucksmittel. Dennoch gerieten sie nahezu in Vergessenheit. Die Rolle der Frau und der Beruf der Künstlerin schienen lange Zeit unvereinbar. Frauen, denen dies trotz vieler Hindernisse dennoch gelang, wurden lieber totgeschwiegen.

Hybridveranstaltung in Kooperation mit der vhs Künzelsau und dem Verein „Frauen helfen Frauen“.

Donnerstag, 2. Feb. 2023, 19 bis 20:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 9,00

ONLINE-VORTRÄGE MIT MARKUS GOLSER - BIBLISCHE THEMEN IN DER KUNST

Alle Online-Vorträge mit Markus Golser finden in Kooperation mit der Gmünder VHS statt und kosten pro Abend EUR 8,00.

S 20630WX

Die Schöpfung
Theologie - Ikonografie

Ein scheinbar vertrautes biblisches Thema erweist sich bei näherer Betrachtung als theologisch überaus komplex. Der Vortrag setzt die biblische Schöpfungsgeschichte in Relation zu den ihr widersprechenden naturwissenschaftlichen Erkenntnissen und erläutert den Aufbau und die Entstehungsgeschichte der Genesis. Dies wird dann zur Grundlage einer Betrachtung der höchst unterschiedlichen Umsetzungen in der Bildenden Kunst.

Mittwoch, 5. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr

S 20632WX

Die Sintflut
Mythologie - Theologie - Ikonografie

Mit der Sintflut tilgte ein strafender, unbarmherziger Gott des Alten Testaments weite Teile seiner eigenen Schöpfung. Einzig Noah und seine Familie blieben als Ahnen einer neuen Menschheit am Leben.
Der Vortrag begibt sich auf die Suche nach möglichen historischen Hintergründen eines in verschiedenen Kulturkreisen und Religionen früh greifbaren Mythos. Vor allem aber soll die komplexe Theologie und deren Umsetzung in künstlerische Darstellungen erläutert werden.

Mittwoch, 26. Okt. 2022, 19:30 bis 21 Uhr

S 20634WX

Der Turmbau zu Babel
Geschichte - Theologie - Ikonografie

In theologischer Verkürzung wird die alttestamentliche Erzählung des babylonischen Turmbaus meist zu einem Sinnbild menschlichen Ehrgeizes und der darauffolgenden göttlichen Strafe. Dieser Online-Vortrag entfaltet die Komplexität des Themas und begibt sich auf eine Spurensuche nach dem historischen Kern des architektonischen Großprojekts. Im Fokus stehen auch die unterschiedlichen künstlerischen Verarbeitungen des Themas.

Mittwoch, 23. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr

S 20636WX

Die Weihnachtsgeschichte in der Bildenden Kunst

Zu den meist dargestellten Themenkreisen der abendländischen Kunst gehören die Geschehnisse rund um die Geburt Christi. So finden sich bereits an den Wänden römischer Katakomben oder auf frühchristlichen Sarkophagen Darstellungen der Heiligen Drei Könige in Anbetung des Neugeborenen.

Der Vortrag verfolgt anhand zahlreicher Beispiele die Entwicklung des Bildthemas von seinen frühchristlichen Anfängen bis in die Gegenwart. Dabei wird unter anderem deutlich werden, dass die Textvorlagen der Maler und Bildhauer - weit über das Neue Testament hinaus - auch die apokryphen („verborgenen“) Evangelien sowie mittelalterliche Quellen umfassten.
Der Vortrag bietet sowohl eine Einführung in eines der zentralen Bildthemen christlicher Kunst als auch eine reich illustrierte Einstimmung auf das bevorstehende Weihnachtsfest.

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr

KUNSTGESCHICHTE MIT MICHAEL KLENK

S 20661

Der Trojanische Krieg in Musik und Bildender Kunst

Es geht um Liebe und Verrat, um Gewalt und Zerstörung, um Hoffnung und Verzweiflung. In Homers „Ilias“ mit den Schilderungen um die schöne Helena, den kämpferischen Achill, den listigen Odysseus und der ganzen griechischen Götterwelt finden sich alle Archetypen der Psychoanalyse wieder. Diese erste Auseinandersetzung zwischen Ost und West fasziniert die Menschen seit 3000 Jahren, und unzählige Schriftsteller, Komponisten und Bildende Künstler haben diesen Mythos verarbeitet.

vhs, Raum 01, EG, links
Gebühr pro Termin: EUR 7,50

S 20661

Das Urteil des Paris und die drei Grazien

Kaum ein Motiv hat die bildenden Künstler so inspiriert wie „Das Urteil des Paris“ oder wie der junge Paris von den drei Grazien empfangen wurde. An diesem Abend werden Kunstwerke aus fast 3000 Jahren vorgestellt.

Dienstag, 11. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr

S 20663

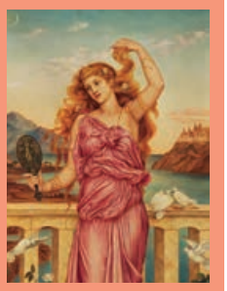
Die Liebesinsel „Kythera“

In diesem Vortrag geht es um Paris, der nach Troja an den königlichen Hof zurückkehrt. Bereits nach kurzer Zeit fährt er aber nach Sparta, wo die versprochene „Schönste“ lebt. Außerdem betrachtet der Vortragsabend die unheilvolle Liebe zwischen Paris und der „schönen Helena“, wobei auch die Liebesinsel „Kythera“ eine wichtige Rolle spielt.

Dienstag, 18. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr

S 20665

Entführung der Helena



An diesem Vortragsabend geht es um das wechselvolle Leben der „schönen Helena“ und um ihre schicksalhafte Begegnung mit dem trojanischen Prinzen Paris in Sparta. Die Entführung der Helena nach Troja löste letztlich den Trojanischen Krieg aus.

Dienstag, 10. Jan. 2023, 19 bis 20:30 Uhr

S 20667

Die Kriegsführung der Griechen und die Windstille bei Aulis

Eingebettet in Musik von Schubert betrachtet dieser Vortragsabend die ersten schwerfälligen Schritte der Griechen im Krieg gegen Troja.

Dienstag, 17. Jan. 2023, 19 bis 20:30 Uhr

S 20638WX

Fiat Lux! - Architektur der Gotik

Dreiteiliger kunstgeschichtlicher Online-Kurs

Markus Golser

Um 1140 entwickelte sich in der Île-de-France ein neuer Baustil, der durch ein völlig neues Skelettbausystem die Auflösung der Wand in große Öffnungen ermöglichte. Aus dieser neuen Statik leitete sich eine Ästhetik ab, die dem Betrachter die Kraftverhältnisse des Baus vor Augen führt. Erst Jahrzehnte später wurde die Gotik auch im übrigen Frankreich und in anderen Kunstlandschaften aufgegriffen.

PARIS: NOTRE DAME

Dieser dreiteilige Online-Kurs erläutert die Entwicklung und die Charakteristika eines Baustils, dessen Definition übrigens nichts mit dem Spitzbogen zu tun hat. Zudem gilt es zu klären, warum Jahrhunderte nach dem Aussterben der Goten „gotisch“ gebaut wurde.

Die Themen im Einzelnen:

- Früh- und Hochgotik in Frankreich (Mittwoch, 11. Jan. 2023)
- Früh- und Hochgotik in Deutschland (Mittwoch, 25. Jan. 2023)
- Die Spätgotik (Mittwoch, 8. Feb. 2023)

Der Kurs kann nur im Gesamten gebucht werden.

In Kooperation mit der Gmünder VHS.

mittwochs, 19:30 bis 21 Uhr
Beginn: 11. Jan. 2023, 3-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 27,00

S 20660

Hermann Hesse, Hans Purrmann, Gunter Böhmer - Drei Malerfreunde im Tessin

Kunstgeschichtlicher Vortrag

Gert Singer, OStR

Alle drei - Hermann Hesse, Hans Purrmann und Gunter Böhmer - wohnten in der Casa Camuzzi in Montagnola. Lange Zeit besprachen sie freundschaftlich-kritisch ihre neuen Werke und die anderer Künstler*innen. Die Gemälde und Zeichnungen der drei Freunde sind sehenswert. Ihre Besonderheit wird im Vergleich deutlich. In diesem Vortrag werden wichtige Werke der Malerfreunde vorgestellt. Die Geschichte hinter den Bildern erzählt von bewegten Lebensläufen.

Donnerstag, 27. Okt. 2022, 10 bis 11:15 Uhr
vhs, Raum 21
EUR 7,50

S 20680W

A Master in the Making

Gemälde von Anthonis van Dyck in der Alten Pinakothek
Livestream - vhs.wissen live

Anthonis van Dyck war einer der bedeutendsten Künstler seiner Zeit und zählt heute noch zu den prägenden Malern seiner Epoche. Berühmt wurde er vor allem für seine unvergleichlich lebendigen und zugleich repräsentativen Porträts von Fürsten, Königinnen, Feldherren, Künstlern und Schönheiten seiner Zeit. Die in der Alten Pinakothek präsentierten Gemälde bringen uns eine Künstlerpersönlichkeit nahe, die auf der Suche war, im Ringen mit der eigenen Kreativität und den künstlerischen Zielen. Bevor Van Dyck zu einem der bekanntesten und gefragtesten Porträtmaler seiner Zeit aufstieg, schuf er überwiegend Historienbilder, von denen eine große Zahl in der Alten Pinakothek präsentiert wird. Peter Paul Rubens war sein Vorbild, und die künstlerische Auseinandersetzung mit dessen Werken war ein intensiver, schöpferischer Prozess, bis Tizian sein Leitstern wurde und ihn nachhaltig inspirierte.

Die Führung thematisiert verschiedene Facetten seines künstlerischen Schaffens anhand des in der Alten Pinakothek gezeigten Bestandes. Diese Einblicke beruhen auf den Ergebnissen eines mehrjährigen Forschungsprojekts zum Münchner Van Dyck-Bestand, welches einer 2019/20 in der Pinakothek präsentierten Ausstellung vorausging. Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

Dr. Mirjam Neumeister ist Sammlungsleiterin Flämische Malerei in der Alten Pinakothek der Bayerischen Staats- und Gemäldesammlungen.

Donnerstag, 15. Dez. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
Kostenfrei oder freiwilliger Beitrag

ONLINE-KUNSTMATINÉE MIT URSULA ANGELMAIER

Musik in der Malerei

Wenn Bilder Musikszenen zeigen, geht es nicht nur um die Abbildung von Musikern und Musikinstrumenten. Die besondere Qualität der Musik verleiht den Gemälden einen Mehrwert, der die Interpretationsmöglichkeiten steigert. An drei ganz unterschiedlichen Beispielen soll dem Miteinander von Malerei und Musik nachgespürt werden.

Hybridveranstaltung - Teilnahme in Präsenz an der vhs Künzelsau oder online über die vhs.cloud möglich.

Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 9,00 pro Termin

S 20601WX

Adolph Menzel: „Das Flötenkonzert in Sanssouci“ (1852)

Dienstag, 8. Nov. 2022, 9:30 bis 11 Uhr

S 20603WX

Edgar Degas: „Im Orchestergraben“ (1872)

Dienstag, 6. Dez. 2022, 9:30 bis 11 Uhr

S 20605WX

Gustav Klimt: „Das Beethovenfries“ (1902)

Dienstag, 10. Jan. 2023, 9:30 bis 11 Uhr

ZEICHNEN · MALEN · LETTERING · KALLIGRAFIE

S 20730

Aquarellmalen
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Annette Brenner

Es gibt wohl kaum ein Medium, mit dem so zarte Bilder entstehen wie mit Aquarellfarbe. Gleichzeitig zählt die Aquarellmalerei zu den schwierigsten Techniken der Malerei. Die Farben können im Auftrag lieblich, frisch und transparent sein und der Zufall scheint immer seine Hand im Spiel zu haben. Die Farbverläufe lassen sich nicht immer steuern und es gehört viel Erfahrung dazu, diese zu beeinflussen. Die Helligkeit im Bild muss von Anfang an beobachtet werden, denn diese kann hier nachträglich nicht mehr erzeugt werden. In diesem Kurs werden die Grundlagen gelegt.

Die besondere Faszination der Aquarellmalerei hat die Kursleiterin schon vor vielen Jahren in den Bann gezogen. Durch die Weiterentwicklung und die Einbindung von Zusatzmitteln wie Spachtelmasse, Kreide oder Kohle entstanden Bilder in Mischtechnik. Dadurch lässt sich neben Abwechslung auch sehr viel Spannung, Dynamik und Bewegung in ein Bild transferieren. Ebenso faszinierend ist die Kunst der Collage. Hier ist die Malerin gezwungen, sich mit der „Kunst des Reduzierens“ zu beschäftigen, wodurch sehr schnell der Eindruck der „Moderne“ bzw. „Abstraktion“ entsteht. Siehe auch www.annette-brenner.de.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Papier und Pinsel (falls vorhanden), Wasserbecher sowie gute Laune und vor allem Neugierde. Das weitere notwendige Material wird mit der Kursleiterin am ersten Termin besprochen.

donnerstags, 18:30 bis 20:30 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 6-mal
vhs, Raum 20
EUR 72,00

S 20732

Handlettering für Anfänger*innen

Ines Weidenbacher

Zeichenkunst, kunstvolles Schreiben, Schönschrift, Beschriftung oder einfach die Kunst des Buchstabenzeichnens - all das ist Lettering. Gemeinsam üben wir verschiedene Handlettering- und Brushlettering-Schriften.
Die geübten Schriften nutzen wir dann für kleine DIY-Projekte wie z. B. Lesezeichen, Geschenkanhänger, Karten u.v.m.

Materialkosten in Höhe von EUR 20,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet

mittwochs, 18 bis 21 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 2-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 36,00

S 20737

Herbstliche Blumen auf Aquarellblättern

Alexandra Abredat

Die Technik, um herbstliche Blumen auf Aquarellblätter zu bringen, ist einfach erlernbar. Mit einem Gummihammer werden die Pflanzen zwischen zwei Aquarellblättern zerdrückt. Das Ergebnis sind wunderschöne Blumen-Abschriften, die an Klecksographien aus dem 19. Jahrhundert erinnern.

Die Kosten für zwei Aquarellbilder 30x30 cm in Höhe von EUR 2,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Freitag, 21. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 14,50

S 20745

Kreativkurs in den Herbstferien Taiji und Mandala-Malkurs
für Kinder ab 10 Jahren

Yu Qiang

Dieser Kreativkurs ermöglicht den Kindern, den Schul- und Alltagsstress hinter sich zu lassen. Die Kinder kommen zuerst durch eine Taiji-Entspannungsübung zur Ruhe, danach wird durch die bunten Farben der Mandalas ihre Lust am kreativen Gestalten geweckt. Das spielerische Arbeiten in der Gruppe fördert die Sozialfähigkeit und Lebensfreude sowie Selbstvertrauen und Konzentrationsfähigkeit.

Bitte mitbringen: Buntstifte, Bleistifte, Wachsmalstifte. Materialkosten: EUR 3,00.

Mittwoch bis Freitag, 2. bis 4. Nov. 2022,
jeweils 16 bis 17 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 18,00

S 20746

Digitales Lettering für Anfänger*innen

Ines Weidenbacher

Fast jeder kennt das Hand- und Brush-Lettering auf Papier, doch immer mehr lettern auch digital. In diesem Kurs zeigt Ines Weidenbacher Ihnen die Grundlagen des Programms Procreate. Gemeinsam mit ihr gestalten Sie dann verschiedene digitale Projekte.

Bitte eigenes iPad und Apple-Pencil mitbringen, sowie die App Procreate (für EUR 10,99) auf dem iPad installieren.

Samstag, 5. Nov. 2022, 11 bis 16 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 30,00

S 20747

Aquarellieren für Anfänger*innen

Christoph Lorenz

„Das könnte ich nie!“ - das haben Sie sich bestimmt auch schon gesagt. Doch der Weg zu einem stimmungsvollen Aquarell ist machbar. Unter Anleitung des Kursleiters werden verschiedene Aquarelliertechniken erlernt, mit denen sich schöne Ergebnisse erzielen lassen. Der Blick für Raum und Farbe wird geschult. Lassen Sie sich überraschen!

Bitte mitbringen: Aquarellkasten mit mindestens sechs Farben, Pinsel in verschiedenen Stärken, Aquarellblock, Wasserbehälter.

Drei Mittwochabende, 16./23./30. Nov. 2022,
jeweils 18 bis 20 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 36,00

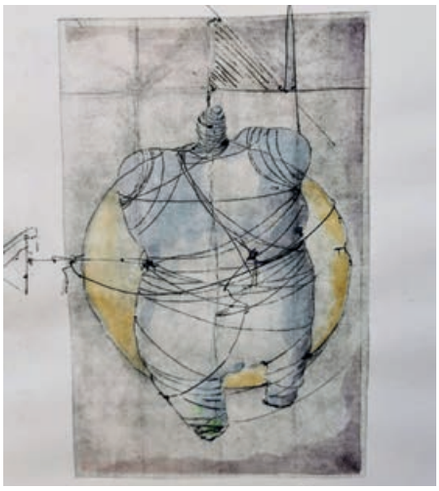
S 20754

„Kunst-Frühstück“ im inatelier
Winterdruck

Ilka Nowicki

Mit dem Besuch des Ateliers von Ilka Nowicki eröffnet die vhs Crailsheim eine neue Reihe der künstlerischen Meisterklasse „Kunst-Frühstück“. In einer von Kunst umrandeten Atmosphäre im Atelier oder in einer Werkstatt haben die Teilnehmer*innen die Möglichkeit, von Meister*innen zu lernen, sich inspirieren zu lassen und letztlich selbst zu werken.

Im Winterdruckkurs der Schwäbisch-Haller Künstlerin Ilka Nowicki erlernen die Teilnehmer*innen zunächst eine experimentelle Technik, die sich an die klassische Kaltnadelradierung anlehnt. Da der Nachhaltigkeitsgedanke bei der Künstlerin großgeschrieben wird, nutzt sie als



Bildträger zur Radierung Tetrapacks. Im nächsten Schritt wird die Radierung mit einer Tiefdruckpresse auf Papier gebracht. Das Ergebnis ist ein außergewöhnliches grafisches Element, das in weiteren Schritten auf der Leinwand weiterbearbeitet werden kann.

Bitte mitbringen: Kleidung, die bunt werden kann, z.B. alte Hemden oder Schürzen.

Samstag, 3. Dez. 2022, 10 bis 12 Uhr
inatelier, Lange Straße 6, 74523 Schwäbisch Hall
EUR 42,00

S 20755

Atelierbesuch mit Winterdrucken
für Kinder ab 7 Jahren

Ilka Nowicki

Die Kursinhalte entsprechen denen des Erwachsenenkurses (S 20754), werden aber an die Interessen und Möglichkeiten der Kinder angepasst.

Bitte mitbringen: Kleidung, die bunt werden kann, z.B. alte Hemden oder Schürzen.

Samstag, 10. Dez. 2022, 10 bis 12 Uhr
inatelier, Lange Straße 6, 74523 Schwäbisch Hall
EUR 42,00

S 20757

Lettering: Weihnachtsprojekte

Ines Weidenbacher

Zeichenkunst, kunstvolles Schreiben, Schönschrift, Beschriftung oder einfach die Kunst des Buchstaben-Zeichnen - all das ist Lettering. Gemeinsam gestalten wir mit Hilfe des Letterings Weihnachtskarten, Kerzen, Geschenkanhänger, Geschenkpapier u.v.m.

Materialkosten in Höhe von ca. EUR 15,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Mittwoch, 14. Dez. 2022, 18 bis 21 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 18,00

S 20758

Bullet Journaling: Kalender/ Notizbuch individuell gestalten

Ines Weidenbacher

Gemeinsam gestalten wir Ihren persönlichen Kalender bzw. Ihr persönliches Notizbuch. Die Kursleiterin zeigt Ihnen die Grundstruktur, verschiedene Ansätze und Inspirationen.
Diese helfen Ihnen ganz individuell, das eigene Bullet Journal zu gestalten. Kreatives Planen für mehr Struktur in der Schule, im Beruf oder in der Freizeit.

Materialkosten in Höhe von EUR 15,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.
Eigenes Notizbuch (Bullet Journal) mitbringen.

Samstag, 17. Dez. 2022, 11 bis 16 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 30,50

S 20761

Künstlerische Kalligrafie
für Anfänger*innen

Christoph Lorenz

In leichten Schritten können die Teilnehmenden ihre ganz eigene Handschrift entdecken und zur Schönschrift entwickeln. Hierbei lernen Sie die einzelnen Stile der Schriftkunst kennen. Der Fantasie sind beim Gestalten der eigenen Kreationen keine Grenzen gesetzt. Individuelle Gestaltungen für Schriftblätter, Grußkarten, Glückwünsche und Notizen auf unterschiedlichen Materialien stehen auf dem Programm. Lassen Sie sich überraschen!

Materialkosten werden direkt mit dem Kursleiter abgerechnet (ca. EUR 5,00 bis EUR 8,00 für alle Abende).

montags, 18 bis 21 Uhr
Beginn: 9. Jan. 2023, 3-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 54,00

S 20770

Spiel mit Linie und Flächen
Collagen-Workshop

Barbara Frohner-Weidner

Frei und spielerisch entstehen spontane Bild-Kompositionen im Großformat. Schrittweise legen wir, nach theoretischer Einführung in Bildkomposition und Maltechniken, auf diesen Spuren unser Bild an. Im Laufe des schichtweisen Malprozesses werden wir mit Material und Farben experimentieren, indem wir besondere Lasur-, Spachtel- und Maltechniken ausprobieren, um im Technikmix, auch mit Collagen, interessante Strukturen und Tiefe ins Bild zu bringen. Spaß am Experimentieren mit Farbe und Material, Lust, sich auf etwas Neues einzulassen, ist Ziel dieses Workshops.

Bitte mitbringen: Kleidung, die bunt werden kann, Leinwände mind. 60x80 cm, verschiedene Pinsel, einen Fön, Chinapapier oder bedrucktes Papier sowie Acrylfarben (Grundfarben und Lieblingsfarbe).

Samstag, 4. Feb. 2023, 10 bis 16 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 39,50

S 20771

Horaffen-Collage
für Kinder ab 8 Jahren

Christina Scheurer, Grafikerin

Mit der Sage des Horaffen machen wir uns an das Kreative. Mit Hilfe von Farben und Texten kreieren die Kids ihren ganz eigenen, einzigartigen Horaffen. Eine wunderschöne Collage entsteht.

Bitte mitbringen: Buntstifte, Bleistifte, Wachsmalstifte, Zeitschrift oder Zeitung, Klebestift und Malblock A3.

Samstag, 4. Feb. 2023, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 12,00

S 20773

Malen wie Hundertwasser
für Kinder ab 6 Jahren

Christina Scheurer

Nach einer kurzen Einführung in das künstlerische Schaffen von Friedensreich Hundertwasser anhand von Bildern bemalen wir nach Vorlage z.B. ein Haus ganz im Hundertwasserstil. Es entstehen Skizzen voller verrückter Formen und Farbenpracht!

Bitte mitbringen: Buntstifte, Bleistifte, einen Mal- oder Skizzenblock A3 und Wachsmalstifte.

Samstag, 11. Feb. 2023, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 12,00

PLASTISCHES GESTALTEN · KERAMIK · FLORISTIK

S 20800

Origami für Kids
für Kinder ab 8 Jahren

Christoph Lorenz

Origami ist die japanische Kunst des Papierfaltens. In diesem Kurs lernt ihr verschiedene Falttechniken Schritt für Schritt. Dabei werden wir uns Grundkenntnisse des Faltens erarbeiten. Hier kann ausprobiert und getüftelt werden. Und genau hier wird es spektakulär... denn muss es immer nur Papier sein?

Freitag, 11. Nov. 2022, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 21
EUR 18,00

S 20802

Keramik
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Inge Brenner

In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Töpferns vermittelt. Sie lernen, Gefäße und andere Gegenstände zu formen und eigene Ideen zu verwirklichen. Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Auf den Kenntnisstand wird individuell eingegangen. Anmeldung unter Tel. 07951 2784681.

dienstags, 19:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 8-mal
Schule Altenmünster
EUR 110,00

S 20867

Der Adventskranz: klassisch - natürlich - modisch

Ursula Wegener

In dem Kurs erlernen Sie verschiedene Techniken, um handwerklich und stylish einen ganz individuellen Adventskranz zu kreieren. So binden, winden oder stecken Sie Ihr eigenes weihnachtliches Werkstück.

Bitte mitbringen: Gartenschere. Materialkosten in Höhe von EUR 10,00 bis 20,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Eigene Werkstoffe können auch mitgebracht werden.

Donnerstag, 17. Nov. 2022, 18 bis 21 Uhr
Atelier Internationale Floristikschule,
Schillerstraße 32
EUR 18,00 zzgl. Materialkosten

S 20868

Weihnachtlicher Raumschmuck

Ursula Wegener

Nach fachkundiger Anleitung binden die Teilnehmer*innen in diesem Workshop Tischschmuck für Weihnachtsfeier oder Adventskaffee sowie Schmuck für Fenster, Wand oder Tür. Es gibt viele Möglichkeiten, auch mit wenig Aufwand eine stimmungsvolle Atmosphäre zu schaffen.

Bitte Gartenschere mitbringen. Materialkosten in Höhe von EUR 10,00 bis 20,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Eigene Werkstoffe können mitgebracht werden.

Dienstag, 6. Dez. 2022, 18 bis 21 Uhr
Atelier Internationale Floristikschule,
Schillerstraße 32
EUR 18,00 zzgl. Materialkosten

S 20891

Geschenkbox basteln nach Keith Haring
Workshop für Kinder ab 8 Jahren

Christina Scheurer

Nach einer kurzen Einführung in das künstlerische Schaffen von Keith Haring anhand von Bildern gestalten wir aus einer Blanko-Pappschachtel ganz im Stil von Keith Haring eine einzigartige Geschenkebox.

Bitte mitbringen: Buntstifte, Bleistifte, Wachsmalstifte und eine blanko Pappschachtel. Acryl- oder Wasserfarben sowie Pinsel, Buntpapier, Schere, Klebestift.

Samstag, 26. Nov. 2022, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 12,00

S 20870

Eigenen Kalender gestalten

Christina Scheurer

In dem Workshop gestalten die Teilnehmer*innen grafisch, plakativ und/oder typografisch einen individuellen Kalender. Jeder Monat ist anders und so auch die künstlerische Umsetzung.

Bitte mitbringen: Farben aller Art wie z.B. Blei-, Filz- und/oder Acrylfarben, Pinsel, eigene Fotos. Zzgl. Materialkosten für Kalender ca. EUR 10,00.

Samstag, 12. Nov. 2022, 13 bis 17 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 24,00

S 20871

Eigene (Post-)Karten erstellen - individuell und einzigartig!

Christina Scheurer

Inspiriert von einem Zitat, Spruch oder Gedicht gestalten Sie in diesem Workshop malerisch oder graphisch einzigartige (Post-)Karten frei nach Goethe: „Erlaubt ist, was gefällt".

Bitte mitbringen: ein Zitat oder einen Spruch, Fineliner/Füller, Acrylfarben, Wachsmalstifte, Farbstifte, Fotokartons im Postkartenformat. Letzere können auch zu EUR 2,00 pro Stück im Kurs erworben werden.

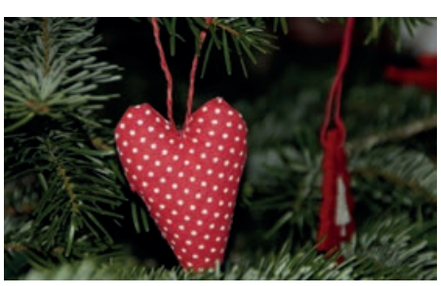
Samstag, 3. Dez. 2022, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 12,00

S 20874

Weihnachtsschmuck-Werkstatt

Workshop für Kinder ab 6 Jahren

Mirjam Stradinger



Selbstgemachter Weihnachtsschmuck ist immer etwas Besonderes. In der Werkstatt zur Adventszeit können Kinder aus Stoff und/oder Filz Weihnachtsschmuck wie Sterne oder Weihnachtsbäume zaubern. Zu den Bastelarbeiten hören wir Weihnachtslieder aus aller Welt.

Bitte EUR 4,00 für Materialkosten mitbringen.

Freitag, 2. Dez. 2022, 15 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 9,00

NÄHEN · KLÖPPELN

S 20904

Baby-Pumphose und -Mützchen selber anfertigen

Nähen für Anfänger*innen

Mirjam Stradinger

Nach einer Einführung in Basics und Bedienung der Nähmaschine geht es schon richtig an die Arbeit. Unter fachkundiger Leitung können künftige Eltern oder interessierte Hobbynäher*innen ein individuelles Baby-Outfit anfertigen, das aus Hose und Mütze besteht. Die Kursleiterin hält Schnittmuster von Größe 50 bis 104 bereit. Der Kurs ist für Anfänger*innen geeignet, Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen sind ebenfalls herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoffreste, Schere, Fingerhut, Steck- und Nähnadeln, Schneiderkreide, Metermaß, Lineal, Schreibzeug. Außerdem Jersey-Stoff für die Hose 65x140 cm plus Bündchenstoff 35x70 cm, Jersey-Stoff für die Mütze 60×60 cm, dazu farblich passendes Nähgarn.

mittwochs, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 5-mal
Realschule am Karlsberg, Raum E013, EG
EUR 33,50

S 20950

Klöppeln

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Rose Kurz

Die Teilnehmenden erlernen die Grundkenntnisse zur Herstellung feiner Spitzen und Decken, sodass sie bereits an den ersten Abenden einige

Muster selbst herstellen können. Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet, auf den Kenntnisstand wird individuell eingegangen.

Materialkosten: EUR 20,00

freitags, 17 bis 19 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 8-mal
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 95,50

KUNSTHANDWERK · HOLZ · METALL · SCHMUCK

S 21015 / S 21016

Drechsel-Workshop

Andreas Ströbel

Gedrechselt werden in diesem Workshop z.B. Eierbecher, Vase, Flaschenöffner... Alle erforderlichen Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Hölzer in verschiedenen Abmessungen sind vorrätig. Das Mindestalter für die Teilnahme liegt bei 13 Jahren.

Bitte mitbringen: feste Halbschuhe oder Sicherheitsschuhe, Arbeitskleidung, Schutzbrille. Das benötigte Material in Höhe von ca. EUR 10,00 wird direkt mit dem Kursleiter bar abgerechnet.

Drechseln & Schärfen, Dorfstr. 8, 74599 Wallhausen-Schönbronn
EUR 145,00 pro Kurs

Zwei Termine:
S 21015: Samstag, 8. Okt. 2022, 9 bis 16 Uhr
S 21016: Samstag, 17. Dez. 2022, 9 bis 16 Uhr

S 21041 / S 21042

Mosaikwerkstatt: Gestalte deinen eigenen Schutzengel

Manuela Landig

Mosaik-Engel voller Farbenpracht sehen edel aus und sind eine tolle Bastelidee für jede Jahreszeit. Gestalten Sie sich einen eigenen Schutzengel und lassen ihn Sie begleiten. In der Advents- und Weihnachtszeit eignen sie sich besonders gut als schöne Dekoration für die ganze Wohnung.

Bitte mitbringen: Luftpolsterfolie oder ähnliches Verpackungsmaterial, ältere Kleidung, alte Zeitungen. Materialkosten EUR 32,00. Bitte außerdem eine Kleinigkeit zu essen mitbringen.

vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 48,00 pro Kurs

Zwei Kurse zur Auswahl:
S 21041: Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 18 Uhr
S 21042: Sonntag, 13. Nov. 2022, 10 bis 18 Uhr

S 21050

„Spiel mit dem Feuer“ - Schmieden mit der mobilen Esse

Im Rahmen der Langen Nacht der Türme

Detlef Heusel, Schmied

Schmieden ist ein Handwerk mit über 3000 Jahren Tradition. Beim Schauschmieden im Rahmen der zweiten Crailsheimer Langen Nacht der Türme erleben Sie offenes Feuer in seiner ganzen Faszination, tauchen ein in die Mystik des alten Schmiede-Handwerks und nehmen teil beim Erschaffen von Handgeschmiedetem.

Samstag, 15. Okt. 2022
Vier ca. 30-minütige Vorführungen mit ungefähr folgenden Beginnzeiten: 19 Uhr / 20 Uhr / 21 Uhr / 22 Uhr auf dem Schotterplatz zwischen Museum und Spitalpark

S 21051

Die Kunst des Vergoldens - leicht gemacht!

Christoph Lorenz

In diesem vhs-Workshop erlernen die Teilnehmenden das traditionelle Handwerk des Vergoldens. Als Vergolden wird üblicherweise das Überziehen von Gegenständen mit Gold, Goldlegierungen und anderen dekorativen Metallschichten beschrieben. Die verschiedenen Arten von Blattgold sowie deren Verarbeitung werden in praktischen Übungen an geeigneten Werkstücken und Objekten veranschaulicht. Vergoldungsobjekte können mitgebracht werden, z.B. Holzobjekte, Objekte aus Stein, Beton, Muscheln, Schalen oder Objekte wie Holzrahmen oder Leinwände. Wenn Sie wissen wollen, was „vorlegen“, „anschießen“ und „absaufen“ bedeutet und warum eine „leicht fettige Stirn“ von Vorteil sein kann, dann sind Sie hier goldrichtig!

Die Vergoldung ist für außen und innen geeignet. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Materialkosten in Höhe von ca. EUR 10,00 werden direkt mit dem Kursleiter abgerechnet. Gearbeitet wird mit Goldimitaten, aber auch mit 24K Echtgold.

Samstag, 21. Jan. 2023, 10 bis 13 Uhr,
Sonntag, 22. Jan. 2023, 10 bis 13 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 36,00

S 21064

Freundschafts- und Wickelringe aus Silber

Modische Silberringe für Sie und Ihn

Renate Brandel-Motzel, Goldschmiedemeisterin

Sie können in diesem Kurs einen an allen Stellen gleich breiten Ring ohne Stein, einen sogenannten „Freundschaftsring“, passend für Ihre eigene Fingergröße (oder des/der Beschenkten) fertigen, einen aus silbernem Draht oder Bandmaterial gewickelten „Wickelring“ oder mehrere schmale Stapelringe aus echtem 925-Sterling-Silber. Gearbeitet wird handwerklich mit den Werkzeugen und Techniken eines Goldschmieds.

Als Goldschmiedemeisterin hat sich die Kursleiterin auf die Anfertigung von Silberschmuck spezialisiert. Bildbeispiele finden sich unter www.freundschaftsringe.com.

Materialkosten werden nach Verbrauch direkt mit der Kursleiterin abgerechnet (Freundschaftsring kostet ca. EUR 7,50 bis EUR 40,00, ein Wickelring ca. EUR 30,00 bis EUR 40,00).

Samstag, 29. Okt. 2022, 10 bis 13 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 21,50

S 21066

Silberringe „de Luxe“

Luxuriöse Silberringe mit und ohne Edelstein

Renate Brandel-Motzel

Gestalten Sie an nur einem Nachmittag mit strukturierten oder glatten Ringbändern Ihren individuellen Silberring, verziert mit Edelsteinen. Eine große Auswahl an echten oder synthetischen Steinen und/oder massiven silbernen Ornamenten steht dafür zur Verfügung, in vielen Stilrichtungen von dezent bis opulent, von klassisch bis extravagant. Eine asymmetrische Ausgestaltung der Ringschiene von breit nach schmal ist ebenfalls möglich. Neben den bekannten Hammerschlag-Oberflächen lernen Sie auch andere Strukturoberflächen kennen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Falls die Zeit reicht, sind auch passende Ohrstecker oder Anhänger möglich.

Materialkosten von ca. EUR 15,00 bis EUR 60,00 (im Durchschnitt EUR 40,00) werden direkt bei der Kursleiterin bezahlt.

Samstag, 29. Okt. 2022, 14 bis 17:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 25,50

S 21070

Engelworkshop

Eine Engelskulptur aus Massivholz gestalten

Siegfried Luffler

Wir gestalten eine Engelskulptur aus Massivholz. Alle erforderlichen Maschinen und Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt.
Bitte mitbringen: Bleistift, Schutzbrille, Gehörschutz, Langarmshirt und Kleidung für handwerkliche Arbeit. Materialkosten inkl. Kosten für Maschinennutzung von ca. EUR 10,00 werden direkt mit dem Kursleiter abgerechnet.

Freitag, 25. Nov. 2022, 15:30 bis 18:30 Uhr
Skulpturenwerkstatt Luffler, Bühlgasse 28 (Werkstatt hinter dem Wohnhaus), Ilshofen-Gaugshausen
EUR 35,50

S 21071

Sonnenfänger

Kunstvolle Unikate aus Eichenholz und Farbgläsern

Siegfried Luffler

In diesem Kurs bauen wir „Sonnenfänger“ - kunstvolle Unikate aus Eichenholz und Farbgläsern. Im Zusammenspiel mit dem Sonnenlicht zeigen die Farbgläser ihre tiefe Farbe und erinnern an die Glasfenster sakraler Bauten. Schon vor hunderten Jahren haben die Menschen die besondere Wirkung von Licht und Farbglas erkannt.

Bitte mitbringen: Schutzbrille, Gehörschutz, Montagehandschuhe und passende Langarmkleidung. Materialkosten EUR 15,00 pro Sonnenfänger (Bezahlung vor Ort nach Verbrauch).

Freitag, 14. Okt. 2022, 15 bis 18 Uhr
Skulpturenwerkstatt Luffler, Bühlgasse 28, Ilshofen-Gaugshausen
EUR 35,50

FOTOGRAFIE · FILMEN

S 50172

Besser fotografieren mit Ihrer Kamera

Grundlagen der Fotografie - mit Praxisworkshop im Freien

Dominik Schnell

Nähere Infos zu diesem Kurs finden Sie in unserem Fachbereich Beruf • EDV auf Seite 81.

Samstag, 8. Okt. 2022, 13 bis 17 Uhr
vhs, Raum 21
EUR 52,00

S 21109

Fotografieren im Tierpark Bad Mergentheim

Harald Grunwald

Beim Besuch im Wildpark Bad Mergentheim fotografieren wir Tiere u.a. auch bei Fütterungszeiten und machen Landschaftsaufnahmen. Ihr Kursleiter ist ein erfahrener Naturfotograf und vermittelt Ihnen in praktischen Übungen zusätzlich Tipps zur Bildgestaltung. Der Kurs eignet sich sowohl für Einsteiger*innen als auch Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Spiegelreflex-, System- oder Kompaktkamera und wetterfeste Kleidung. Die Verwendung eines Stativs ist im Wildpark ohne Sondergenehmigung nicht erlaubt.

Samstag, 15. Okt. 2022, 9:15 bis 14:15 Uhr
Treffpunkt: Tierpark Bad Mergentheim
EUR 30,00
Den Eintritt in den Wildpark bezahlen die Teilnehmenden direkt vor Ort.

S 50182A

Digitales Fotobuch gestalten

Rainer Abele

Nähere Infos zu diesem Kurs finden Sie in unserem Fachbereich Beruf • EDV auf Seite 82.

Zwei Mittwochabende, 30. Nov. und 7. Dez. 2022, jeweils 19 bis 21:15 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 65,00

S 21170

vhs-Fotofreunde

Die vhs-Fotofreunde treffen sich 14-tägig mittwochs ab 19:30 Uhr an der vhs zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch. Bei diesen Treffen werden außerdem gemeinsame Unternehmungen wie Foto-Exkursionen, Ausstellungen und Treffen mit befreundeten Fotogruppen vorgeplant.

Interessierte Foto-Amateure (auch Anfänger*innen) sind jederzeit willkommen. Die Teilnahme ist gebührenfrei.

S 21180

Film- und Videoclub

Die Teilnehmenden treffen sich in der Regel an jedem zweiten Dienstag im Monat um 19:30 Uhr im Erdgeschoss des vhs-Gebäudes. Die Teilnahme ist gebührenfrei. Weitere Infos dazu bei Bernd Krug (Tel. 07951 8833) oder auf www.video-club-crailsheim.de/Termine.htm

MUSIK

S 21215

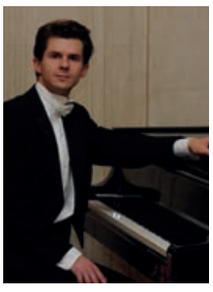
Leben und Werk großer Komponisten: Frédéric Chopin (1810-1849)

Dr. Roman Salyutov

Kaum ein anderer Komponist der Welt genießt so viel Aufmerksamkeit und Begeisterung in ganz verschiedenen Zuhörerkreisen wie Frédéric Chopin. Als einer der führenden Vertreter der musikalischen Romantik bereicherte er ihre Ästhetik durch seine neuen Visionen. Seine Aufmerksamkeit galt vor allem der Klaviermusik, in deren Rahmen er sich lebenslang bewegte. Gerade deswegen wird er als ein wahrer Dichter für Klavier gesehen, denn durch seine besondere Poesie, sei es in kleinen Präludien oder dramatischen Balladen und Sonaten, ermöglichte er, obwohl im Alltag extrem introvertiert, einen einzigarten Einblick in seine innere Welt voller Leidenschaft, Fantasie und Dramatik.

In dieser neuen Veranstaltungsreihe werden das Leben und Werk der großen Komponisten des 18. bis 20. Jh. in Form von Vorträgen mit anschließenden Konzerten präsentiert. In einem ca. 60-minütigen Vortrag, veranschaulicht mit Bildern sowie Audio- und Videobeispielen, wird über den künstlerischen Weg des Komponisten referiert. Nach einer Pause folgt das etwa 50-minütige Konzert, in dem verschiedene Klavierwerke dieses Komponisten aufgeführt werden.
An diesem Abend stehen Leben und Werk von Chopin im Mittelpunkt.

Referent und Solist ist Dr. Roman Salyutov, ein junger Konzertpianist, Dirigent und Musikwissenschaftler aus Bergisch Gladbach bei Köln. Er ist mit Konzerten weltweit unterwegs, leitet selbst mehrere Orchester, tritt mit Gastseminaren an verschiedenen Universitäten auf und ist Organisator von Kulturprojekten.



Samstag, 21. Jan. 2023, 18 bis 20:30 Uhr
Rathaus, Ratssaal
EUR 19,00

S 21305

vhs-Musikantenkreis

Bettina Kartak

Der Musikantenkreis heißt musizierende Interessierte herzlich willkommen. Außer zum eigenen Vergnügen spielt er gelegentlich auch öffentlich im Rahmen von Veranstaltungen der Volkshochschule, Seniorennachmittagen und dergleichen in unterschiedlicher Besetzung.

donnerstags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 15. Sept. 2022, 15-mal
Christuskirche, Breslauer Str. 62
EUR 102,50

S 21310

vhs-Orchester

Christoph Broer

Das Orchester besteht seit nunmehr über 115 Jahren und trifft sich alle zwei Wochen montags von 19:45 bis 21:15 Uhr in der Städtischen Musikschule. Es nimmt jederzeit neue Mitglieder auf, auch wenn Sie erst Orchestererfahrungen sammeln wollen oder längere Zeit pausiert haben. Interessent*innen, gerne auch Schüler*innen, melden sich unter Tel. 07951 44235 oder kommen einfach zur nächsten Orchesterprobe.

S 21315

Klänge der Welt
Internationaler Chor

Jacinta Pereira

Herzlich eingeladen sind Zugewanderte und Einheimische, welche die verbindende, integrative Kraft des gemeinsamen Singens in internationaler Atmosphäre erleben wollen. Die Chorleiterin wird den Chor nach der sogenannten „Ethno-Pädagogik" konzipieren: Diese funktioniert ohne Noten und basiert auf der Idee des gegenseitigen Beibringens von Musikstücken. Die Sänger*innen werden auch in die Weiterentwicklung einzelner Musikstücke einbezogen. Gegenen Ende des Kurses ist ein Auftritt geplant.

Jacinta Pereira hat in Portugal und Deutschland Musik mit Schwerpunkt Chorleitung und Stimmbildung studiert und arbeitet als Kirchenmusikerin in Crailsheim.

dienstags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 10-mal
Bonifatiuskirche Crailsheim,
Beuerlbacher Straße 3
Die Teilnahme am Internationalen Chor ist kostenlos.

S 21330

Mit der Gitarre durch Herbst und Winter

Ulrich Scherz

Ob morgens im Kindergarten oder in der Schule, mittags mit den eigenen Kindern, in der Jugend- oder Seniorengruppe, am Abend im „stillen" Kämmerlein oder auch beim Grillen - überall, wo gesungen wird, freut man sich über jemanden, der auf der Gitarre dazu spielen kann. Von Anfang an und ohne Voraussetzung von Notenkenntnissen vermittelt dieser Einsteigerkurs die Grundlagen des Akkordspieles und der Liedbegleitung auf der Gitarre. Gelernt werden Lieder zum Tages- und Jahreslauf (Herbst und Winter).

Bitte Gitarre und EUR 8,00 für Unterrichtsmaterial mitbringen.

donnerstags, 19 bis 19:45 Uhr
Beginn: 22. Sept. 2022, 6-mal
Städtische Musikschule, Burgbergstraße 29, Raum 1.05
EUR 80,50

S 21331

Mit der Ukulele durch das ganze Jahr

Ulrich Scherz

Die Ukulele („hüpfender Floh") ist ein fröhlich klingendes, gitarrenähnliches Instrument portugiesisch-hawaiianischen Ursprungs. In ihren Maßen wesentlich kleiner als die Gitarre und nur mit vier Saiten bestückt, ist sie leicht zu lernen und passt in jeden Rucksack.
In diesem Anfängerkurs werden die nötigen Akkorde und Schlagmuster gelernt, um sich zum Singen selbst mit dem Instrument zu begleiten. Die Liedauswahl des Kurses ist an den Jahreslauf angelehnt: Frühling, Sommer, Herbst und Winter - ab jetzt wird immer die Ukulele mit dabei sein. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte EUR 8,00 für Unterrichtsmaterial und, falls vorhanden, Ukulele mitbringen. Nach Rücksprache mit dem Kursleiter kann ggf. eine Leih-Ukulele gestellt werden.

donnerstags, 19 bis 19:45 Uhr
Beginn: 10. Nov. 2022, 6-mal
Städtische Musikschule, Burgbergstraße 29, Raum 1.05
EUR 80,50

TÄNZE AUS ALLER WELT

S 21425

Tango Argentino
Einführungskurs

Willi Bartelmess

Tango Argentino ist ein anspruchsvoller Tanz, dessen Grundstrukturen und Rhythmik man aber relativ schnell lernen kann, so dass auch Anfänger*innen bereits bald zu einem befriedigenden Tanzerlebnis kommen. Und das ist das Ziel dieses Einführungskurses! Das Grundprinzip ist achtsames „Führen und Folgen" abseits von

verabredeten Schrittfolgen. Der Tango Argentino unterscheidet sich dadurch stark vom europäischen Standardtango. Zwar gibt es auch im Tango Argentino Grundstrukturen, diese werden aber im Zusammenhang mit der Musik immer wieder neu und frei kombiniert, dadurch ist der Tango Argentino weicher und kommunikativer. Ideal ist eine Anmeldung zu zweit, sie ist aber nicht zwingend erforderlich.

Bitte mitbringen: Tanzschuhe oder Schuhe mit Ledersohle.

mittwochs, 18:30 bis 19:30 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 6-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 54,00

S 21450

Orientalischer Tanz
für Anfängerinnen und Frauen mit Grundkenntnissen

Manuela Lungu

Zu unterschiedlicher Musik werden Bewegungen und Bewegungsabläufe aus dem Orientalischen Tanz erlernt und zu einem Tanz zusammengefügt.

Bitte mitbringen: Tuch zur Betonung der Hüfte, Gymnastikschuhe oder dicke Socken

montags, 19 bis 20 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 60,00

S 21455

Orientalischer Tanz
für Fortgeschrittene mit guten bis sehr guten Kenntnissen

Manuela Lungu

Tänze aus verschiedenen Stilrichtungen werden ausprobiert und erlernt. Es wird eine Choreografie mit Schwerpunkt Orientalischer Tanz erarbeitet.

Bitte mitbringen: Tuch zur Betonung der Hüfte, Gymnastikschuhe oder dicke Socken

montags, 20 bis 21 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 60,00

S 302620

4Streatz®
#tanzwiedubist

Carina Trautmann

freitags, 18:30 bis 19:15 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 14-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle
EUR 63,00

S 302630

Tanzen hält jung!
Balsam für Körper, Geist und Seele

Susi Buckel

dienstags, 16:45 bis 17:45 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG
EUR 67,00

ZAUBERSCHULE

S 21476

Abrakadabra
Zauberlehrgang für Erwachsene

Else-Marie Geldec

Sie blicken in große, staunende Kinderaugen, wenn die Zauberin kommt und die kleinen Gäste mit allerlei Tricks überrascht. Eltern, Unterrichtskräfte, Erzieher*innen und alle interessierten Erwachsenen können lernen, wie es geht.

Materialkosten ca. EUR 5,00, es kann auch professionelles Zaubermaterial für ca. EUR 20,00 erworben werden.

Samstag, 1. Okt. 2022, 15 bis 18 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 18,00

S 21471

Abrakadabra, Simsalabim
Zaubertricks für Kinder ab 9 Jahren

Else-Marie Geldec

Wer möchte nicht wie Harry Potter die geheimnisvolle Welt der Magie mit ihren verblüffenden Tricks und Zaubereien kennenlernen? Um das faszinierende Spiel der Sinnestäuschung zu erlernen, müsst ihr lediglich ein wenig Fantasie und Geschicklichkeit mitbringen. Notwendige Zauberutensilien werdet ihr selber herstellen. Die Kursleiterin gibt auch Tipps zur Präsentation und Gestaltung einer Aufführung. In der Kursgebühr sind Materialkosten von EUR 5,00 enthalten. Bitte einen Schuhkarton und ein Getränk mitbringen.

Samstag, 1. Okt. 2022, 10 bis 13 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 18,50 inkl. Materialkosten

AUSSEHEN · FARBBERATUNG · MAKE-UP

S 21530

Die Augen richtig und schnell schminken lernen

Gabriela Modisch

Wenn Sie Ihre Augen schminken lernen möchten, sollten Sie bei der Wahl des Make-ups auch immer Ihre Augenfarbe berücksichtigen. Wir zeigen Ihnen tolle Farben, die zu blauen, braunen, grünen und schwarzen Augen perfekt passen und diese zu einem absoluten Highlight machen. Zusätzliche Kosten für Material ca. EUR 5,00. Bitte einen Waschlappen, ein kleines Handtuch und ein Haarband oder Haarklämmerchen mitbringen.

Freitag, 11. Nov. 2022, 14:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Raum 21
EUR 21,50

S 21540

Farb- und Stilschule

Gabriela Modisch

Farben können Lebendigkeit und Frische zaubern oder uns müde und blass erscheinen lassen. Mit Hilfe von Farbtüchern lernen Sie zielsicher, Ihre idealen Farben bei der Wahl der Kleidung, der Brille oder der Haarfarbe auszuwählen. Von der gewonnenen Sicherheit profitieren Sie in privaten und beruflichen Situationen.
Zusätzliche Kosten für Material von ca. EUR 5,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 17. Dez. 2022, 14:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 21,50

S 21551

Schminkschule für die Frau

Gabriela Modisch

Lernen Sie, wie Sie sich zu Hause, im Beruf oder zu besonderen Anlässen leichter und vorteilhafter zur Geltung bringen können. Ein tolles Aussehen und eine positive Ausstrahlung sind keine Frage des Alters oder des Einkommens. Wichtig ist, den eigenen Typ zu kennen und geschickt zu unterstreichen. Dabei wird auf Gesichtsform, Hauttyp und Hautfarbe, Augenform, Augenbrauen und Mund geachtet. Sie lernen Schritt für Schritt, wie man Grundierung, Lidschatten, Concealer und Lippenstift perfekt aufträgt. Sie werden staunen, welch positive Wirkung Sie mit der richtigen Schminktechnik erzielen können. Es werden ein Tages- und ein Abend-Make-up präsentiert.
Bitte einen Waschlappen und ein kleines Handtuch sowie ein Haarband oder Haarklämmerchen mitbringen. Bitte ungeschminkt kommen. Zusätzliche Kosten für Material ca. EUR 5,00.

Freitag, 13. Jan. 2023, 14:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 21,50

KURSE MIT AYHAN HARDALDALI

Der Referent ist Maskenbildner, Imageberater, Hairstylist, Benimm- und Business-Coach IHK sowie Mitglied des Prüfungsausschusses der Fortbildungsprüfung zum „Geprüften Make-up Artist / Visagist (HWK)

Kursgebühr pro Termin: EUR 59,00

S 21505

Vorher-Nachher
Ein neuer Typ - für Frauen

Frisur und Make-up sollten individuell auf Ihren Charakter und Typ zugeschnitten sein. Eine unpassende Frisur, Haarfarbe, Brille und das falsche Make-up lassen Ihr Äußeres in ungünstigem Licht erscheinen. In diesem Seminar wird gezeigt, wie Sie Ihre natürliche Schönheit unterstreichen können.

Bitte Schreibzeug mitbringen. Materialkosten: EUR 6,00.

Samstag, 15. Okt. 2022, 10 bis 13 Uhr
vhs, Raum 21

S 21507

Stilberatung
Schluss mit Haare-Färben! - für Frauen

Stehen mir graue Haare? Mit dieser Frage sind die meisten Menschen irgendwann einmal konfrontiert. Und wer einmal anfängt zu färben, kann kaum mehr aufhören. Die gute Nachricht ist: auch ein grauer Kopf kann sehr attraktiv und sogar ausgesprochen interessant wirken!
Sie erhalten in diesem Kurs Tipps zu Haarschnitt, Kleidung, Schmuck und Make-up, die am besten zu grauem bzw. graumeliertem Haar passen. So sehen Sie auch ohne Haare-Färben richtig gut aus!
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Fotos von sich selbst und Schmuck. Materialkosten: EUR 6,00.

Freitag, 14. Okt. 2022, 18 bis 21 Uhr
vhs, Raum 21

S 21515

Schicke Hochsteckfrisuren für den Alltag und besondere Anlässe

Mit langen Haaren kann man variable Frisuren stylen. Ob elegant, frech oder verführerisch, ein erfahrener Hairstylist zeigt Ihnen, was mit ein paar Haarklammern alles möglich ist. So bekommen Sie viele Tipps und Tricks, wie Sie mehr aus Ihren langen Haaren machen können.

Bitte mitbringen: Klammern, Haarschmuck, Haargummis, Accessoires, Stielkamm, Bürste. Materialkosten: EUR 3,00

Samstag, 15. Okt. 2022, 14 bis 17 Uhr
vhs, Raum 21

S 21517

Worin bin ich am besten?
Talentcoaching für Jugendliche und junge Erwachsene

Worin bin ich am besten? Diese Frage überfordert viele Menschen. Talent steht für eine Begabung, die jeder Mensch hat. Was könnte Ihr Kerntalent sein? Wo liegt die verborgene Ursache für Ihren bisherigen Erfolg? Es ist spannend, mehr über sich selbst zu erfahren, um Ihre Fähigkeiten optimal einzusetzen und die Chancen auf Erfolg zu erhöhen. Beweisen Sie Mut und wagen Sie auch mal etwas Neues! Persönliche, individuelle Beratung wird angeboten!

Freitag, 14. Okt. 2022, 14 bis 17 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links

GESUNDHEIT

„DIE VHS MACHT GESÜNDER!“

... belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Der Hirnforscher Gerald Hüther ist überzeugt, dass „Begeisterung Dünger für das Gehirn“ ist und weist in seinen Schriften immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnis. Hier werden Sachinformation und Lernen mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte - wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Gesundheit • Spezial 44
Entspannung • PMR • Shiatsu 46
Feldenkrais 47
Yoga 48
Qigong 50
Tai Chi 50
Meditation 50
Rückenfit • Wirbelsäulengymnastik 50
Präventionsgymnastik 51
Pilates 52
Faszientraining 52
Step-Aerobic 52
Fitness • Konditionsgymnastik 52
Tanz • Zumba • 4STREATZ 55
Selbstverteidigung 55
Outdoor 56
Aqua-Gymnastik • Aqua-Fitness 56
Alternative Methoden 57
Gesundheitspflege 57
Köstliches • Gesundes aus aller Welt 58

GESUNDHEIT · SPEZIAL

KLINIKGESPRÄCHE

Die Themen und Termine der Crailsheimer Klinikgespräche standen zum Redaktionsschluss noch nicht fest. Sie werden rechtzeitig in der lokalen Presse und auf der vhs-Website bekannt gegeben.

Die Vorträge werden voraussichtlich jeweils am zweiten Mittwoch des Monats ab 18:30 Uhr im Klinikum stattfinden.

S 30000WX

Online-Kurs
Geh glückwärts - natürlich achtsam stressfrei

Steve Windisch

Unsichere Zeiten, ein forderndes Umfeld, häufiges Gedankenkreisen und körperliche Reaktionen? Möchtest du lieber auch gern mit Freude und Leichtigkeit in den Tag starten und abends noch genug Zeit und Energie für die eigenen Bedürfnisse haben?

Dieser zertifizierte Online-Kurs nimmt dich mit auf eine Reise und zeigt dir einen gesunden und achtsamen Umgang mit Stress. Du wirst lernen, wie du deinen Körper wieder in Balance bringst - und wie du deine Gedanken bändigst, damit du gelassener auch mit schwierigen Situationen umgehen kannst und wie es dir gelingt, diese schrittweise zu verändern.

In acht Wochen durchläufst du insgesamt 32 Videolektionen (ca. 60 Minuten Bearbeitungszeit pro Woche) und baust deine Stresskompetenz schrittweise auf. Ein umfangreiches Arbeitsheft hilft dir, die Dinge für dich zu erkennen und zu lösen. Die zahlreichen Achtsamkeitsmeditationen helfen dir, dich sofort zu entspannen. Du kannst den Kurs jederzeit starten und zeitlich flexibel in deinem Tempo durchlaufen. Im Kursbereich kannst du dich jederzeit mit anderen und den Kursleitern austauschen und deine Krankenkasse erstattet dir am Ende sogar bis zu 100% der Kursgebühr zurück, wenn der Kurs vollständig durchlaufen wurde.

Kursportal zum Reinschnuppern:
https://bit.ly/3yGv5PP

Beginn frei wählbar. Bearbeitungszeiten individuell (ungefähr acht Wochen)
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 119,00 (ZPP-zertifiziert)

S 30010

Salatblatt und Schokoherz
Gesund und nachhaltig abnehmen

Maria Horlacher-Henkel, Heilpraktikerin

Gesund und nachhaltig abnehmen, ohne Jo-Jo-Effekt, Mini-Portionen, Diätfrust und Küchenstress? Heilpraktikerin Maria Horlacher-Henkel zeigt an diesem Abend auf, wie mit einigen Verhaltensänderungen und einer Ernährungsumstellung, bei der der Genuss nicht zu kurz kommt, ein leichteres Leben gelingen kann.
Bitte mitbringen: Schreibzeug und Papier.

Mittwoch, 19. Okt. 2022, 19 bis 21:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 15,00

S 30015

Der Schmerz und sein Patient
Vortrag

Heidegret Mayer, Heilpraktikerin

Jeder hat schon Schmerzen erlebt als ein Alarmsignal des Körpers. Aber: Was ist wenn Schmerz zur Krankheit wird? Die Referentin wird in diesem Vortrag Hintergründe erläutern, biologische Heilverfahren in der Schmerzbehandlung aufzeigen und Wege aus dem Teufelskreis aufzeigen.
Heidegret Mayer ist Heilpraktikerin in Gerabronn und seit 40 Jahren in eigener Naturheilpraxis tätig. Therapeutische Schwerpunkte sind Homöopathie, Osteopathie, Neuraltherapie und Phytotherapie. Sie wird an diesem Abend Thema fachkundig und mit einer Portion Humor referieren.

Donnerstag, 20. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 5,00

S 30020

Vorhofflimmern - Turbulenzen im Herz
Vortrag

Dr. med. Andreas Faure, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, und Dr. Helmut Kopp

Vorhofflimmern tritt so häufig auf, dass man von einer Volkskrankheit spricht. Fast zwei Millionen Menschen in Deutschland leiden an dieser Herzrhythmusstörung, die zwar nicht unmittelbar lebensbedrohlich ist, aber schwere Folgekrankheiten mit sich bringen kann. Dieser Vortrag im Rahmen der Herzwochen der Deutschen Herzstiftung informiert über die Gefahren des Vorhofflimmerns und die aktuellen Behandlungsmöglichkeiten.

Anschließend besteht die Möglichkeit, dem Referenten Dr. med. Andreas Faure, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Fragen zu stellen. Moderiert wird die Veranstaltung von Dr. med. Helmut Kopp, Facharzt für Allgemeinmedizin und Vorsitzender der Ärzteschaft Crailsheim. Ein Angebot in Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.

Mittwoch, 9. Nov. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Voranmeldung zur besseren Organisation erwünscht

S 30025

Der Schlaf wird mein Freund!
Vortrag mit Demonstrationen

Peter Bergholz

Nach diesem Abend werden Sie wissen, wie „Innere Schalter" einen ungestörten und erholsamen Schlaf ermöglichen. Die drei Inneren Schalter werden mit einfachen winzigen Bewegungen aktiviert und versetzen das Nervensystem in eine besondere Gelassenheit, eine innere Kohärenz, die es auch mitten in der Nacht möglich macht, Gefühle und Gedanken zu beruhigen und auf Angenehmes zu richten.
Die Rossini-Kohärenz-Methode basiert auf jahrzehntelanger intensiver Praxis und den bahnbrechenden Erkenntnissen der Neuro- und Faszienforschung.

Die Inneren Schalter sind eine Kerntechnik der Rossini-Kohärenz-Methode, die der Dipl.-Psychologe Peter Bergholz in 40 intensiven Berufsjahren entwickelte und entwickelt. Er hat diesen Weg in drei Büchern beschrieben: „Dein Bauch ist klüger als du" (zusammen mit Gerda Boyesen, 2008), „Die Rossini-Methode" (2009) und „Dynamische Entspannung" (2012).

Freitag, 11. Nov. 2022, 18:30 bis 20:30 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 9,00

S 10630

Wie Gedanken wieder Ruhe finden
Die Entdeckung der Inneren Schalter

Peter Bergholz

Endlich wieder richtig abschalten, besser schlafen und zuversichtlich nach vorne schauen. Wie es möglich ist, inneren Druck, Spannungsschmerzen, Unsicherheit, Ängste und Grübeln abzubauen, wenn sich nur zwei Gelenke zusammen lockern, dazu stellt Ihnen Peter Bergholz einen besonderen Ansatz vor.
Der Dozent hat auf der Grundlage der Polyvagaltheorie des amerikanischen Psychiaters Stephen

Porges (geb. 1945) die Rossini-Kohärenz-Methode als Selbsthilfeansatz für chronisch belastete Menschen entwickelt. Mit speziellen, einfachen Bewegungen werden dabei die „Inneren Schalter“ unseres Nervensystems stimuliert - darunter der ventrale Vagusnerv, der wesentliche Bedeutung für unsere Stimmung und unser Wohlbefinden hat.
Freuen Sie sich auf einen einführenden Vortrag und eine für Sie vielleicht wegweisende, spannende Erfahrung.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 17 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 95,00

S 30027WX

Was tun bei Tinnitus?
Online-Infoabend

Dr. Jochen Ebenhoch,
Wanderleiter und Achtsamkeits-Coach

Unter Ohrgeräuschen bzw. einem Tinnitus leiden viele Menschen. Meist verschwindet dieses Phänomen nicht mehr von alleine und begleitet die Betroffenen bis an ihr Lebensende. Den Tinnitus nicht mehr loswerden wollen, sondern als einmalige Chance, ja als Retter und Helfer zu erkennen, darum geht es in diesem Seminar. Eine ganz neue Betrachtungsweise mit hilfreichen praktischen Übungen.
Der Dozent hat mehr als zwei Jahrzehnte als Führungskraft in der Industrie gearbeitet. Nun hat er sich - auch mit Hilfe des Tinnitus - als Wanderleiter und Achtsamkeits-Coach selbstständig gemacht.

Der Kurs wird mit der Software Zoom durchgeführt. Sie können ganz entspannt von zu Hause teilnehmen. Sie erhalten vor dem Kursstart einen Link, mit dem Sie sich am Kurstag einwählen können. Bitte beachten: Es werden eine Kamera und ein Mikrofon benötigt, damit der Dozent die Teilnehmenden mit einbinden kann.

In Zusammenarbeit mit der vhs Weingarten. Anmeldung direkt dort: bit.ly/3ze9JJJ

Freitag, 18. Nov. 2022, 19 bis 21 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 15,50

S 30030

Das Immunsystem mit natürlichen Methoden stärken
Vortrag

Maria Horlacher-Henkel

Mutter Natur bietet eigentlich alles, was es braucht, um ein starkes Immunsystem zu entwickeln: gesunde Ernährung mit viel frischem Gemüse und Obst stärkt die Abwehr, weil der Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralien versorgt wird. Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft, viel trinken, regelmäßiger Schlaf, gute Stressbewältigung, Lachen und Singen, all das unterstützt und fördert das Immunsystem. Doch neben einer ausgewogenen Lebensführung stärken auch verschiedene naturheilkundliche Verfahren das Immunsystem, wenn dieses angegriffen ist. An diesem Abend wird Heilpraktikerin Maria Horlacher-Henkel verschiedene Verfahren vorstellen.

Donnerstag, 24. Nov. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 9,00

S 30035

Basiskurs zum Thema „Demenz“

Regine Hammer

An diesem Infoabend über Demenzerkrankungen werden neben Informationen zum Krankheitsbild (Demenzformen, Diagnostik, Therapie) insbesondere auch Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz vermittelt. Denn Menschen mit Demenz brauchen eine sensible Nachbarschaft und Umgebung, um möglichst lange zu Hause leben zu können.

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt des Landkreises Schwäbisch Hall und im Rahmen von „Demenz Partner“. Träger dieser bundesweiten Initiative ist die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Weitere Informationen zur Kampagne finden Sie unter www.demenz-partner.de.

Die Referentin ist Krankenschwester und Pflegeexpertin für Menschen mit Demenz.

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 30040

Richtig ernährt - aber wie?
Durchblick gewinnen im Dschungel der Ernährungsempfehlungen
Vortrag

Cornelia Schmidt, staatl. gepr. Ökotrophologin

Ernährung stellt einen wichtigen Teil unserer Alltagskultur dar. Gleichzeitig ist sie auch ein effektives Instrument, um die Gesundheit zu erhalten, zu verbessern und eine nachhaltigere Lebensweise anzustreben. Viele Menschen, gerade der Generationen Y und Z, interessieren sich zunehmend für mehr Transparenz hinsichtlich der Zusammensetzung der Lebensmittel und deren Produktionsbedingungen, geprägt von dem Wunsch nach einem gesunden Lebensstil.
Ziel des Kurses ist, im Dschungel der Ernährungsempfehlungen Orientierung zu gewinnen und die Ernährung mit dem eigenen Lebensstil in Einklang zu bringen. Gerade zu Beginn des neuen Jahres überfrachten sich viele mit guten Vorsätzen, die dann im Alltag nicht dauerhaft umgesetzt werden. In ihrem Vortrag vermittelt Cornelia Schmidt praktische Informationen, wie gesunde und nachhaltige Ernährung gelingen kann.

Donnerstag, 19. Jan. 2023, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 9,00

S 30045

Einführung in verschiedene Formen des Fastens
Vortrag

Cornelia Schmidt

Als uralte Tradition und Grundelement der großen Religionen gibt es das Fasten schon sehr lange. Je nach gewählter Methode wird dabei für einige Stunden, Tage oder auch Wochen komplett oder auf bestimmte Nahrungsmittel und Genuss verzichtet. Fasten ist keine Diät, sondern der Körper wird durch den Vorgang der Autophagie in andere Stoffwechselzustände versetzt, welche der Gesundheit zugutekommen. Neben den gesundheitlichen Aspekten dient das Fasten auch der inneren Einkehr und Besinnung.

Bei Ihrer Einführung wird Cornelia Schmidt verschiedene Formen des Fastens wie Intervallfasten, partielles Fasten (z.B. Verzicht auf Alkohol, Süßigkeiten) oder das Heilfasten vorstellen. Sie wird die gesundheitlichen und seelischen Effekte des Fastens erläutern.

Donnerstag, 9. Feb. 2023, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 9,00

S 30060X

Stress verstehen und auflösen
Workshop

Paul Giesinger

Wann wird aus Stress ein Burnout? Wie löse ich falsche Glaubenssätze auf? Und mit welchen Methoden kann ich meine Zeit und meine Ziele

besser managen? Auf diese und weitere Fragen finden wir in diesem Workshop Antworten. Von den drei Säulen der Stressbewältigung nach Kaluza bis hin zum Genusstraining bekommen wir Inspirationen für den Alltag. Neben Entspannungsübungen und vielen Hintergrundinformationen erarbeiten wir in Gruppen, was Stress bei uns auslöst. Wie wir mit den Auslösern umgehen und so unsere Gesundheit erhalten können, lernen wir in diesem Tageskurs.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Samstag, 14. Jan. 2023, 9 bis 17 Uhr
Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben
EUR 48,00

S 30065

Vital und fit durchs neue Jahr
Vortrag

Birgit Köhnlein

Vital und fit durchs ganze Jahr - dies gelingt mit basischen Lebensmitteln. Vor allem Obst, Gemüse und die besonders erwähnenswerte Kartoffel sind Bestandteile einer basischen Ernährung. Es gibt auch sogenannte neutrale Lebensmittel wie bspw. die Hirse. Saure bzw. säuernde Nahrungsmittel und andere Faktoren stören die basische Ernährung. Im Vortrag wird darauf eingegangen, wie sich überwiegend basische Lebensmittel einfach in die tägliche Ernährung integrieren lassen. Dadurch lassen sich verschiedene Beschwerden wie Kopfschmerz, Leistungsminderung, Schlafstörungen lindern. Ganz nebenbei purzeln ein paar Pfunde, ein wünschenswerter Nebeneffekt zum Jahresbeginn.

Samstag, 21. Jan. 2023, 14:30 bis 16 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 7,00

S 30070

Stimmbefreiung
Workshop

Sylvia Reich

Jede Stimme trägt ein individuelles Schwingungsmuster in sich, das sie von anderen Stimmen unterscheidet. Dieses Klangbild ist so unverwechselbar wie ein Fingerabdruck. Um die Stimme zu entfalten, ist eine gewisse Technik notwendig. In diesem Workshop nutzen wir Werkzeuge aus Körperarbeit, Atemtechnik, Partnerübungen und Selbstreflexion, um die Stimme ihrem ursprünglichen Charakter näher zu bringen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und ein Getränk

Samstag, 28. Jan. 2023, 10 bis 17 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 31,00

S 30075

Entfalte den Klang in dir!
Workshop

Sylvia Reich

Singen befreit, schafft gute Laune und Selbstbewusstsein. Jede Stimme ist so einzigartig wie ein Fingerabdruck. Beim Umgang mit der eigenen Stimme helfen Atem- und Gesangstechniken, das in jedem Menschen enthaltene Potential zu entwickeln. Nach etwas Übung gelingt es, mühelos und frei zu singen und zu sprechen ohne zu ermüden. Vielmehr wächst die Freude mit dem Tun. Wunschstücke aus allen Musikrichtungen dürfen mitgebracht werden. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und ein Getränk. Die zzgl. Kosten für Stimmbildungsmaterial von 20,00 EUR werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 11. Feb. 2023, 10 bis 16 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 26,00

ENTSPANNUNG · PMR · SHIATSU

S 301010

Klangschalen-Meditation mit Yin Yoga
„Die ganze Welt ist Klang“

Cinzia Faraci

An diesem Abend werden wir nach einer kurzen Einführung eine Klangschalen-Meditation erleben. Der Klang der Schalen regt die Selbstheilungskräfte unseres Körpers an und berührt im Herzen. Die sanften Schwingungen wirken auf unsere Zellen und Organe und laden uns dazu ein, mit unserem inneren Wesensklang in Einklang zu kommen. Dies ist Balsam für Körper, Geist und Seele. Die Meditation wird mit Yin-Yoga-Übungen ergänzt und hilft, tiefe Entspannung zu erleben.
Bitte mitbringen: eigene Matte, dicke Strümpfe, kleines Kissen und eine Decke, Wasser zum Trinken.

Donnerstag, 27. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 11,00

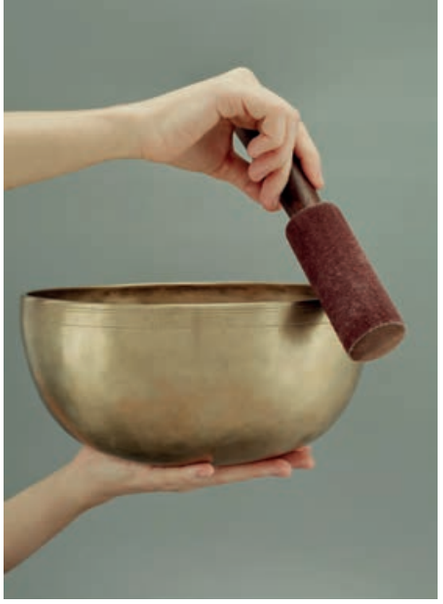
S 301015

Vollmond-Meditation mit Klangschalen und Yin Yoga

Cinzia Faraci

Kursbeschreibung siehe bei Kurs S 301010 oben.

Donnerstag, 8. Dez. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 11,00



S 301030 / S 301035

Entspannen und Loslassen

Brigitte Gaukler-Lang

Wer so richtig gestresst ist, nachts nicht schlafen kann oder wer gerne entspannen würde, aber nicht weiß wie, ist in diesem Kurs richtig: Die Kursleiterin hat sich zur Entspannungstrainerin weitergebildet und stellt verschiedene Techniken vor. Es geht um progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Bodyscan und Phantasiereisen mit Klangschalen, kombiniert mit Elementen aus Yoga, Qigong und Kinesiologie. Dabei zeigt sie einfache Übungen, die jede*r selbst zuhause ausüben kann.
Ziel des Kurses ist es, einen Überblick über verschiedene Entspannungstechniken zu erhalten, sodass jede*r selbst entscheiden kann, welches Verfahren persönlich am besten passt.

In den praxisorientierten Kursstunden werden die Entspannungstechniken nicht nur erläutert, sondern ganz konkret geübt. So können die Teilnehmenden die Besonderheiten der verschiedenen Techniken direkt erleben.
Bitte mitbringen: Matte, Decke, warme Socken.

dienstags, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 46,00

Zwei Kurse:
S 301030: Beginn: 18. Okt. 2022, 6-mal
S 301035: Beginn: 17. Jan. 2023, 6-mal

S 301040

Workshop
Gesund und entspannt durch den Alltag

Susanne Riecker, Heilpraktikerin

Dieser Workshop richtet sich an alle, die ihren Alltag gesünder gestalten möchten, um aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Sie erhalten Tipps für gesunde Ernährung, Schlafoptimierung und

den Umgang mit Stress. Die positiven Effekte von Entspannungstechniken werden erläutert, die Entspannungstechnik „Bodyscan" wird aktiv vorgestellt.

Samstag, 21. Jan. 2023, 14:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 18,00

S 301050

„Kopf-Kiefer-Nacken"
Ganzheitliche Übungen für wohltuende Entspannung

Regine Carl

„Die Zähne zusammenbeißen", „Mir sitzt die Angst im Nacken", „Augen zu und durch": Wer kennt das nicht?!
Ungünstige Arbeitshaltungen, Bildschirmarbeit, Zeitdruck - der Alltag hinterlässt Spuren in unserem Körper und Geist. Genießen Sie eine Auszeit und erlernen Sie Entspannungselemente aus dem Bereich der Augengymnastik und des Hasya-Yogas (Lachyoga), die zu einer Entlastung der Kopf-Kiefer-Nacken-Region und des gesamten Körpers beitragen können. Ein Urlaubstag mitten im Alltag!
Bitte warme Socken, Decke, Getränk und was Sie sonst noch zum Wohlfühlen brauchen, mitbringen. Inkl. Skript mit Übungen!

montags, 19:45 bis 21 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 5-mal
vhs, Raum 31
EUR 37,50 inkl. Skript mit den Übungen

S 301060

Enzymmassage mit Honig
Immunsystem stärken

Maria Horlacher-Henkel

Bei chronischen Entzündungen und Verspannungen an Gelenken und Muskulatur kann eine Enzymmassage mit Honig als traditionelles Verfahren lindern. Zunächst wird das entsprechende Gelenk mit feuchten Wickeln erwärmt. Dann wird die Honigmassage mit einer speziellen Grifftechnik durchgeführt. Dabei werden die im Honig vorhandenen Enzyme über die Haut einmassiert und tragen zur Stärkung des Immunsystems bei. Nach einer Einführung werden jeweils zwei Personen in den Behandlungszimmern die Massage unter Anleitung der Dozentin durchführen. Durch die Kleingruppe ist eine intensive und individuelle Betreuung gewährleistet. Probieren Sie es einfach aus. Ein Abend zum Wohlfühlen!

Eine Veranstaltung im Rahmen des Crailsheimer Projekts „Stadtbiene".

Bitte mitbringen: zwei Badetücher, ein kleines Kissen. Zzgl. ca. EUR 3,00 für Material. Honig kann über die Dozentin erworben werden.

Donnerstag, 13. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr
Praxis für Naturheilkunde Maria Horlacher-Henkel, Am Schelmenwasen 10
EUR 21,00 (bei 4 bis 6 Personen)

S 301070

Shiatsu für Paare oder Freund*innen
Ein entspannter Samstagnachmittag

Margarete Kaulbersch, Physiotherapeutin, Dipl.-Shiatsu-Praktikerin (GSD)

Shiatsu ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, deren Wurzeln in der traditionellen fernöstlichen Philosophie liegen. Wir wollen mit Shiatsu durch Massage mittels Hand- und Fingerdruck gemeinsam mit einem vertrauten Menschen neue Kräfte auftanken. Im Zuhören, Annehmen und Raum-Geben entfaltet sich die besondere Qualität des Shiatsus als heilsame Berührung. Die Methode ist für Menschen jeden Alters geeignet.
Der Kurs wird paarweise durchgeführt, daher ist die Anmeldung mit einer vertrauten Person empfehlenswert.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Getränk.

Samstag, 26. Nov. 2022, 14 bis 19 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 30,00

S 301080

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
in der Kleingruppe

Elke Hanselmann

Bei der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson (auch bekannt als Progressive Muskelrelaxation PMR) handelt es sich um ein leicht zu erlernendes Entspannungsverfahren, bei dem durch bewusstes An- und Entspannen von Muskelgruppen ein Entspannungszustand herbeigeführt wird. Die einzelnen Muskelpartien des Körpers werden in einer bestimmten Reihenfolge zunächst angespannt, die Muskelspannung wird für einige Sekunden gehalten, und anschließend wird die Anspannung wieder gelöst.
Ziel der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson ist eine Entspannung der Muskeln und eine damit einhergehende Verbesserung des körperlichen und seelischen Befindens. Schon nach kurzer Zeit ist es mit Hilfe der von Elke Hanselmann vermittelten Übungen möglich, von Anspannung auf Entspannung umzuschalten. Für mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag!

dienstags, 17 bis 17:45 Uhr
Beginn: 17. Jan. 2023, 6-mal
vhs, Raum 31
EUR 32,50

S 301090

Unser Atem - ein Geschenk
Atem als Schlüssel zu Gesundheit und Ausgeglichenheit

Barbara Bräuer

Wir beginnen unser Leben mit einer Einatmung und beenden es mit einer Ausatmung. Aber bedenken, lenken, leiten, spüren wir unseren Atem überhaupt noch? Atem und Geist gehören eng zusammen. Der Atem beeinflusst den Geist, auch unsere Gedanken und unsere Lebensweise. Die unendlich vielen Möglichkeiten, die uns der Atem bietet, können nur ansatzweise vorgetragen und geübt werden. Dazu gehören auch Bewegungen, Streckungen, kleine Übungen aus dem klassischem Hatha Yoga. Es wird bunt, laut, tönend, lustig und leise, meditativ zugehen. Doch ist es vielleicht ein Anfang, um mehr über den Atem nachzudenken und ihn öfter bewusst einzusetzen.

Samstag, 11. Feb. 2023, 16 bis 18 Uhr
vhs, Konvent
EUR 14,50

FELDENKRAIS

S 301210 / S 301215

Feldenkrais-Methode

Silvia Ofori

Haben Sie sich schon einmal mit der Ökonomie und Organisation von Bewegung beschäftigt? Die Kursleiterin vermittelt diese Zusammenhänge mit der Feldenkrais-Methode. Moshe Feldenkrais hat hunderte Bewegungsabläufe entwickelt, von denen Sie im Kurs einen Teil kennenlernen werden. Ziel ist die Verbesserung von Beweglichkeit und Leichtigkeit von Bewegung - von der jeweils individuellen Situation ausgehend. Weil die Methode im Hintergrund all unserer Aktivitäten wirkt, sind ihre Anwendungsmöglichkeiten praktisch unbegrenzt. Sie

können auf die unterschiedlichsten Aktivitäten übertragen werden: in Kunst oder Sport, Arbeit oder Freizeit, bei Kindern wie älteren Personen, in Prävention und Rehabilitation.
Bitte bereits in bequemer Kleidung zum Kurs kommen und eigene Sportmatte mitbringen.

montags, 19:30 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
EUR 72,00

Zwei Kurse:
S 301210: Beginn: 26. Sept. 2022, 8-mal
S 301215: Beginn: 5. Dez. 2022, 8-mal

YOGA

HATHA YOGA

S 301300 / S 301301

Hatha Yoga

Jan-Eric Kaiser, Yogalehrer

Mit wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen erleben Sie verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress. Sie lernen die Grundprinzipien sowie Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnet ein bewusstes Ankommen im Körper, bei seinen Möglichkeiten und Grenzen. Damit werden die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des Berufs- und/oder Familienalltags eingesetzt werden können. Empfehlenswert ist es, ab etwa drei Stunden vor dem Kurs nichts oder nur leichte Kost zu essen.
Bitte bereits umgekleidet kommen und eigene Yoga- oder Gymnastikmatte mitbringen.

vhs, Raum 31

Zwei Kurse:
S 301300
montags, 10:15 bis 11:45 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 11-mal
EUR 74,00 (ZPP-zertifiziert, Kurs-ID: 20200219-1178717)

S 301301
montags, 10:15 bis 11:45 Uhr
Beginn: 9. Jan. 2023, 12-mal
EUR 80,50 (ZPP-zertifiziert, Kurs-ID: 20200219-1178717)

S 301305 / S 301306

Hatha Yoga

Jan-Eric Kaiser

Kursbeschreibung siehe bei Kurs S 301300 links.

mittwochs, 20:00 bis 21:30 Uhr
Konrad Biesalski Schule (Kreuzberg), Kurt Schumacher Str. 77, Bewegungsraum
Der Eingang befindet sich im Innenhof der Schule, Tür Nummer N1.

Zwei Kurse

S 301305
Beginn: 28. Sept. 2022, 11-mal
EUR 74,00 (ZPP-zertifiziert, Kurs-ID: 20200219-1178717)

S 301306
Beginn: 11. Jan. 2023, 12-mal
EUR 80,50 (ZPP-zertifiziert, Kurs-ID: 20200219-1178717)

S 301310

Hatha Yoga

Iris Haney, Yogalehrerin

Vermittelt werden die Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha Yoga, die durch sanft angeleitete Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit verhelfen. Wohltuende Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen verbessern die Beweglichkeit, die Entspannungsfähigkeit und den Umgang mit Stress. Bitte bereits umgekleidet kommen und eigene Yoga- oder Gymnastikmatte, mitbringen. Außerdem Decke, Wollsocken und, falls vorhanden, ein Sitzkissen.

donnerstags, 16 bis 17:15 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 16-mal
vhs, Raum 31
EUR 84,00

S 301320 / S 301325

Hatha Yoga

Daniel Laub, Yogalehrer BDY/EYU

Mit wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen erleben Sie verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress. Sie lernen die Grundprinzipien sowie Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnet ein bewusstes Ankommen im Körper, bei seinen Möglichkeiten und Grenzen. Damit werden die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des Berufs- und/oder Familienalltags eingesetzt werden können. Bitte bereits umgekleidet kommen und eigene Yoga- oder Gymnastikmatte, mitbringen.

vhs, Raum 31
EUR 94,00 pro Kurs

Zwei Kurse

S 301320
mittwochs, 19 bis 20:30 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 14-mal

S 301325
freitags, 9 bis 10:30 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 14-mal

S 301330 / S 301335

Hatha Yoga sanft

Heike Böttcher, Yogalehrerin, Ayurveda-Therapeutin

In diesem Kurs lassen wir es sanft angehen. Körperübungen stärken die Muskulatur, richten die Wirbelsäule auf und lösen Verspannungen. Die integrierten Atemübungen wirken sich positiv auf das vegetative Nervensystem aus, vertiefen den Atem und unterstützen damit den Stressabbau. Ziel des Kurses ist, Wohlbefinden und Gesundheit natürlich zu fördern und viel über sich selbst lernen. In kurzer Zeit können mit Yoga spürbare Veränderungen herbeigeführt werden: Aufbauende und heilende Kräfte in Körper, Geist und Seele werden geweckt und stabilisiert. Der Mensch wird ruhiger, ausgeglichener und kann den Anforderungen des Alltags gelassener begegnen.

Heike Böttcher unterrichtet ihren persönlich entwickelten Yogastil, basierend auf Hatha- und Kundalini-Yoga. Der Yogaunterricht ist aufgebaut auf Asanas, Atemübungen, Entspannungsübungen, Meditation, Visualisierungen. Ergänzt wird der Unterricht durch kurze Qigong-Übungen, um den Energiefluss anzuregen, einfache Pilates-Übungen als Beckenbodentraining sowie durch das Massieren von Akupressurpunkten.

Bitte mitbringen: Yogamatte (wenn vorhanden), Decke, Getränk.

montags, 9:45 bis 11:15 Uhr
Life and Art, Werner-von-Siemens-Str. 21
EUR 64,00

Zwei Kurse:
S 301330: Beginn: 10. Okt. 2022, 8-mal
S 301335: Beginn: 12. Dez. 2022, 8-mal

HEIKE BÖTTCHER

S 301340

Hatha Yoga

Heike Böttcher

Wohlbefinden und Gesundheit ganz natürlich fördern und viel über sich selbst lernen - das sind Ziele des Kurses. In kurzer Zeit können mit Yoga spürbare Veränderungen herbeigeführt werden: Aufbauende und heilende Kräfte in Körper, Geist und Seele werden geweckt und stabilisiert. Der Mensch wird ruhiger, ausgeglichener und kann den Anforderungen des Alltags gelassener begegnen. Die Körperübungen stärken die Muskulatur, richten die Wirbelsäule auf und lösen Verspannungen. Die integrierten Atemübungen wirken sich positiv auf das vegetative Nervensystem aus, vertiefen den Atem und unterstützen damit den Stressabbau.

Bitte mitbringen: Yogamatte (wenn vorhanden), Decke, Getränk.

dienstags, 19:15 bis 20:45 Uhr
Beginn: 11. Okt. 2022, 14-mal
vhs, Raum 31
EUR 94,00

YOGA · SPEZIAL

S 301360

Yoga im Flow
kraftvoll und sanft

Yvette Olah

Yvette Olah vermittelt Yoga mal kraftvoll und mal sanft fließend. Flow bedeutet ein Verschmelzen mit dem Moment. Du bist im Fluss mit dem Atem, mit Körper und Geist. Die Kursleiterin unterstützt individuell bei der Durchführung der Bewegungsabläufe und der entsprechenden Atemtechniken.

Bitte mitbringen: Yogamatte (wenn vorhanden), Decke, Getränk.

dienstags, 18 bis 19 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 16-mal
vhs, Raum 31
EUR 71,50

S 301370

Yin Yoga und Achtsamkeit

Cinzia Faraci

In diesem Kurs vermittelt die Kursleiterin, wie mit Yin Yoga Achtsamkeit eingeübt werden kann. Durch die langsamen, passiven Dehnübungen werden wir unseren Körper spüren und ihm Gehör schenken. Körper und Psyche werden trainiert, im Hier und Jetzt zu sein und zur Ruhe zu kommen. Yin Yoga eignet sich für alle, die nach einem Ausgleich zum stressigen Alltag suchen, zum Regenerieren und Krafttanken.

Bitte bereits umgekleidet kommen und eigene Yoga- oder Gymnastikmatte, mitbringen.

mittwochs, 10:15 bis 11:15 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 31
EUR 67,00

S 301375W / S 301376W / S 301377W

Yin Yoga mit ätherischen Ölen
Online-Kurs

Sabrina Hölzl

Nimm dir Zeit für dich und erlebe eine tiefgreifende und sanfte Yogapraxis. Im Yin Yoga werden die Asanas (Positionen) länger und ohne Kraftanstrengung gehalten. Dadurch wird das Fasziengewebe gedehnt, Verklebungen können gelöst werden. Der Körper kann sich entspannen und die Gedanken können zur Ruhe kommen. Die Wirkung der Stunde wird durch den Einsatz ätherischer Öle zusätzlich gestärkt. Untersuchungen haben gezeigt, dass ätherische Öle - wie auch Yoga - physische und emotionale Vorteile bieten. Beendet wird die Stunde mit einer geführten Meditation. Die Öle sind im Preis enthalten und werden vor dem Kurs direkt per Post zugeschickt. Der ZOOM-Link kommt ebenfalls vorab per Mail. Falls eine Teilnahme am Live-Kurs nicht möglich ist, kann eine Aufzeichnung verfolgt werden.

Für die Teilnahme ist ein internetfähiges Gerät (Laptop, Smartphone, Tablet etc.), eine Matte und eine Decke und/oder Kissen erforderlich. Anmeldeschluss ist jeweils eine Woche vor Kursbeginn.

donnerstags, 18:15 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 48,00 inkl. Öle im Wert von EUR 10,00 (inkl. Versand)

Drei Kurse:
S 301375W: Beginn: 6. Okt. 2022, 4-mal
S 301376W: Beginn: 17. Nov. 2022, 4-mal
S 301377 W: Beginn: 19. Jan. 2023, 4-mal

S 301380

Kundalini Yoga

Tanja Ziegler

Kundalini Yoga ist eine Verbindung aus Körperstellungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama). Die vermittelten dynamischen Übungen erhöhen die Sensibilität für den eigenen Körper, fördern die Beweglichkeit und geben ein Gefühl neuer Lebendigkeit. Kundalini Yoga zeigt Wege zu mehr innerer Gelassenheit und fördert einen wachen, klaren Geist.

Bitte bereits umgekleidet kommen und eigene Yoga- oder Gymnastikmatte, mitbringen; außerdem Wolldecke, Kissen, bequeme Kleidung, Getränk.

donnerstags, 19:15 bis 20:45 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 14-mal
vhs, Raum 31
EUR 94,00

S 301390

Lach-Yoga
Die sonnige Seite des Lebens

Regine Carl

„Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind, sondern wir sind glücklich, weil wir lachen!“
(Dr. Madan Kataria)

Lach-Yoga oder auch Hasya Yoga ist ein sanftes Bewegungstraining aus Lach-, Klatsch- und pantomimischen Übungen kombiniert mit Atem- und Entspannungselementen. Erfahren Sie an diesem Vormittag Interessantes über das Lachen und Lach-Yoga, fühlen Sie sich wohl bei Atem- und Entspannungsübungen, entdecken Sie sich und Ihre „kindliche Verspieltheit“ und sagen Sie hinterher gut gelaunt: „Selten so gelacht und gut gefühlt!“

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk.

Samstag, 21. Jan. 2023, 14 bis 16 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 14,50

QIGONG

S 301410 / S 301411

Qigong
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Norbert Callies, Taiji- und Qigong-Lehrer

Qigong stellt chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsformen dar, die mit entsprechenden Übungen zur Kultivierung von Körper und Geist beitragen. Der Kursleiter vermittelt die korrekte Ausführung der Qigong-Übungen, so dass sich Atmung und nach innen gerichtete Konzentration mit fließenden, präzisen Bewegungen vereinen. Die Übungen wirken belebend und harmonisierend zugleich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, ein Getränk.

donnerstags, 9 bis 10 Uhr
vhs, Konvent

Zwei Kurse:
S 301410: Beginn: 6. Okt. 2022, 7-mal, EUR 42,00
S 301411: Beginn: 1. Dez. 2022, 8-mal, EUR 48,00

S 301415 / S 301416

Qigong
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Norbert Callies

donnerstags, 18 bis 19 Uhr
vhs, Raum 31

Zwei Kurse:
S 301415: Beginn: 6. Okt. 2022, 7-mal, EUR 42,00
S 301416: Beginn: 1. Dez. 2022, 8-mal, EUR 48,00

TAI CHI

S 301450

Tai Chi für Jedermann
Schritt für Schritt

Norbert Callies

Der Kursleiter vermittelt Übungen des Taijiquan (Tai Chi Chuan), eine alte chinesische Kampf- und Bewegungskunst. Sie dient der Förderung der Gesundheit und der ganzheitlichen Entwicklung von Körper und Geist sowie der Selbstverteidigung. Durch den meditativen und körperkräftigenden Aspekt ist Tai Chi Chuan sowohl therapeutisch als auch kämpferisch einsetzbar. Zur Einstimmung werden anfangs Qigong-Übungen durchgeführt, um den Alltag zu vergessen und die Konzentration auf das Taiji zu verbessern.

Bitte bereits umgekleidet kommen, außerdem flache Turnschuhe oder Gymnastikschläppchen und Getränk mitbringen.

mittwochs, 19 bis 20:30 Uhr
Kistenwiesenturnhalle

Zwei Kurse:
S 301450: Beginn: 5. Okt. 2022, 7-mal, EUR 63,00
S 301455: Beginn: 30. Nov. 2022, 8-mal, EUR 72,00

MEDITATION

S 301510

Meditation - Gedanken beruhigen, zu sich selbst finden
Eine praktische Einführung mit mehreren Methoden

Martin Noll

Meditation, richtig praktiziert, hilft uns aus dem Kreislauf unserer Gedanken auszusteigen und in einen Zustand angenehmer, ruhiger Wachheit zu gelangen. Dieses „Bei-sich-selbst-Sein" ent-stresst uns und fördert die Fähigkeit zu persönlichen Einsichten zu kommen und bessere Entscheidungen zu treffen. In diesem Seminar praktizieren wir verschiedene, für jedes Alter durchführbare Meditationsmethoden, um die für Sie wirkungsvollsten herauszufinden. Sie lernen, wie man dabei richtig und zugleich bequem im körperlichen Schwerpunkt sitzt (auf dem Stuhl oder Boden). Außerdem bekommen Sie wichtige Informationen zum Verständnis und zur Wirkungsweise von Meditation. Zum Schluss wird ein Merkblatt ausgeteilt.

Bitte tragen Sie bequeme Alltagskleidung und bringen Sie sich zwei dicke Decken (gefaltet, zur Sitzerhöhung) sowie Mineralwasser und Schreibzeug mit.

Samstag, 19. Nov. 2022, 14 bis 18 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 39,50

S 301515

Das Herzensgebet
Ein praktischer Weg in die Stille

Barbara Bräuer

Es werden kurze Passagen aus dem Herzensgebet (nach Jean-Yves Leloup) vorgelesen, die durch sanfte, ruhige Bewegungsabläufe und Atemübungen aus dem Yoga unterbrochen werden. Somit ergibt sich kein konstantes Stillsitzen, sondern ein aktives Üben, Atmen, Hören, welches uns am Ende in der Stille, in unseren Herzen, in der Meditation ankommen lässt.

Freitag, 2. Dez. 2022, 17 bis 19 Uhr
vhs, Konvent
EUR 14,50

RÜCKENFIT · WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Bitte kommen Sie zu allen Kursen bereits umgekleidet und bringen Sie Ihre eigene Sportmatte mit.

S 302010 / S 302015

Gymnastik gegen Rückenbeschwerden

Diana Steiner

Um Rückenschmerzen vorzubeugen oder zu lindern, ist es wichtig, die verschiedenen Aspekte des Rückentrainings einzubeziehen. Neben der klassischen Kräftigung sind auch Mobilisation, Stabilisation und Dehnung Bestandteile des ganzheitlichen Trainings im Kurs, da die Stabilität der Wirbelsäule nicht durch die Arbeit einzelner Muskeln gewährleistet wird, sondern nur durch die Aktivierung aller Rumpfmuskeln.

Bitte Hallenturnschuhe und, soweit vorhanden, eigene Sportmatte mitbringen und bereits umgekleidet kommen.

Beginn: 26. Sept. 2022, 16-mal
vhs, Raum 31
EUR 71,50

Zwei Kurse:
S 302010: montags, 17:10 bis 18:10 Uhr
S 302015: montags, 18:20 bis 19:20 Uhr

S 302020

Rückenfit
Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Christina Hirsch

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen: Die gelenkschonende Gymnastik in diesem Kurs stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung. Dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am

Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Gut für alle, die ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben und Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Decke.

donnerstags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 15-mal
Konrad Biesalski Schule (Kreuzberg), Kurt Schumacher Str. 77, Bewegungsraum
Der Eingang befindet sich im Innenhof der Schule, Tür Nummer N1.
EUR 100,50

S 302030 /S 302040 / S 302060 ff.

Rückenfit

Jutta Neidlein-Strecker

Ein gesunder Rücken ist ein trainierter Rücken. Rückenfit eignet sich für alle, die vorbeugend oder nach einem Rückenleiden nachhaltig etwas für ihre Gesundheit tun wollen. Im Fokus des Kurses steht das gezielte Training der tiefen Rückenmuskulatur und der umgebenden stabilisierenden Muskeln. Damit schaffen wir einen Ausgleich zu den Belastungen des Alltags und gewinnen so Lebensqualität zurück.

In Kooperation mit dem TSV Crailsheim.

EUR 74,00 pro Kurs

Vier Kurse

S 302030
dienstags, 19 bis 19:55 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 18-mal
Jahnhalle

S 302040
mittwochs, 10:30 bis 11:25 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

S 302060
donnerstags, 20 bis 20:55 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

S 302070
freitags, 16:15 bis 17:10 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 18-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG

S 302050

Gymnastik gegen Rückenbeschwerden

Susi Buckel

Um Rückenschmerzen vorzubeugen oder zu lindern, ist es wichtig, die verschiedenen Aspekte des Rückentrainings einzubeziehen. Neben der klassischen Kräftigung ist auch die Mobilisation, Stabilisation und Dehnung ein wichtiger Bestandteil des ganzheitlichen Trainings im Kurs, da die Stabilität der Wirbelsäule nicht durch die Arbeit einzelner Muskeln gewährleistet wird, sondern nur durch die Aktivierung aller Rumpfmuskeln.

donnerstags, 9 bis 10 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 31
EUR 67,00

PRÄVENTIONSGYMNASTIK

Bitte kommen Sie zu allen Kursen bereits umgekleidet und bringen Sie Ihre eigene Sportmatte mit.

S 302110

Gymnastik
für Osteoporosegefährdete

Susi Buckel

Die Knochendichte verbessern und die Muskulatur stärken - durch gezieltes, regelmäßiges Training lassen sich diese Ziele erreichen. Nebenbei werden durch die aufeinander aufbauenden Übungssequenzen Standfestigkeit und Gleichgewicht trainiert, eine effektive Sturzprophylaxe. Gearbeitet wird mit dem eigenen Körpergewicht und verschiedenen Kleingeräten. Der Kurs eignet sich auch für Ungeübte.

mittwochs, 9 bis 10 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 31
EUR 67,00

S 302120 / S 302121

Knieschule
für Menschen mit Knieproblemen, Arthrose oder Kniegelenksprothese

Manuela Lungu

Dieser Kurs soll ein besseres Verständnis für das Knie vermitteln, die Muskulatur aufbauen und kräftigen, die Koordination schulen und schonend mobilisieren. Denn gut trainierte Beinmuskeln wirken sich in vielerlei Hinsicht positiv aus: Sie sorgen für Bewegungskraft, sichern die Stabilität des Gelenks und schützen den Bandapparat. Außerdem sichern sie die Gelenkführung, entlasten das Kniegelenk und schützen den Knorpel. Achtung: nicht geeignet für Personen mit Gehhilfen!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, feste Sportschuhe.

Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 45,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
S 302120: montags, 17 bis 17:45 Uhr
S 302121: montags, 18 bis 18:45 Uhr

RATS APOTHEKE

Den grünen Rat gibt es aus der Rats-Apotheke.
Fragen Sie uns nach pflanzlichen oder homöopathischen Alternativen.

Rats-Apotheke Dirk Schuster
Apotheker • Homöopathie • Naturheilkunde und Ernährungsberatung
Telefon 0 79 51 / 75 50
www.ratsapotheke-schuster.de

PILATES

S 302310 / S 302312

Pilates

Sonja Kiefer

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüfte, Po und Rücken - die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse" genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren. Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! Für jedes Alter geeignet! Bitte ein Handtuch, etwas zum Trinken und evtl. warme Socken mitbringen.

Beginn: 27. Sept. 2022, 16-mal
vhs, Raum 31
EUR 71,50 pro Kurs

Zwei Kurse:
S 302310: dienstags, 9:15 bis 10:15 Uhr
S 302312: dienstags, 10:30 bis 11:30 Uhr

S 302314 / S 302316

Pilates

Sonja Kiefer

Kursbeschreibung siehe bei Kurs S 302310 oben.

EUR 67,00 pro Kurs

Zwei Kurse

S 302014
mittwochs, 17:50 bis 18:50 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 15-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle

S 302016
donnerstags, 17:45 bis 18:45 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 15-mal
Kistenwiesenturnhalle

S 302320 / S 302022 / S 302024 ff.

Pilates

Jutta Neidlein-Strecker

Das Besondere an Pilates ist, dass nicht einzelne Muskeln trainiert werden, sondern immer der gesamte Körper gefördert wird. Das Bindegewebe in Form der Faszien spielt hierbei eine wichtige Rolle für unsere Haltung und unsere Bewegungsmöglichkeiten. Wie sehen diese Verbindungen aus und wie kann ich sie in meiner Übungspraxis umsetzen? Wie kann ich meine Übungen sinnvoll modifizieren? Damit werden wir uns in Theorie und Praxis auseinandersetzen.

EUR 74,00 pro Kurs

Vier Kurse

S 302020
dienstags, 9:30 bis 10:25 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

S 302022
mittwochs, 19 bis 19:55 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 18-mal
Jahnhalle

S 302024
donnerstags, 19 bis 19:55 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

S 302026
montags, 18 bis 18:55 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

FASZIENTRAINING

Bitte kommen Sie zu allen Kursen bereits umgekleidet und bringen Sie Ihre eigene Sportmatte mit.

S 302350 / S 302055

Faszientraining & Blackroll

Jutta Neidlein-Strecker

Faszien umhüllen jeden Muskel, jede Muskelfaser, jeden Knochen und jedes Organ. Durch Bewegungsmangel, Überlastung oder Stress kommt es zu Umbauprozessen im Bindegewebe. Die Faszien, die sonst geschmeidig übereinander gleiten, verfilzen, werden spröder und verletzungsanfälliger. Schmerzen und Bewegungsprobleme können die Folge sein. Das Faszientraining erhöht die Belastbarkeit der Sehnen und Bänder und hält den Körper in Form. Wir dehnen, federn, spüren und beleben mit der Blackroll. Wer im Alltag und im Sport beweglich, vital und schmerzfrei bleiben will, sollte etwas für sein Bindegewebe tun.

EUR 74,00 pro Kurs

Zwei Kurse

S 302050
dienstags, 10:30 bis 11:25 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 18-mal
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26

S 302055
freitags, 17:15 bis 18:10 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 18-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG

STEP-AEROBIC

S 302400

Step-Pur

Karin Hofmann

Step bringt den gesamten Körper in Schwung und stärkt mit einfachen Mitteln Ausdauer und Muskulatur - und das gelenkschonend. Richtig angeleitet werden Sie viel Spaß an der Bewegung auf dem Step-Brett haben. Jede Stunde endet mit einem Finale. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

dienstags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 15-mal
Geschwister-Scholl-Schule, Gymnastikraum
EUR 100,50

FITNESS · KONDITIONSGYMNASTIK

S 302410 / S 302415

Callanetics

Roswitha Fetzer

Callanetics wurde gegen orthopädische Beschwerden entwickelt und dient insbesondere der Stärkung der Tiefenmuskulatur. Sanfte, sich häufig wiederholende Übungen stärken die Muskulatur und straffen den Körper. Die von der Kursleiterin vermittelten Aufwärm- und Dehn-

übungen mit Elementen aus dem Beckenbodentraining sowie gezielte Kräftigungsübungen bieten ein abwechslungsreiches und effektives Ganzkörpertraining.

montags, 9:30 bis 11 Uhr
Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26
EUR 67,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
S 302410: Beginn: 5. Sept. 2022, 10-mal
S 302415: Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal

S 302420

Fitness-Cocktail

Sonja Kiefer

In diesem Kurs lassen wir die Sonne rein! Musik, die gute Laune bringt, und Bewegung, die mit viel Spaß die Kondition fördert. Jede Stunde gibt es neue Ideen, um rundum fit zu werden oder zu bleiben. Der ganze Körper wird trainiert, mit Fokus auf Rücken- und Rumpfmuskulatur. Zeit für Stretch und Relax lässt alle entspannt nach Hause gehen. Bitte ein Handtuch, etwas zum Trinken und evtl. warme Socken mitbringen.

montags, 18 bis 19 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 15-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle
EUR 67,00

S 302440

Gymnastik für Frauen

Beweglich sein und bleiben

Regina Queissner

Bewegung tut in jeder Lebenslage gut, denn sie steigert die Lernfähigkeit und erhöht die geistige Flexibilität. Frauen ab 50 profitieren außerdem durch eine Linderung der typischen Symptome der Menopause. Wer Sport treibt, leidet weniger unter Hitzewallungen oder gefühlten Temperatursprüngen. Aber auch Rückenbeschwerden und Herz-Kreislauf-Problemen kann mit gezielten Übungen zur Verbesserung der Kondition und Beweglichkeit begegnet werden.

dienstags, 18 bis 19 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG
EUR 67,00

S 302450 / S 302455

Bodytoning

Bauch-Beine-Po

Christina Hirsch

Beginn: 28. Sept. 2022, 15-mal
Konrad Biesalski Schule (Kreuzberg), Kurt Schumacher Str. 77, Bewegungsraum
EUR 84,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
S 302450: mittwochs, 16:30 bis 17:45 Uhr
S 302455: mittwochs, 18 bis 19:15 Uhr

Bitte kommen Sie zu allen Kursen bereits umgekleidet und bringen Sie Ihre eigene Sportmatte mit. Der Eingang zum Raum in der Konrad-Biesalski-Schule befindet sich übrigens im Innenhof der Schule, Tür Nummer N1.

S 302460

smartAbs

Group Fitness Format
mit strukturierten Übungsabfolgen

Christina Hirsch

smartAbs ist ein Group Fitness Format und basiert auf strukturierten Übungsabfolgen, in welchen Kraft und Koordination für den Bauch- und Core-Bereich in drei Übungssequenzen mit jeweils zwei Durchgängen trainiert werden. Ein intensives Fitnesstraining mit dem Schwerpunkt Muskel-Körperform, unterstützt durch motivierende Musik.
Was bringt smartAbs?

- effektives Bauch- und Coretraining mit einfacher Übungsabfolge
- mentale und körperliche Herausforderung
- kräftigt und strafft die Bauch- und Rumpfmuskulatur
- verbessert Koordination und Wahrnehmung
- optimiert die Körperhaltung
- steigert die Kontrolle und Stabilisation im Core-Bereich

Und das alles in Kombination mit einem sich anschließenden Beweglichkeitstraining bzw. einer Stretchinglektion nach Antara!

Bitte ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

donnerstags, 16:45 bis 17:45 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 15-mal
Konrad Biesalski Schule (Kreuzberg), Kurt Schumacher Str. 77, Bewegungsraum
EUR 67,00

S 302510 / S 302515

Power-Mix

Jutta Neidlein-Strecker

Power-Mix bietet ein Intervalltraining, bei dem Elemente wie Laufen, Hüpfen und Springen kreativ und anspruchsvoll miteinander verbunden werden. Dadurch kann eine umfassende Steigerung der Ausdauer bewirkt werden. Funktionelle Kräftigungsübungen führen zu einer ganzheitlichen Muskelstraffung, ohne komplizierte Choreographien, leicht nachvollziehbar und schweißtreibend.

EUR 74,00 pro Kurs

Zwei Kurse

S 302510
dienstags, 18 bis 18:55 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 18-mal
Jahnhalle

S 302515
freitags, 18:15 bis 19:10 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 18-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG

Augenoptik KUNO besser hören und sehen Hörakustik
Telefon **07951/5123** - Karlstraße 20-22 - 74564 Crailsheim

Ihr Meisterbetrieb in Crailsheim, wenn es um besseres Hören UND Sehen geht!
5. CRAILSHEIMER KUNDENSPIEGEL
Platz 1
BRANCHENSIEGER
Untersucht: 8 AUGENOPTIKER
90,8% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 95,7% (Platz 1)
Beratungsqualität: 94,0% (Platz 1)
Preis-Leistungs-Verhältnis: 82,8% (Platz 2)
Kundenbefragung: 08/2019
Befragte (Optiker) = 712 von N (Gesamt) = 908
www.kundenspiegel.de
MF Consulting Dipl.-Kfm. Dieter Gretl

S 302520

BBP+

Problemzonen-Workout für Figur und Körpergefühl

Anastasia Urbach

Die Kursleiterin vermittelt ein funktionelles, motivierendes und intensives Problemzonentraining mit Hilfsgeräten wie Kleinhanteln und Gummiband. Der Kurs eignet sich für Teilnehmende, denen es um Straffung, Formung und Definition des Gewebes geht, sowie für diejenigen, für die der Fettabbau im Vordergrund steht. Neben Bauch, Beinen und Po werden auch alle anderen Muskelgruppen trainiert. Die Kursstunden sind so aufgebaut, dass sich während jeder Einheit die Belastung steigert, der Körper wird mit super-effektiven Übungen und Cardio-Elementen in Form gebracht.

mittwochs, 18 bis 19 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 14-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG
EUR 63,00

S 302525

BBP

Jutta Neidlein-Strecker

Bauch, Beine und Po zählen zu den größten Muskelgruppen des Körpers. Durch gezielt vermittelte Übungen kommt es zu einem Aufbau der Muskelmasse und einer Erhöhung des Grundumsatzes. Damit werden auch im Ruhezustand, also selbst nach dem Sport, noch vermehrt Kalorien verbrannt. Trainierte Beine und ein starker Rumpf sorgen für eine gute Körperspannung und -haltung.

mittwochs, 18 bis 18:55 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 18-mal
Jahnhalle
EUR 74,00

S 302530 / S 302535

Fit Mix

Jutta Neidlein-Strecker

Fit-Mix ist eine Mischung aus verschiedenen Trainingsformen und stellt ein interessantes Allround-Trainingsprogramm für den ganzen Körper dar, um fit und schlank zu werden oder zu bleiben. Gefördert wird der Aufbau der Muskulatur nicht nur an der Oberfläche, sondern bis in die Tiefe des Halte- und Stützapparates. Das Training für mehr Muskeln und Kraftausdauer inklusive hoher Fettverbrennung.
Bitte bereits in Sportkleidung zum Kurs kommen und eigene Sportmatte mitbringen.

Jagstheim, Begegnungsstätte, Scheererstr. 26
EUR 74,00 pro Kurs

Zwei Kurse

S 302530
mittwochs, 9:30 bis 10:25 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 18-mal

S 302535
donnerstags, 18 bis 18:55 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 18-mal

S 302550

Tabata-Workout

High Intensity Intervall Training

Anastasia Urbach

Die Kursleiterin vermittelt mit Tabata ein hochintensives Intervalltraining (High Intensity Intervall Training). Diese Trainingsmethode eignet sich für alle, die Körperfett reduzieren und ihre allgemeine Ausdauer verbessern möchten. Über einen kurzen Zeitraum von vier Minuten, bestehend aus acht Intervallen, setzt ein Belastungszyklus an einer der großen Muskelgruppen (Beine, Brust, Rücken, Bauch) an. Das schnelle Wechselspiel von Belastung und Erholung beschleunigt die Verbrennung von Körperfett. Damit das Tabata-Training Wirkung zeigt, muss 20 Sekunden Leistung am körperlichen Limit gebracht werden. So wendet der Körper noch Stunden nach dem Training Energie auf, um zu regenerieren und verbraucht selbst in den Ruhephasen weiter Kalorien.

Die Besonderheiten von Tabata sind:
- vier Minuten hochintensives Training: 20 Sekunden Höchstleistung, 10 Sekunden Erholung
- Nachbrenneffekt unterstützt die Gewichtsreduktion
- wenig Zeitaufwand - maximale Fettverbrennung
- verbessert die Ausdauer und regt den Stoffwechsel an
- effektives Kraftausdauertraining

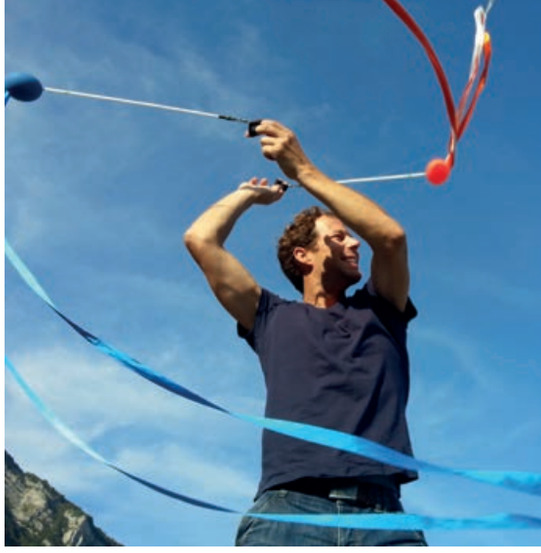
mittwochs, 19:15 bis 20:15 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 14-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG
EUR 63,00

S 302560

Body-Brain-Workout mit Pack-Poi

Uwe Mögel

Pack-Poi sind zwei Bälle in der Größe eines Tennisballs, die an armlangen Schnüren auf Kreisbahnen in verschiedensten Bewegungsmustern vor, hinter, neben und um den Körper herum geschwungen werden können.
Pack-Poi sind breit einsetzbar, ob im persönlichen Gebrauch für den reinen Spaß am Spiel



und der Bewegung, zur Entspannung, für Konzentrationsübungen und für das Training von Gehirn, Fitness und Kreislauf. Selbst im Leistungssport findet die Methode Anwendung, ebenso in der Physiotherapie. Pois lassen sich wunderbar zu Musik spielen, der Takt gibt dann die Frequenz der Drehung an. Die Bewegung mit den Pack-Poi zeichnet sich durch einen hohen Motivationscharakter aus und eignet sich unabhängig vom individuellen Fitnesszustand für alle, ob Profisportler*in oder mit körperlicher Beeinträchtigung. Nebenbei werden der Kreislauf angeregt und trainiert, der Schulterbereich und der Rücken durch die vielfältigen Bewegungsabläufe gestärkt und Verspannungen gelöst.

samstags, 14 bis 16 Uhr
Beginn: 22. Okt. 2022, 3-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle
EUR 27,00

S 302575WX

Bodyfitness - Power-Workout

Online-Kurs

Bianca Scherer, Bewegung und Ernährung (B.A.)

Bringen Sie Ihren Körper in Form. Dieser Kurs bietet ein intensives, abwechslungsreiches, dynamisches und effektives Ganzkörper-Training von zu Hause aus. Nach einem dynamischen Warm-Up werden Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit mithilfe verschiedener Übungen mit dem eigenen Körpergewicht trainiert. Ein Cool-Down mit Mobilisations- und Stretchingübungen rundet die Stunde ab. Gelangen Sie so zu mehr Power und Fitness im Alltag.

Jede*r Teilnehmende kann die Intensität der Übungen selbst bestimmen, weshalb der Kurs für jeden und jede geeignet ist. Der Kurs wird mit der Software Zoom durchgeführt. Sie können ganz entspannt von zu Hause teilnehmen, brauchen lediglich ein internetfähiges Endgerät. Sie erhalten vor dem Kursstart einen Link, mit dem Sie sich am Kurstag einwählen können.

Benötigt werden lediglich etwas Platz, eine Isomatte und ein Handtuch.

In Zusammenarbeit mit der vhs Weingarten. Anmeldung direkt dort: bit.ly/3PFvSrf

montags, 19 bis 19:45 Uhr
Beginn: 7. Nov. 2022, 6-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 24,00

TANZ · ZUMBA · 4STREATZ

S 21425

Tango Argentino
Einführungskurs

Willi Bartelmess

Tango Argentino ist ein anspruchsvoller Tanz, dessen Grundstrukturen und Rhythmik man aber relativ schnell lernen kann, so dass auch Anfänger bereits bald zu einem befriedigenden Tanzerlebnis kommen. Und das ist das Ziel dieses Einführungskurses! Das Grundprinzip ist achtsames „Führen und Folgen" abseits von verabredeten Schrittfolgen. Der Tango Argentino unterscheidet sich dadurch stark vom europäischen Standardtango. Zwar gibt es auch im Tango Argentino Grundstrukturen, diese werden aber im Zusammenhang mit der Musik immer wieder neu und frei kombiniert, dadurch ist der Tango Argentino weicher und kommunikativer. Ideal ist eine Anmeldung zu zweit, sie ist aber nicht zwingend erforderlich.

Bitte mitbringen: Tanzschuhe oder Schuhe mit Ledersohle.

mittwochs, 18:30 bis 19:30 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 6-mal
Freie Waldorfschule Crailsheim, Burgbergstr. 51, Bewegungsraum
EUR 54,00

S 21450

Orientalischer Tanz
für Anfängerinnen und Frauen mit Grundkenntnissen

Manuela Lungu

Zu unterschiedlicher Musik werden Bewegungen und Bewegungsabläufe aus dem Orientalischen Tanz erlernt und zu einem Tanz zusammengefügt.

Bitte mitbringen: Tuch zur Betonung der Hüfte, Gymnastikschuhe oder dicke Socken

montags, 19 bis 20 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 60,00

S 21455

Orientalischer Tanz
für Fortgeschrittene mit guten bis sehr guten Kenntnissen

Manuela Lungu

Tänze aus verschiedenen Stilrichtungen werden ausprobiert und erlernt. Es wird eine Choreografie mit Schwerpunkt Orientalischer Tanz erarbeitet.

Bitte mitbringen: Tuch zur Betonung der Hüfte, Gymnastikschuhe oder dicke Socken

montags, 20 bis 21 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 10-mal
Bürgertreff Roter Buck, Wolfgangstr. 46, Bewegungsraum
EUR 60,00

S 302610

Zumba®
Der Tanz- und Fitnesstrend!

Carina Trautmann

Jeder Zumba-Kurs ist wie eine Party! Machen Sie mit und Sie werden verstehen, was ich meine. Sie müssen nicht tanzen können. Bewegen Sie einfach Ihren Körper und machen Sie nach, was ich Ihnen vormache. Sie werden jede Menge Spaß haben!

Bitte bereits umgekleidet zum Kurs kommen.

freitags, 19:30 bis 20:30 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 14-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle
EUR 72,00

S 302620

4Streatz®
#tanzwiedubist

Carina Trautmann

Was wäre, wenn du in einen Kurs kommst, in dem du so sein darfst, wie du bist? 4Streatz® ist das erste Dance-Fitness-Workout, das sich mit dynamischen Moves an dein Können anpasst. Mit bunt gemischten Musikstilen aus Salsa, Hip Hop und Street Dance treffen wir auch deinen Geschmack. Und ohne feste Choreo ist jede Stunde immer wieder neu. Alle positiven Aspekte zahlreicher Cardio-Training-Konzepte sind hier zu einem innovativen, effektiven Dance Fitness Workout vereint. Don't be shy, sei dabei!

freitags, 18:30 bis 19:15 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 14-mal
Käthe-Kollwitz-Schule, Salzburger Str. 32, Turnhalle
EUR 63,00

S 302630

Tanzen hält jung!
Balsam für Körper, Geist und Seele

Susi Buckel

Schalten Sie schöne Musik ein: Wie wirkt das auf Ihren Körper? Entspannend! Man hat das Gefühl, die Musik in Bewegung umzusetzen. Außerdem ist Tanzen ein hervorragendes Gedächtnis- und Koordinationstraining.
Wir tanzen in der Gruppe nach Musik aus Folklore und Gesellschaftstanz. Alle Tanzformen sind leicht erlernbar. Die Fröhlichkeit des Tanzes gibt Energie für die ganze Woche. Man braucht für diese Tanzformen keinen festen Partner. Auch Alleinstehende können mitmachen.

dienstags, 16:45 bis 17:45 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Gymnastikraum, UG
EUR 67,00

SELBSTVERTEIDIGUNG

S 302705

Frauen wehren sich

Sascha Rosenbaum

Das Selbstverteidigungskonzept, das in diesem Kurs vorgestellt wird, wurde speziell für bedrohliche Situationen und sexuelle Übergriffe gegen Frauen entwickelt und beruht auf aktuellen Erkenntnissen. Der Kursaufbau ist das Ergebnis jahrelanger Erfahrung in der Durchführung von Frauenselbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskursen.

Bitte mitbringen: saubere Turnschuhe, Sportbekleidung, Getränk.

Samstag, 8. Okt. 2022, 14 bis 17 Uhr und
Sonntag, 9. Okt. 2022, 10 bis 13 Uhr
Sportschule Defcon Crailsheim,
Rotebachring 43, Crailsheim
EUR 45,00

S 302710

Wing Do®
Selbstverteidigung
für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Bernd Kleemann

Das Selbstverteidigungstraining für Kinder hat seinen Schwerpunkt im sportlichen Bereich und soll das Selbstbewusstsein und die Durchsetzungskraft des Kindes stärken. Die Kinder trainieren Konzentration, Koordination und Gleichgewicht anhand spielerischer Elemente und lernen sich verbal zu behaupten.

Bitte mitbringen: saubere Turnschuhe, Sportbekleidung.

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 11 Uhr
Realschule zur Flügelau, Turnhalle
EUR 9,00

S 302715

Wing Do®
Selbstverteidigung
für Kinder von 8 bis 11 Jahren

Bernd Kleemann

Kursbeschreibung siehe bei Kurs S 302710 oben. Dieser Kurs richtet sich an die etwas älteren Kinder.

Samstag, 12. Nov. 2022, 11:15 bis 12:15 Uhr
Realschule zur Flügelau, Turnhalle
EUR 9,00

S 302720

Selbstbehauptungskurs für Frauen und Mädchen

Monika Hotel-Kosmalla

Viele Frauen kennen unerwünschte Annäherung, angstbesetzte Situationen oder körperliche Angriffe bzw. die Angst davor. Oder sind sprachlos bei übergriffigem Verhalten. In diesem Selbstbehauptungskurs erlernen und erarbeiten wir gemeinsam Strategien im Umgang mit diesen Situationen. Wir setzen uns mit Möglichkeiten auseinander, sich verbal, taktisch und körperlich zur Wehr zu setzen. Wir üben selbstbewusstes Auftreten, Grenzen setzen, Zivilcourage zeigen und das Organisieren von Unterstützung. Ebenso sind Abwehr-, Befreiungs-, Schlag- und Tritttechniken Teil des Kurses. Körperliche Fitness ist keine Bedingung, jede Frau ist mit ihren individuellen Voraussetzungen willkommen.

Die Kursleiterin ist Diplom-Sozialpädagogin (FH) und durch den Verein „Toleranz durch Bildung e.V." lizenzierte Gewaltschutztrainerin für Frauen und Mädchen.

Bitte mitbringen: saubere Turnschuhe, Sportbekleidung.

Samstag, 19. Nov. 2022, 10 bis 13 Uhr und
Samstag, 26. Nov. 2022, 10 bis 13 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 36,00

OUTDOOR

S 302810

Nordic Walking

Brigitte Gaukler-Lang

Eine Kombination aus Walking, Skilanglauf und Wandern - das ist Nordic Walking. Durch den Einsatz von speziellen Stöcken werden bei diesem für jeden erlernbaren Ausdauertraining die Gelenke geschont und das Herz-Kreislauf-System optimal trainiert. Unter fachlicher Leitung werden Sie in die Technik eingeführt. Bereits bestehende Erkrankungen können positiv beeinflusst werden, bei regelmäßigem Training purzeln überflüssige Pfunde. Nordic-Walking-Stöcke können kostenlos bei der Kursleiterin ausgeliehen werden. Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

montags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 4-mal
Treffpunkt ist der Eingangsbereich der vhs
EUR 36,00

S 302870

Reiten für Erwachsene - für Anfänger*innen
Schnuppersonntag

Nicole Nutsch

In einer konventionellen Reitschule fühlen sich erwachsene Reitanfänger*innen oft nicht wohl. Sie möchten erst einmal in den richtigen Umgang mit dem Lebewesen Pferd eingeführt werden und Vertrauen entwickeln. In diesem Schnupperkurs werden Grundwissen in Umgang, Haltung, Fütterung und Pflege der Pferde sowie Grundkenntnisse im Reiten vermittelt.

Dieser Schnuppertag wendet sich an Menschen mit wenig oder keiner Reiterfahrung, auch ängstliche Reiter*innen sind willkommen. Geübt wird auf unkomplizierten und freundlichen Islandpferden, an frischer Luft in lockerer Atmosphäre und vor allem mit Gleichgesinnten.

Bitte mitbringen: lange Hosen, feste Schuhe, wetterfeste Jacke, Reithelm oder Fahrradhelm. Bei Bedarf kann ein Helm auch kostenlos ausgeliehen werden.

Sonntag, 9. Okt. 2022, 10 bis 16:30 Uhr
Islandpferdegestüt Reußenberg, Hagenhof 42
EUR 99,50
Zum Mittagessen kann nach Absprache mit der Gruppe z.B. Pizza bestellt werden (nicht in der Kursgebühr enthalten).

Beachten Sie auch die pferdbezogenen Kurse und Veranstaltungen für Kinder und Familien in unserem Bereich Gesellschaft · Wissen.

AQUA-GYMNASTIK · AQUA-FITNESS

S 302940 / S 302945 / S 302950

Aqua-Gymnastik
für Frauen und Männer

Antje Weiß

Mit Bewegungsübungen, Körperwahrnehmung und Entspannung im Wasser lernen Sie in diesem Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Ausdauer, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit kennen. Der Auftrieb des Wassers reduziert das Körperge-

wicht, dadurch werden besonders die Wirbelsäule und die Gelenke entlastet. Der Wasserwiderstand bremst schnelle Bewegungsabläufe, somit wird die gesamte Muskulatur des Stütz- und Bewegungsapparats schonend, aber gezielt gekräftigt. Abwechslungsreiche Übungselemente stärken das Herz-Kreislaufsystem, verbessern die Konzentrations- und Orientierungsfähigkeit, schulen den Gleichgewichtssinn, steigern Ausdauer, Fitness und körperliches Wohlbefinden. Kleine Spiele, Partner*innen-Übungen, Dehnungs- und Entspannungsphasen runden das Programm ab. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Berufs- und Familienalltag erweitert.

Hallenbad
EUR 61,50 pro Kurs zzgl. Hallenbadgebühr

Drei Kurse

S 302940
dienstags, 19:05 bis 19:50 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 16-mal

S 302945
dienstags, 19:50 bis 20:30 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 16-mal

S 302950
mittwochs, 19:50 bis 20:30 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 16-mal

S 302960

Aqua-Fitness
für Frauen und Männer

Antje Weiß

Bewegung, Wasser und Musik sind drei wichtige Elemente in unserem Leben. Aqua-Fitness ist eine Kombination dieser drei Elemente. Tauchen Sie ein in ein gelenkschonendes und gleichzeitig effektives Ganzkörpertraining, verbunden mit viel Spaß. Ausdauer und Kraft werden trainiert, Kondition, Koordination und Beweglichkeit verbessert. Dieses Gesundheitsangebot eignet sich für alle Altersgruppen, auch für Untrainierte und junge Mütter, die ihre Babypfunde im Wasser verlieren wollen.

dienstags, 20:45 bis 21:30 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 16-mal
Hallenbad
EUR 61,50 zzgl. Hallenbadgebühr

S 302970 / S 302980

Aqua-Fitness
für Frauen und Männer

Susi Buckel, Doris König

Kursbeschreibung siehe bei Kurs S 302960.

Hallenbad
EUR 57,50 pro Kurs zzgl. Hallenbadgebühr

Zwei Kurse

S 302970
dienstags, 13 bis 13:45 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 15-mal

S 302980
freitags, 20:45 bis 21:30 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 15-mal

KOMPLEMENTÄRE · ALTERNATIVE METHODEN

S 30320

Ayurveda für Anfänger*innen

Susanne Riecker

Dieser Workshop richtet sich an alle, die sich für die Grundlagen dieser alten indischen Methode interessieren. Vorgestellt werden die drei Doshas (Lebensenergien), die im Ayurveda eine zentrale Rolle spielen. Außerdem werden die Prinzipien des Ayurveda für eine gesunde Lebensführung im Einklang mit dem natürlichen Biorhythmus erläutert. Sie erhalten außerdem eine kurze Einführung in die ayurvedische Pulsdiagnose zur Selbstanwendung.

Samstag, 19. Nov. 2022, 14:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 18,00

S 30325RF

Atemtag nach Buteyko
mit Yoga-Elementen

Daniel Laub

Durch ungünstige Atemmuster müssen vor allem Mundatmer auf die Dauer mit gesundheitlichen Einschränkungen wie höhere Infektanfälligkeit und geringere Konzentrationsfähigkeit rechnen. Die Nase als Filter führt der Einatemluft auch Stickstoffmonoxid zum Abtöten von Keimen zu, wärmt die Luft an und befeuchtet sie. Durch Stress und Informationsflut sowie durch die verbreitete Annahme, viel Atmen bringe viel Sauerstoff in den Körper, kann ein unnötig beschleunigtes Atemtempo entstehen. Dadurch geht viel Kohlendioxid verloren, sodass ein Ungleichgewicht von Kohlendioxid und Sauerstoff im Blut entstehen kann. Kohlendioxid ist jedoch wichtig für den Transport des Sauerstoffs vom Blut in die Zellen.

Ziel der Buteyko-Methode ist die Wiederherstellung eines ruhigen, gleichmäßigen Atemflusses durch die Nase. Dr. Konstantin P. Buteyko entwickelte ein einfaches Übungssystem, mit dessen Hilfe sich Beschwerden wie Asthma, Schnarchen, Schlafapnoe, Einschlafstörungen und Konzentrationsstörungen deutlich verbessern lassen - und das ganz ohne Medikamente. Dr. Buteyko griff bei seiner Atem-Methode auch Elemente aus der Atemlehre des Yoga auf und verband sie mit seinen eigenen Beobachtungen und Erkenntnissen.

Der Kursleiter Daniel Laub praktiziert seit 16 Jahren Yoga in der Vini-Tradition und ist seit sechs Jahren Yogalehrer (BDY). 2020 stieß er auf die Buteyko-Methode und war schnell begeistert, da sie alten Yoga-Prinzipien entspricht. Seit seiner Ausbildung zum Buteyko-Trainer bei Volker Schmitz arbeitet er auch als Coach und unterrichtet diese Methode.

Bitte mitbringen: Stoppuhr (in jedem Smartphone installiert), Yoga-Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibsachen für Notizen.

Samstag, 22. Okt. 2022, 10 bis 17 Uhr
vhs, Konvent
EUR 20,00 für vhs-Kursleitende bzw. EUR 50,00 für Externe (inkl. Skript mit Übungen)

GESUNDHEITSPFLEGE

S 30400

Aromawellness
mit ätherischen Ölen

Tamara Reu

Die Natur schenkt uns unglaublich viel. In diesem Kurs werden die Einsatzmöglichkeiten von 100% reinen und natürlichen ätherischen Ölen vermittelt. Bei einem interaktiven Vortrag kann jede*r selbst erleben wie ätherische Öle wirken, warum sie wirken und welche Anwendungsmöglichkeiten es gibt. Die Kraft der Natur ist unbezahlbar.

Jede*r Teilnehmende bekommt ein Skript mit nach Hause und ein kleines Öl zum Testen. Mitbringen müsst ihr nur gute Laune.

Mittwoch, 12. Okt. 2022, 19 bis 20:30 Uhr
vhs, Konvent
EUR 9,00

S 30410

Naturkosmetik selbstgemacht
Gesunde Hautpflege für die ganze Familie

Inès Hermann

Viele Inhaltsstoffe, die in der industriellen Fertigung eingesetzt werden, dienen ausschließlich der Haltbarkeit und Stabilität der Produkte. Wer über die Zusammensetzung der Inhaltsstoffe selbst bestimmen möchte, sollte seine Kosmetik selbst machen und kann so potenzielle Allergieauslöser meiden. Die empfindliche Haut von Babys und Kindern hat besondere Bedürfnisse, daher werden wir auch näher auf die Herstellung spezieller Pflegeprodukte für Kinder eingehen. Sie erfahren, warum Naturkosmetik aus wertvollen Pflanzenölen, ätherischen Ölen und Blütenwasser gesund für die Haut ist. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen, um selber aus pflanzlichen Rohstoffen Cremes, Shampoos, Masken, Emulsionen und Salben herzustellen zu können.

Bitte mitbringen: einige saubere Cremetiegel oder Schraubgläser, um die individuell angefertigten Produkte zu transportieren. Zusätzliche Kosten für Material ca. EUR 6,00.

Samstag, 15. Okt. 2022, 10:30 bis 15:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 28,50

S 30420

Cremes und Tinkturen für die Schönheit
Kräuter-Workshop

Alexandra Abredat

Die Verwendung von Kräutern in Cremes und Tinkturen ist seit langem bekannt. Selbermachen ist mit einer guten Anleitung nicht schwer. Wir erhalten umweltschonende Kosmetik aus der Natur, ohne Chemie, ohne haut- und umweltschädliche Stoffe - dafür mit der Kraft der Pflanzen. Heilkräuter und -pflanzen schenken uns die besten Inhaltsstoffe zur Pflege und Reinigung. Neben den pflegenden und sensorischen Eigenschaften von Wild- und Gartenkräutern vermittelt die Kursleiterin Wissenswertes über die Eigenschaften, Unterschiede und Anwendungszwecke von Tinkturen, Ölauszügen, Salben und Cremes.
Nach einem nichtalkoholischen Begrüßungscocktail gibt es zunächst eine kurze theoretische Einführung in verschiedene Kräuter und Produkte. Anschließend werden eine Creme, ein Shampoo und eine Lotion selbst hergestellt.

Bitte mitbringen: drei kleine Schraubgläser. Material- und Kopierkosten für Rezeptheft in Höhe von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 5. Nov. 2022, 14:30 bis 17 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00

S 30440

Grüner und gesünder putzen
Ökologische Haushaltsreiniger selbst herstellen

Inès Hermann

Es ist bekannt, dass viele konventionelle Haushaltsreiniger nicht nur gefährlich für die Umwelt, sondern auch schädlich für die Haut sind. Zum Glück gibt es altbewährte Wirkstoffe pflanzlichen und mineralischen Ursprungs als preiswerte Alternative. Diese gesunde Sauberkeit kann ohne viel Aufwand selbst hergestellt werden. Natürliche Düfte erfrischen nicht nur Küche und Bad, sondern auch die Seele. In diesem Kurs erfahren Sie, wie klassische Putzmittel einfach selbst hergestellt werden können.

Bitte mitbringen: saubere Flaschen/Schraubgläser für die Putzmittel. Materialkosten von ca. EUR 4,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 26. Nov. 2022, 10:30 bis 15:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 28,50

KÖSTLICHES · GESUNDES AUS ALLER WELT

Auch in diesem Semester bietet die vhs Crailsheim wieder eine große Bandbreite an Kochkursen an. Diese finden bereits seit mehreren Jahren in der freundlichen Atmosphäre der Schulküche an der Geschwister-Scholl-Schule in Ingersheim, Ingersheimer Hauptstraße 50, statt (Ausnahmen sind gekennzeichnet). Die Küche ist mit mehreren Kochnischen ausgestattet, so dass alle Teilnehmer*innen gleichzeitig kochen können.

Vergessen Sie nicht, zu den Kochabenden eine Schürze, ein Geschirrtuch und kleine Behälter für Kostproben mitzubringen. Lebensmittelkosten werden vor Ort mit den Kursleiter*innen abgerechnet.

Bitte beachten: Bei Abmeldungen am Kurstag müssen neben der Kursgebühr auch die Lebensmittelkosten gezahlt werden.

S 30500

Indische Küche „Ratjastan“

Pakwipa Strahl

Die Kursleiterin stellt gesunde indische Gerichte wie Samosas, Curry, Chutney und Co. mit Originalzutaten zu einem leckeren Menü zusammen.

Lebensmittelkosten in Höhe von ca. EUR 13,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte Tupperdose und Geschirrtuch mitbringen.

Mittwoch, 12. Okt. 2022, 18 bis 22 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 20,50

S 30505

Herbstliches Gemüse fermentieren

Margarete Sprenger, ärztlich geprüfte Naturheilkunde-Beraterin DNB

Das kontrollierte Vergären von rohem Gemüse und anderen Nahrungsmitteln ist eine der ältesten Konservierungsmethoden. Unsere Vorfahren legten auf diese Weise in den erntereichen Jahreszeiten ihre Vorräte für die mageren Zeiten an. Heute wissen wir, dass bei der Fermentation alle Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme erhalten bleiben und darüber hinaus weitere Vitamine durch natürliche Umbauvorgänge gebildet werden. Vitalstoffe und Milchsäurebakterien sorgen unter anderem dafür, dass Eisen aus der Nahrung besser aufgenommen wird. Immer mehr Menschen entdecken den Genuss, die positiven körperlichen Auswirkungen und die Freude am kreativen Zubereiten von Sauerkraut, Kimchi & Co. Beim Herstellen von zwei Fermenten lernen wir die Grundregeln des aufwertenden Haltbarmachens kennen.

Bitte mitbringen: ein großes Schneidebrett, ein großes scharfes Messer, ein kleines Küchenmesser, einen Sparschäler, zwei große Schüsseln, eine Waage (wenn möglich) und ein Geschirrtuch. Lebensmittelkosten von ca. EUR 10,00 sowie zwei Gläser für jeweils EUR 5,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 22. Okt. 2022, 14:30 bis 18 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 21,00

S 30510

Veganes Kimchi und würzige Fermente herstellen

Margarete Sprenger

Die koreanische Haltbarmachung wird bis heute von Generation zu Generation weitergegeben, jede Familie hat ihre eigene Rezeptur. Man nimmt an, dass das Fermentieren von Gemüse wie auch in anderen Kulturen dazu diente, es mit seinen vielen Vitaminen, Mineralien und Enzymen für die strengen Winter in dieser Region zu bevorraten. Heute wissen wir, dass bei dieser Art des Konservierens alle Inhaltsstoffe erhalten bleiben und darüber hinaus weitere Vitamine durch natürliche Umbauvorgänge gebildet werden. Wer gerne scharf isst, wird hier zwei Varianten der Herstellung von milchsauer vergorenem Gemüse ohne Fischsauce kennenlernen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, großes scharfes Messer, neue Küchen- oder Einmalhandschuhe. Lebensmittelkosten von ca. EUR 11,00 sowie zwei Gläser für jeweils EUR 5,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 29. Okt. 2022, 14:30 bis 18 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 21,00

S 30515WX

Leichte Snacks zur Mittagspause

Online-Kursreihe

Stephanie Lehmann, Ernährungsberaterin

Mittagspause heißt: weg von der Arbeit, aktiv werden, in Kontakt kommen und sich gut versorgen. All das liefert unsere Video-Koch-Konferenz zur Mittagspause. Treffen Sie nette Leute virtuell in Ihrer eigenen Küche, entdecken Sie neue Rezepte für eine frische und leichte Kost und werden Sie aktiv beim Schnibbeln und Werkeln. Anschließend steht der perfekte Mittagssnack bereit: Suppe, Salat oder Sandwich - immer frisch und mit dem gewissen Etwas. Wir bereiten Single-Portionen zu, diese können auch erweitert werden, evtl. brauchen Sie dann beim Mitkochen noch eine „Schnibbelhilfe".

mittwochs, 12 bis 13 Uhr
Beginn: 9. Nov. 2022, 4-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 58,00 Gebühr pro Haushalt

S 30516WX

Das nachhaltige Adventsmenü

Online-Kochkurs

Stephanie Lehmann

Food for Future mit Fleisch: Lecker und gesund essen und damit das Klima und den Geldbeutel schonen: Das geht mit nachhaltiger Küche. „Food for future" gibt Ihnen neue Impulse für Ihren kulinarischen Alltag und hält Sie fit mit vitaler Kost. Sie kochen gemeinsam mit der Dozentin ein einfach umzusetzendes 3-Gang-Menü in Ihrer eigenen Küche. Weihnachtlich und festlich kochen wir ausnahmsweise mit Fleisch und Sie erfahren, wie Sie auch im ganzen Jahr mit dem Thema Fleisch nachhaltiger umgehen können.
Alle - auch die Kinder - dürfen mitkochen!

Dienstag, 6. Dez. 2022, 17:30 bis 19:45 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 25,00 Gebühr pro Haushalt

S 30517WX

Das nachhaltige Menü im Winter

Online-Kochkurs

Stephanie Lehmann

Lecker und gesund essen und damit das Klima und den Geldbeutel schonen: Das geht mit nachhaltiger Küche. „Food for future" gibt Ihnen neue Impulse für Ihren kulinarischen Alltag und hält Sie fit mit vitaler Kost. Sie kochen gemeinsam mit der Dozentin ein schnelles und einfach umzusetzendes 3-Gang-Menü in Ihrer eigenen Küche. Konsequent nachhaltig bleiben wir dabei vegetarisch. Im Kurs erfahren Sie alles über die Grundlagen des nachhaltigen Kochens und auch die Resteverwertung.
Alle - auch die Kinder - dürfen mitkochen!

Dienstag, 17. Jan. 2023, 17:30 bis 19:45 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 23,00 Gebühr pro Haushalt

Bei den Online-Kochkursen mit Stephanie Lehmann erhalten Sie ein paar Tage vor dem Kurs eine E-Mail mit der Zutatenliste zum Mitkochen sowie weiterführende Informationen über die (technische) Vorbereitung, Registrierung und Kurscode. Genutzt wird das Webkonferenz-System Zoom. Bitte verwenden Sie den Test-Link, um die erforderlichen Komponenten zu installieren und Ihr technisches System zu testen: https://zoom.us/test.

Voraussetzungen: PC/Laptop mit Internetzugang, Webcam, Mikrofon/Headset, Lautsprecher

Zusammen mit der vhs Unterland.

S 30518WX

Wie wir gesunde Ernährung auf den Teller bringen

Online-Kursreihe

Stephanie Lehmann

Diese Online-Kursreihe übersetzt die Theorie in die Praxis. Und die bedeutet: Aktiv kochen und genießen. Denn ohne Freude und was Leckeres auf dem Teller, kann der Einstieg in eine gesundheitsförderliche Ernährung nicht gelingen.
Die Kursthemen basieren auf den Bausteinen der Ernährungspyramide und den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Zu allen Themen kochen wir kreative und leckere Rezepte. Dem gemeinsamen und interaktiven Kochen via Videokonferenz geht immer eine kleine theoretische Einführung voraus. Sie haben dabei immer die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

mittwochs, 17:30 bis 19:30 Uhr
Beginn: 18. Jan. 2023, 5-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 107,00 Gebühr pro Haushalt

S 30520

Thailändische Küche

mit Frühlingsrolle, Suppe, Curry ...

Pakwipa Strahl

Die enorme Vielseitigkeit der thailändischen Küche macht eine Reistafel zu einem bunten, gaumenkitzelnden und gesunden Vergnügen. Ob exotische Gewürze und frische Kräuter, Gemüse, Kokosmilch, Chili - den Möglichkeiten an Zutaten sind keine Grenzen gesetzt. Neben der Heranführung an die thailändische Küche vermittelt die Kursleiterin Einblicke in Esskultur und Lebensgewohnheiten in Thailand.

Lebensmittelkosten in Höhe von ca. EUR 13,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte Tupperdose, Geschirrtuch, Schürze, Getränk und, falls vorhanden, Wok mitbringen.

Freitag, 11. Nov. 2022, 18 bis 22 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 20,50

S 30525

Schnelle After-Work-Küche

Kräuter-Workshop

Alexandra Abredat

Am liebsten halten wir uns in der Küche auf! Nach einem nichtalkoholischen Begrüßungscocktail liegt unser Fokus auf frischen Zutaten aus Garten und Natur. Daraus wollen wir gesunde Leckereien zaubern, die sich ohne großen Aufwand auch in einen vollgepackten Arbeitstag integrieren lassen. Nach einer Einführung in die Welt der Wild- und Gartenkräuter mit ihren gesundheitsfördernden Wirkungen werden wir schnelle vegetarische Gerichte zaubern, die den Alltag vergessen lassen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Aufbewahrungsgefäße. Lebensmittel- und Kopierkosten für Rezeptheft in Höhe von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 12. Nov. 2022, 14:30 bis 17 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00

S 30527

Weihnachtliche Geschenke aus dem Thermomix®

Marina Hauber

Wir bereiten verschiedene leckere weihnachtliche Köstlichkeiten zum Verschenken oder Selberessen zu: Marmelade, Liköre, Konfekt, herzhafte Snacks, Gebäck und kleine Mitbringsel mit netten Verpackungen und bunten Etiketten. Dies ist keine Verkaufsveranstaltung.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch und ein Getränk. Kosten für Lebensmittel und Rezeptheft werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet (ca. EUR 10,00).

Dienstag, 15. Nov. 2022, 18:30 bis 22:15 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 22,50

S 30530

Weihnachtsplätzchen backen

Backkurs für Kinder ab 6 Jahren

Sonja Breuninger

Wir backen zusammen leckere, einfache Weihnachtsplätzchen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Behälter für die Plätzchen und ein Getränk. Lebensmittelkosten von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 15 bis 18 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 13,50

S 30535

Essen über 50

Christina Eberlein

Ein Kurs für alle, die wissen wollen, wie gesunde und nachhaltige Ernährung um die Lebensmitte aussehen kann. Wir kochen leichte, aber leckere Gerichte für jeden Tag und Besonderes für Gäste. Auch unerfahrene Köchinnen und Köche sind willkommen.

Zusammen mit dem Stadtseniorenrat Crailsheim.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, kleine Behälter für Kostproben und ein Getränk. Kosten für Zutaten von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Donnerstag, 17. Nov. 2022, 18 bis 21 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00 bzw. EUR 16,00 für Mitglieder des Stadtseniorenrats

S 30540 / S 30542 / S 30544

Weihnachtsplätzchen
Alles auf einmal!

Sonja Breuninger

Wie Sie weihnachtliche Leckereien ganz leicht selber herstellen können bzw. wie Ihnen diese noch besser gelingen, zeigt Ihnen in diesem Kurs Sonja Breuninger. In geselliger Runde stellen Sie gemeinsam mehrere Plätzchen-Variationen wie Mohnstangel, Dattel-Softies, Orangenblätter, Kokos-Limetten-Taler und Baileys-Kugeln her, die selbstverständlich allesamt mit nach Hause genommen werden können. Kinder dürfen nach Rücksprache mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Behälter für die Plätzchen und ein Getränk. Lebensmittelkosten von ca. EUR 18,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 22,50 pro Kurs

Drei Kurse:
S 30540: Freitag, 18. Nov. 2022, 16 bis 21 Uhr
S 30542: Samstag, 19. Nov. 2022, 13:30 bis 18:30 Uhr
S 30544: Dienstag, 22. Nov. 2022, 16 bis 21 Uhr

S 30545

Vegetarisches Menü mit Kräutern
für die Festtage

Alexandra Abredat

Weihnachten steht vor der Tür und damit die Frage, was kochen für Familie und Gäste. Neben der gemeinsamen Zubereitung eines leicht nachzukochenden vegetarischen Menüs, gewürzt mit feinen Kräutern, wird die Kursleiterin viel Wissen über gesundheitsfördernde sowie sensorische Eigenschaften von Wild- und Gartenkräutern und ihrer Verwendung in der Küche vermitteln.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Aufbewahrungsgefäße. Lebensmittel- und Kopierkosten für Rezeptheft in Höhe von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 3. Dez. 2022, 14:30 bis 17 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00

S 30550

Darm in Not?!
Gesunde Ernährung für den Darm

Margarete Sprenger

Forscher*innen fanden im Rahmen einer Studie zum Human Microbiome Project (HMP) heraus, dass die Artenvielfalt der im Darm lebenden Mikroorganismen bei Menschen in industrialisierten Ländern um ca. ein Drittel geringer ist als bei naturnah lebenden Völkern. Offensichtlich haben die Billionen Bakterien in und auf unserem Körper einen immensen Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden: Verdauung, Steuerung des Nerven- und Immunsystems, Hormonbildung, Nährstoffproduktion und mehr ist nur dank dieser Organismen möglich, die von Anbeginn mit uns leben. Können wir „mit Messer und Gabel" die Bakterien, die uns dienen, unterstützen?

An diesem Nachmittag bekommen Sie sowohl einige Erkenntnisse aus der Forschung als auch Beispiele der Umsetzung in unseren Alltag „serviert". Außerdem lernen Sie wie man ein leckeres Ferment ansetzt, das Sie dann mit nach Hause nehmen und dort den Bakterien bei der Arbeit im Glas zuschauen können.

Bitte mitbringen: Schneidebrett, Küchenmesser, Sparschäler, Geschirrtuch, eine Schüssel und ein Gefäß zum ggf. Gemüsereste mitnehmen. Lebensmittelkosten von ca. EUR 3,50 sowie ein Glas für EUR 2,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 3. Dez. 2022, 14:30 bis 18 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 21,00

S 30555

Weihnachtliche Cupcakes backen und dekorieren
Ein Gaumen- und Augenschmaus

Svenja Reinwald

Ein Fest für die Sinne: Cupcakes, kleine Kuchen, die in einer tassengroßen Form gebacken werden, sind die herausgeputzten Halbschwestern des süßen Muffins und kommen in mindestens genauso vielen Varianten daher: mal mit Zitrone, mal als Schoko- oder als Vanille-Cupcake. Der Vielfalt der Rezepte und der Kreativität beim Backen und Verzieren sind keine Grenzen gesetzt.

Die Kursleiterin stellt ein Grundrezept vor und führt in die Herstellung von Buttercreme ein. Mit einem vorbereiteten Frischkäse-Topping werden unterschiedliche Spritztechniken ausprobiert. Vermittelt werden Tipps und Tricks, wie Cupcakes besonders saftig gelingen und damit zu einem besonderen vorweihnachtlichen Mitbringsel für Freunde und Familie werden.

Bitte mitbringen: Schürze, Spül- und Geschirrtuch.

Samstag, 10. Dez. 2022, 14 bis 17 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 33,50 inkl. EUR 18,00 für Lebensmittel- und Materialkosten sowie vier Cupcakes zum Mitnehmen, Getränk und Snack

S 30560

Geschenke aus der Küche

Christina Eberlein

Selbstgemachtes aus der Küche verschenkt man besonders gerne an liebe Freunde. Wir bereiten ca. zehn verschiedene kleine Geschenke zu und verpacken sie auch gleich.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Getränk, zwei kleine Marmeladengläser und ein bis zwei kleine verschließbare Flaschen. Kosten für Zutaten und Verpackung von ca. EUR 10,00 bis 12,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Mittwoch, 14. Dez. 2022, 18 bis 21 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00

S 30565

Köstliche Overnight Oats

Birgit Köhnlein

Das Frühstück schafft eine wichtige Grundlage für den Tag. Aber wer nimmt sich morgens vor der Arbeit die Zeit, ein frisches, gesundes Frühstück vorzubereiten? Die Flocken-Mahlzeit (Hafer,

Emmer, Einkorn) wird am Vorabend zubereitet und über Nacht zum Quellen in den Kühlschrank gestellt. Durch die Zugabe von Früchten, Nüssen und Gewürzen lassen sich aus dem Grundmaterial im Handumdrehen köstliche Power-Flocken zubereiten. Flocken sättigen lange und beugen dank komplexer Kohlenhydrate, Ballaststoffen, wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen Heißhungerattacken vor. In ein Schraubglas gefüllt, gibt es den Overnight Oat „to go"!

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, kleine Behälter für Kostproben. Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. EUR 8,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Donnerstag, 12. Jan. 2023, 19 bis 20:30 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 11,00

S 30570

Ayurvedisch kochen - Lebensfreude pur!

Winterküche

Annette Eichberg

Welche Rolle kann eine gute Ernährung für unsere Gesundheit spielen? Wir erfahren, wie wichtig die Qualität und Herkunft der Lebensmittel und die Art der Zubereitung, der Tages- und Jahreszeiten sind. Wir kochen nach einfachen, leckeren Rezepten, saisonal und regional und genießen die Speisen dann bei einem gemeinsamen Abendessen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Gemüsemesser und kleine Behälter für Kostproben. Kosten für Lebensmittel werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 14. Jan. 2023, 15 bis 18:30 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 19,50

S 30575 / S 30580 / S 30585

Kochen mit Waldemar Pazurek

Einfach kochen und genießen!

Waldemar Pazurek

Kennen Sie das? Sie haben Lust, etwas Leckeres zu kochen und anschließend mit einem Gläschen Wein zu genießen, Ihnen fällt aber nichts so recht ein! Oder Sie laden Freunde ein und möchten mit ihnen einen netten, geselligen Abend verbringen? Was wäre so ein Abend ohne kulinarische Umrahmung! Dieser Kochkurs soll Ihnen für solche Situationen ein paar Ideen bringen - und nicht zuletzt soll dieser Abend wie ein Treffen mit Freunden sein, mit sehr viel Spaß, leckerem Essen und einem Gläschen Wein!

Der Küchenmeister Waldemar Pazurek arbeitete u.a. für Sterne-Restaurants wie z.B. die Schwarzwaldstube im Hotel Traube Tonbach und erkochte im Restaurant Eisenbahn in Schwäbisch Hall einen Stern. Seit einigen Jahren ist er an der Crailsheimer Eugen-Grimminger-Schule tätig und dort in erster Linie für die Auszubildenden der Gastronomie zuständig.

Bitte mitbringen: Kochschürze und Schreibutensilien. Kosten für die Lebensmittel in Höhe von EUR 45,00 pro Person werden direkt mit dem Kursleiter abgerechnet.

Eugen-Grimminger-Schule, Küche
EUR 61,50 pro Kurs inkl. Rezepten, Softgetränken und Kaffee sowie Wein zum Menü

Drei Kurse:
S 30575: Samstag, 14. Jan. 2023, 16 bis 22 Uhr
S 30580: Samstag, 21. Jan. 2023, 16 bis 22 Uhr
S 30585: Samstag, 28. Jan. 2023, 16 bis 22 Uhr

Gerne können - bei rechtzeitiger Reservierung - Partner*innen am gemeinsamen Abendessen (ab ca. 18:30 Uhr) teilnehmen. Der Inklusivpreis hierfür (ohne Kochkurs) beträgt EUR 60,00 pro Person.

S 30578

Nachhaltigkeit beginnt im Kochtopf

Christina Eberlein

Gutes Essen schmeckt mit gutem Gewissen noch besser. Hier erfahren Sie, dass Nachhaltigkeit schmeckt! Wir kochen mit saisonalen und regionalen Produkten leckere Gerichte. Sie erfahren wie im Alltag ohne großen Aufwand ein Beitrag für die Umwelt und für die Gesundheit geleistet werden kann. Beim Essen werden weitere Tipps und Anregungen zu ausgewogener Ernährung ausgetauscht. Kochkenntnisse sind keine Voraussetzung für die Teilnahme. Geeignet für Singles, Paare, Freundinnen, Freunde und Familien. Bei Anmeldung bitte Unverträglichkeiten bzw. Allergien angeben oder bei einer Online-Anmeldung im Bemerkungsfeld eintragen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch und Behälter für Speisereste. Lebensmittelkosten von ca. EUR 8,00 werden direkt mir der Kursleiterin abgerechnet.

Mittwoch, 18. Jan. 2023, 18 bis 21 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 18,00

S 30590

Gewürze fürs Gehirn

Margarete Sprenger

Wer schon mal bei akuten Zahnschmerzen auf eine Gewürznelke gebissen hat oder bei Muskelschmerzen eine Salbe mit Chili einmassiert hat, weiß bereits, welches Potenzial Gewürzen innewohnt. Als tägliche Begleiter in der Ernährung können die „bioaktiven Pflanzenstoffe" auch eine Rolle für unser Gehirn spielen. So gibt es zum Beispiel Gewürze, die Konzentration und Gedächtnis fördern, andere können die Stimmung heben, wieder andere vermögen, Stressfolgen zu dämpfen. Mit allen Sinnen erforschen Sie die Geheimnisse von ausgewählten Gewürzen und bereiten ein Knuspergewürz, eine Suppe, ein Hauptgericht und eine Nascherei zu.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Einmalhandschuhe, zwei kleine Vorratsgefäße. Lebensmittelkosten von ca. EUR 11,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 4. Feb. 2023, 14:30 bis 18 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 21,00

S 30595

Brasilianische Spezialitäten

Amanda Nunes-Holzer

Die gebürtige Brasilianerin Amanda Nunes-Holzer stellt verschiedene Spezialitäten aus ihrer Heimat vor und gibt einen Einblick in Esskultur und Lebensgewohnheiten.

Lebensmittelkosten in Höhe von ca. EUR 10,00 werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte Schürze, Tupperdose und Geschirrtuch mitbringen.

Samstag, 11. Feb. 2023, 14 bis 18 Uhr
Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche
EUR 20,50

SPRACHEN

IN DER WELT ZUHAUSE

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

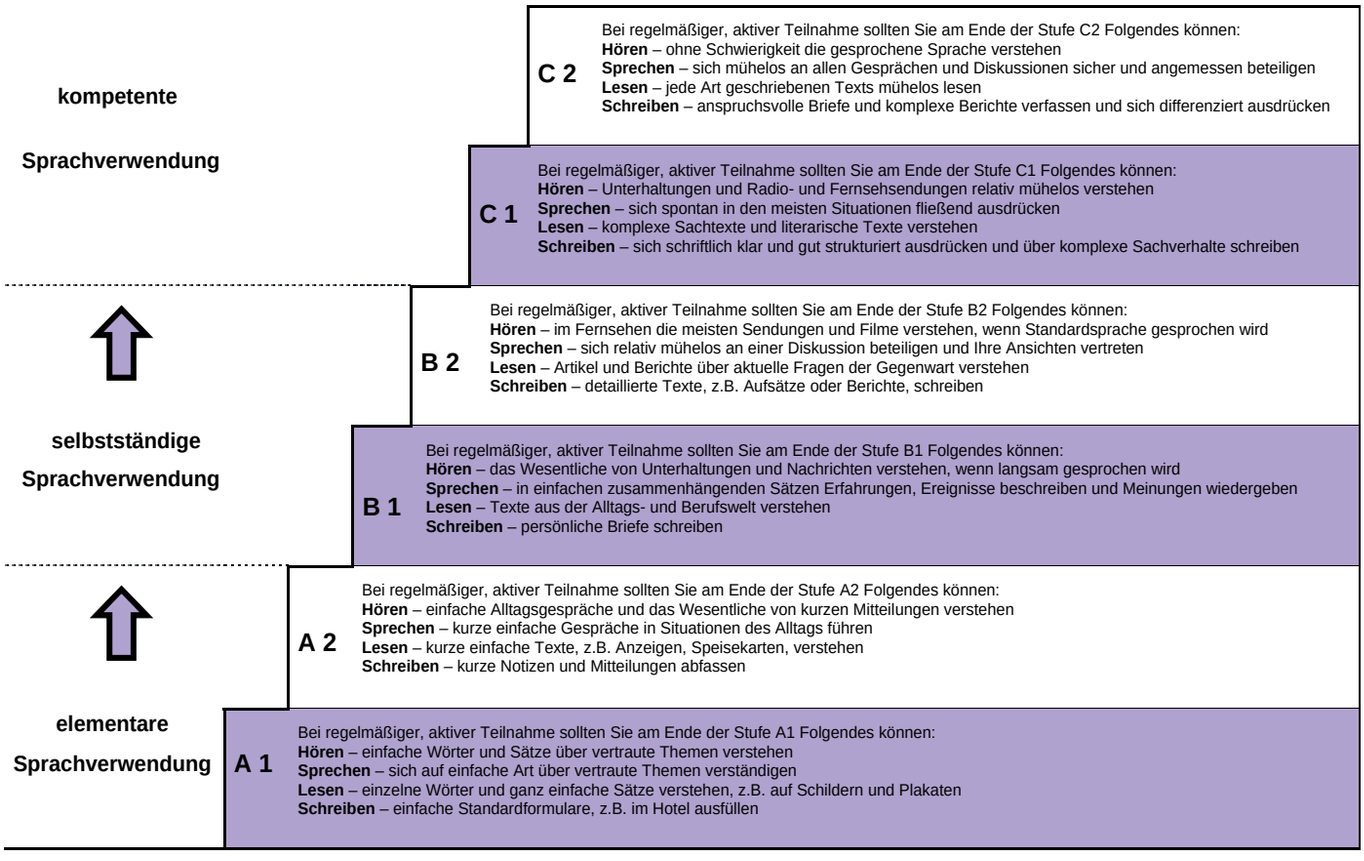
Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen" zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Arabisch 65
Chinesisch 65
Deutsch als Zweitsprache 65
Deutsch als Muttersprache 68
Englisch 68
Französisch 69
Italienisch 70
Japanisch 71
Koreanisch 72
Niederländisch 72
Polnisch 72
Portugiesisch 73
Russisch 73
Schwedisch 73
Spanisch 73
Türkisch 74

DER GEMEINSAME EUROPÄISCHE REFERENZRAHMEN (GER)



Europäischer Referenzrahmen

Die Sprachkurse der vhs Crailsheim folgen der Systematik des **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).**

Der GER ist ein europäisches Stufenmodell, das die jeweiligen sprachlichen Fertigkeiten in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen festlegt (A1, A2, B1, B2, C1, C2). Eine genauere Beschreibung finden Sie auf dem Schaubild oben.

Kurswechsel

Der Wechsel in einen anderen Sprachkurs oder ein anderes Niveau ist (nach Maßgabe der freien Plätze) nur nach der ersten Sitzung möglich und muss persönlich in der Geschäftsstelle, schriftlich oder telefonisch erfolgen. Mündliche Ab- oder Ummeldungen bei der Kursleitung sind nicht möglich.

Sprachkurse und Preise

Die Kurspreise gelten für die jeweils angegebene Mindestteilnehmerzahl („ab x Personen"). Bei abweichenden Teilnehmerzahlen wird die Kursgebühr neu kalkuliert und im Kurs bekannt gegeben. Alternativ oder in Kombination kann der Kurs auch gekürzt werden.

Die Kurspreise der Standardkurse sind gemäß der Tabelle unten gestaffelt. Davon abweichende Preise enthalten andere Umlagen wie z.B. Unterrichtsmaterialien.

Bei Kursen in der Kleingruppe profitieren Sie von der intensiven Lernatmosphäre.

Beratung

Während des Semesters bieten wir nach vorheriger Terminabsprache eine offene Beratung für alle Sprachkurse an.

Firmenkurse

Auf Wunsch bieten wir Firmen, Vereinen oder anderen Gruppen ab drei Personen Sprachkurse nach Maß oder auch Einzelunterricht und individuelle Coachings an.

Für nähere Informationen stehen Ihnen **Kadri Peterson** (Fremdsprachen) unter Tel. 07951 403-3817 und **Patrizia Petrou** (Deutsch als Zweitsprache) unter Tel. 07951 403-3815 gerne zur Verfügung.

Gebührentabelle für Sprachkurse

Termine		15	14	12	10	8	5
Unterrichtseinheiten à 45 Min.		30	28	24	20	16	10
Teilnehmende	8	100,50 €	94,00 €	80,50 €	67,00 €		
	7	115,00 €	107,00 €	92,00 €	76,50 €		
	6	134,00 €	125,00 €	107,00 €	89,50 €		
	5	161,00 €	150,00 €	128,50 €	107,00 €	86,00 €	
	4	201,00 €	187,50 €	161,00 €	134,00 €	107,00 €	67,00 €
	3			214,50 €	178,50 €	143,00 €	89,50 €
	2				268,00 €	214,50 €	134,00 €

ARABISCH

S 40150

Arabisch A1 in der Kleingruppe
für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Said Ouabbou

Sie erlernen Grundlegendes zur arabischen Sprache und Schrift und erfahren Interessantes zu Ländern und Kultur der arabischen Welt. Der Dozent ist Übersetzer und Dolmetscher, spricht Arabisch als Muttersprache und arbeitet seit über 10 Jahren als Kursleiter an der vhs.

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2: Arabisch für Anfänger, ISBN 978-3125288355

Samstag, 15. Okt., 12. Nov., 26. Nov., 10. Dez. 2022, und 21. Jan. 2023, jeweils 9 bis 12 Uhr
vhs, Raum 20
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

CHINESISCH

S 40200

Chinesisch A1 in der Kleingruppe
für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Junke Hasel

montags, 17:30 bis 19 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

S 40209W

Chinesisch mit Business-Knigge A1 - Onlinekurs
für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Liisi Karindi

In diesem neuen Crashkurs für den Einstieg in die chinesische Sprache werden Sie auf eine ganz besondere und intensive Art auf Ihren dienstlichen Austausch mit Geschäftspartnern aus China vorbereitet. Nach einer Einführung in die Sprache werden die Unterschiede zwischen schriftlicher und gesprochener Sprache dargestellt. Es folgen erste Ausspracheübungen (u.a. der fünf Töne). Sie erlernen Begrüßungsformen sowie Siezen und Duzen auf Chinesisch: Nin/Ni hao! Ebenfalls lernen Sie die passende Anrede von Frau und Mann oder gemäß Position: Li nüshi, Wang xiansheng, Zhang jingli.
Interkulturelle Besonderheiten, wie z.B. das „Gesicht" (auf Chinesisch „mianzi") und dessen Bedeutung für Ihre Geschäftsbeziehungen, werden ebenfalls berücksichtigt. Im praktischen Teil lernen Sie, sich auf Chinesisch vorzustellen, sich zu bedanken und zu verabschieden. Auch Höflichkeitsformen wie z.B. sich nach dem Wohlergehen zu erkundigen, stehen auf dem Programm. Dabei wird insbesondere das „Nein" auf chinesische Art behandelt, das eine Herausforderung in Kommunikation und Planung bedeuten kann.

samstags, 14:00 bis 15:00 Uhr
Beginn: 17. September 2022, 5-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 117,00 (ab 3 Personen)

S 40235

Chinesisch A1.8
für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Junke Hasel

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

freitags, 17:30 bis 19 Uhr
Beginn: 14. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 23
EUR 67,00 (ab 8 Personen)

S 40067RF

Spiele und Bewegung im Sprachenunterricht
Regionale Fortbildung für Lehrkräfte

Dorothee Stutz

Bewegung im Unterricht erleichtert die Konzentration, regt den Stoffwechsel an, erhöht die Motivation und steigert damit den Lernerfolg. Spiele lockern die Atmosphäre, bringen Neues, vielleicht Unerwartetes, fördern Austausch und Begegnung...
Das sind einige der vielen guten Gründe, um gemeinsam Erfahrungen auszutauschen, Neues kennenzulernen und Material an die Hand zu bekommen, um den Unterricht immer wieder abwechslungsreich und anregend zu gestalten. Die Fortbildung richtet sich gleichermaßen an DaF- und Fremdsprachenlehrer*innen.

Samstag, 19. Nov. 2022, 10 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 20,00 für vhs-Kursleitende bzw.
EUR 50,00 für Externe

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

Mum meets Mum - Das LernCafé für Mütter aus aller Welt

Im Rahmen des vom Kultusministerium Baden-Württemberg finanzierten Projekt „Aufsuchende Bildungsarbeit: Mehr Chancengleichheit und Teilhabe", hat die vhs Crailsheim ein LernCafé für zugewanderte Mütter im Burgberg-Quartier eingerichtet. Die Frauen haben dort die Möglichkeit, niederschwellig Deutsch zu lernen, sich über verschiedene Alltagsthemen zu informieren, sich beraten zu lassen oder sich einfach mit oder ohne Kinder zu treffen.

S 40470

Offenes LernCafé - Mum meets Mum
für Mütter aus aller Welt ohne oder mit geringen Deutschkenntnissen

Amanda Nunes-Holzer

Das offene „LernCafé - Mum meets Mum" richtet sich an zugewanderte Mütter mit geringen Deutschkenntnissen. In entspannter Atmosphäre und mit fachlicher Unterstützung können die Frauen mit Hilfe des vhs-Lernportals ganz individuell und im eigenen Lerntempo Deutsch lernen. Selbstverständlich soll das Deutsch sprechen auch nicht zu kurz kommen.

Das LernCafé kann ohne Anmeldung besucht werden und ist kostenlos!

dienstags und donnerstags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 20. Sept. 2022, 30-mal
Waldorfschule, MmM-Raum, Burgbergstr. 49

Für die Projektbegleitung suchen wir Ehrenamtliche, die sich in der Kinderbetreuung engagieren möchten. Sprechen Sie uns an!

S 40471

Erstorientierung für Asylbewerberinnen

Frauenkurs

Amanda Nunes-Holzer

montags, mittwochs und freitags, 9 bis 12 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 75-mal
Waldorfschule, MmM-Raum, Burgbergstr. 49
Kostenfrei

INFO-VORMITTAGE IM LERNCAFÉ - MUM MEETS MUM

Im Herbst 2022 finden zwei **kostenfreie** Info-Vormittage für Mütter aus aller Welt mit geringen Deutschkenntnissen statt. Und zwar im MmM-Raum in der Waldorfschule, Burgbergstr. 49. Im Rahmen der Impulsvorträge wird selbstverständlich auch auf die mitgebrachten Fragen der Teilnehmerinnen eingegangen.

S 40477

Spielen, Sprechen, Hausaufgaben

Info-Vormittag im LernCafé - Mum meets Mum für Mütter aus aller Welt mit geringen Deutschkenntnissen

Esra Aras und Nina Khabelashvili

Die Info-Veranstaltung wird von der Elternstiftung Baden-Württemberg gestaltet. In dieser interaktiven Veranstaltung erhalten Frauen und Mütter in einfacher Sprache Infos und Hilfestellungen für die Unterstützung ihrer Kinder im (Schul-)Alltag:

- Wie funktioniert die Schule in Baden-Württemberg
- Welche Schultypen gibt es
- Umgang mit (verschiedenen) Sprachen
- Spielen ist gleich Lernen
- Unterstützung bei den Hausaufgaben

Donnerstag, 6. Okt. 2022, 10 bis 11:30 Uhr

S 40478

Frauenrechte

Info-Vormittag im LernCafé - Mum meets Mum für Mütter aus aller Welt mit geringen Deutschkenntnissen

Diese kostenfreie Info-Veranstaltung zum Thema „Frauenrechte“ wird vom Diakonieverband Schwäbisch Hall gestaltet. Die Frauen und Mütter erhalten in einfacher Sprache wichtige Informationen zum Thema Frauenrechte in Deutschland. Hierbei werden die Rechte, aber auch Pflichten von Frauen in den Lebensbereichen Ehe/Partnerschaft, Familie/Kinder, öffentliches Leben und Politik besprochen.

Freitag, 28. Okt. 2022, 10 bis 11:30 Uhr

INTEGRATIONSKURSE

Integrationskurse werden in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durchgeführt und finanziell gefördert. Ziel der Kurse ist es, die sprachliche Grundlage für das Leben und Arbeiten in Deutschland zu schaffen sowie Wichtiges zu Politik, Geschichte und Kultur Deutschlands zu vermitteln.

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge

Sie richten sich vorrangig an:

- neu zugewanderte Personen, z.B. Bürger*innen der EU
- Asylbewerber*innen und andere Personengruppen mit jeweils guter Bleibeperspektive
- Spätaussiedler*innen
- Ausländer*innen, die bereits länger in Deutschland leben

Ein Integrationskurs umfasst insgesamt 700 Unterrichtstunden (à 45 Minuten) und endet mit den Abschlussprüfungen „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) und dem Orientierungskurstest (LiD), die auch als Nachweise für die Einbürgerung gültig sind.

Kosten pro Modul à 100 Unterrichtsstunden:

- Personen mit Kostenbefreiung nehmen kostenlos teil
- Personen mit Teilnahmeberechtigung zahlen EUR 229,00
- Personen ohne Teilnahmeberechtigung zahlen EUR 399,00

Als Lehrbücher kommen die Werke aus den Reihen „Schritte plus neu“, „Menschen“ (Hueber) und „Linie 1“ (Klett) zum Einsatz. Die Kosten für die Lehrwerke werden von den Teilnehmer*innen selber übernommen. Die Bücher zu Modul 1 werden zu Beginn des Kurses von der Kursleitung ausgegeben.

NIVEAUSTUFE A1/A2/B1

S 40401

Deutsch am Vormittag - Modul 1 (A1.1)

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Dainorina Feller

montags bis freitags, 8:00 bis 12:00 Uhr
Beginn: 12. Sep. 2022
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 399,00 bzw. mit Förderung weniger

S 40411

Deutsch am Vormittag - Modul 1 (A1.1)

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Thalita Moura

montags bis freitags, 8:00 bis 12:00 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022
Kindergarten Regenbogen R1, Kirchstraße 8 (Altenmünster)
EUR 399,00 bzw. mit Förderung weniger

S 40421

Deutsch am Abend - Modul 1 (A1.1)

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Ute Schäuble und Thalita Moura

montags bis mittwochs, 17.30 bis 20.45 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022
HT-Schulungsraum, Ludwigstr. 6
EUR 399,00 bzw. mit Förderung weniger

S 40431

Deutsch am Vormittag - Modul 1 (A1.1)

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Anne Wüstner

montags bis freitags, 8:30 bis 12:30 Uhr
Beginn: 17. Okt. 2022
TSV Clubhaus, Schönebürgstraße 79
EUR 399,00 bzw. mit Förderung weniger

Aktuelle Termine und Informationen zu allen weiteren Kursmodulen und Deutschkursen finden Sie auf unserer Homepage.

BERUFSBEZOGENE DEUTSCHKURSE (DEUFÖV)

DeuFöV-Kurse werden in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) sowie dem Jobcenter und der Agentur für Arbeit durchgeführt und finanziell gefördert. Ziel der Kurse ist es, die Chancen von Zuwanderern und Menschen mit Migrationshintergrund auf dem Arbeitsmarkt zu verbessern.

Die Kurse richten sich vorrangig an:
- neu zugewanderte Personen, z.B. Bürger*innen der EU
- Asylbewerber*innen und andere Personengruppen mit jeweils guter Bleibeperspektive
- Deutsche mit Migrationshintergrund

Wer an den Kursen teilnehmen kann, entscheiden die Jobcenter, die Agentur für Arbeit oder das BAMF! Wenden Sie sich hierzu an Ihre Beraterin oder Ihren Berater.

Mit Teilnahmeberechtigung sind die Kurse kostenfrei. Auch wenn Sie sich in einem Beschäftigungsverhältnis befinden, können Sie an diesen Kursen teilnehmen. Dann besteht für Sie ein Kostenbeitrag von 50%. Die Zahlung des Beitrags kann auch durch den Arbeitgeber erfolgen.

S 40481

Berufsbezogener B2-Deutschkurs (DeuFöV) mit 400 Unterrichtseinheiten

Lavinia Cristiana Bögel

Sie haben bereits gute bis sehr gute Deutschkenntnisse und möchten sich sprachlich und fachlich weiterqualifizieren, um Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt zu verbessern? Dann sind Sie bei uns richtig. In 400 Unterrichtsstunden haben Sie die Möglichkeit, sich in diesem vom BAMF geförderten berufsbezogenen Deutschkurs intensiv auf das Zertifikat DTB-B2 vorzubereiten.

montags bis freitags, 8 bis 12 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022
vhs, Raum 02, EG, rechts

WEITERE KURSE AUF NIVEAUSTUFE B1/B2

S 40486W

Deutsch B1 - Onlinekurs in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innenmit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Mareike Töpfer

Dieser Online-Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die bereits Grundlagen in Wortschatz und Grammatik haben (A2-Niveau) und ihre Sprachfertigkeiten in alltäglichen und beruflichen Situationen verbessern möchten. Der Schwerpunkt liegt auf dem flüssigen Sprechen, dem Hörverstehen und der Wortschatzerweiterung. Ebenso trainiert wird aber auch korrektes Schreiben. Zudem werden die Teilnehmer*innen intensiv auf die B1-Prüfung DTZ (Deutschtest für Zuwanderer) vorbereitet.

Zur Teilnahme benötigen Sie einen PC, Tablet oder Laptop inkl. Kamera- und Audiofunktion.

Lehrbuch: Linie 1, B1, ISBN 978-3-12-607094-2

mittwochs und freitags, 14 bis 15:30 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 20-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 357,50 (ab 3 Personen)

S 40488W

Deutsch B2 Beruf - Onlinekurs in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Mareike Töpfer

Sie haben das fortgeschrittene Sprachniveau B1 erreicht und möchten ihre Sprachkenntnisse vor allem aus beruflichen Gründen erweitern. In diesem online-Kurs werden Sie intensiv gefördert. Der Schwerpunkt liegt auf dem korrekten Sprechen und Schreiben, der Wortschatzerweiterung und der Festigung der Basis-Grammatik. Zudem werden die Teilnehmer*innen auf die Prüfung Deutsch-B2 vorbereitet.

Zur Teilnahme benötigen Sie einen PC, Tablet oder Laptop inkl. Kamera- und Audiofunktion.

Lehrbuch: Linie1 B1+/B2, ISBN 3-12-607108-6

montags und mittwochs, 17 bis 18:30 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 20-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 357,50 (ab 3 Personen)

TESTS, PRÜFUNGEN UND PRÜFUNGSVORBEREITUNGEN

S 40491

Deutsch B2 Prüfungsvorbereitung in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Said Ouabbou

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die die telc Deutsch B2-Prüfung bestehen möchten. Sie lernen das Prüfungsformat kennen und bereiten sich mit einem Modelltest auf die einzelnen Prüfungsteile Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen vor.

Samstag, 22. Okt. 2022, 9 bis 13 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 30,50 (ab 5 Personen)

S 40491PR

Prüfung telc Deutsch B2

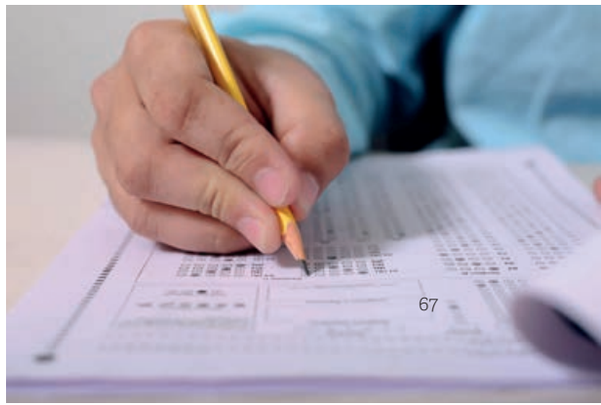
Samstag, 29. Okt. 2022, 9 bis 16 Uhr
vhs, Konvent
EUR 195,00

S 40492

Deutsch B2 Prüfungsvorbereitung in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Said Ouabbou

Samstag, 11. Feb. 2023, 9 bis 13 Uhr
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 30,50 (ab 5 Personen)



S 40492PR

Prüfung telc Deutsch B2

Samstag, 18. Feb. 2023, 9 bis 16 Uhr
vhs, Konvent
EUR 195,00

S 40493 / S40494

DTZ (B1-Prüfung) Prüfungsvorbereitung in der Kleingruppe

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Said Ouabbou

Diese Prüfungsvorbereitungskurse richten sich an Personen, die den DTZ (B1-Prüfung) bestehen möchten. Sie lernen das Prüfungsformat kennen und bereiten sich mit einem Modelltest auf die einzelnen Prüfungsteile Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen vor.

vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 30,50 pro Kurs (ab 5 Personen)

Zwei Termine:
S 40493: Samstag, 8. Okt. 2022, 9 bis 13 Uhr
S 40494: Samstag, 4. Feb. 2023, 9 bis 13 Uhr

S 40493DTZ / S 40494DTZ

Deutschtest für Zuwanderer DTZ (B1-Prüfung)

vhs, Konvent
EUR 175,00 pro Test

Zwei Termine:
S 40493DTZ: Samstag, 15. Okt. 22, 9 bis 16 Uhr
S 40494DTZ: Samstag, 11. Feb. 23, 9 bis 16 Uhr

S 40495 / S 40496

Einbürgerungstest

vhs, Raum 01, EG, links
EUR 25,00 pro Test

Zwei Termine:
S 40495: Freitag, 30. Sept. 2022, 14 bis 15 Uhr
S 40496: Freitag, 25. Nov. 2022, 14 bis 15 Uhr

ARBEITEN UND LEBEN IN DEUTSCHLAND

S 40498

Beratungsnachmittage des Welcome Centers Heilbronn-Franken

Julia Heinnickel

Das Welcome Center ist Ansprechpartner für internationale Fachkräfte in der Region, die Fragen zu den Themen Arbeitssuche, Bewerbungen schreiben, Anerkennung ausländischer Abschlüsse, Weiterbildung, Familie etc. haben.

Die - kostenfreie - Beratung findet bei entsprechender Nachfrage immer am ersten und dritten Donnerstag im Monat von 14 bis 16:30 Uhr an der vhs statt. Bitte melden Sie sich telefonisch an.

DEUTSCH ALS MUTTERSPRACHE

S 40501

Abenteuer deutsche Rechtschreibung

Gernod Dudda

Kursinhalte:
- Navigation durch den Dschungel der deutschen Rechtschreibung
- Schreib- und Gestaltungsregeln für E-Mails (DIN 5008)
- Englische Fremdwörter: Wird Deutsch zu „Denglisch“?
- Frauen und Männer in der Sprache
- Kommas und andere Satzzeichen
- Zweifelsfälle

Der Referent verfügt über einen Magisterabschluss für Buchgeschichte.

Mittwoch, 16. Nov. 2022, 13 bis 17 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 57,00 (ab 6 Personen)

PARKPLÄTZE

Liebe Kursteilnehmer*innen, bitte benutzen Sie die Parkplätze im 5 Gehminuten entfernten Parkhaus in der Grabenstraße.
Das Parken am Spitalpark ist ausschließlich Dozent*innen vorbehalten, die gerade an der vhs unterrichten.

ENGLISCH

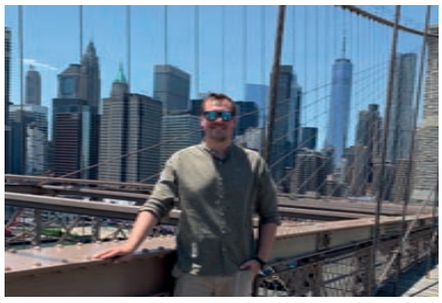
NIVEAUSTUFE A1

S 40610W

Englisch A1.1 - Onlinekurs

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Christoph Salinger



In diesem Anfängerkurs werden Sie in kleinen Lernschritten sowie lebensnahen Dialogen und Texten, die Spaß machen, in die Sprache und Grammatik eingeführt.

Lehrbuch: Easy English A1, Band 1,
ISBN 978-3-06-520805-5

mittwochs, 18 bis 19 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 15-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 67,00 (ab 8 Personen)

S 40611

Englisch A1.1

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Archana Sundar

Lehrbuch: Easy English A1, Band 1,
ISBN 978-3065208055

montags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 17. Okt. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 316, 3. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40620

Englisch A1.2

für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Archana Sundar

Lehrbuch: Easy English A1, Band 1,
ISBN 978-3065208055

mittwochs, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 316, 3. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40622W

Englisch A1/A2 für Wiedereinsteiger*innen - Onlinekurs

Christoph Salinger

Dieser neue Englischkurs richtet sich an Anfänger*innen mit Vorkenntnissen, die einen (Wieder-)Einstieg ins Englische suchen. Ziel ist eine kommunikative Einführung in die Grundstrukturen der englischen Sprache.

Lehrbuch: Easy English A1: Band 2,
ISBN 978-3065208079

mittwochs, 19:15 bis 20:15 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 15-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 67,00 (ab 8 Personen)

NIVEAUSTUFE A2

S 40641

Englisch A2 Refresher in der Kleingruppe

für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Barbara Schnitger

Sprachen, die man gelernt hat, aber nicht regelmäßig anwendet, geraten leicht in Vergessenheit. In diesem Kurs sind Sie richtig, wenn Sie Ihre fast vergessenen Grundkenntnisse auffrischen und erweitern wollen. Die Dozentin hat lange in London gelebt und bringt Ihr Englisch durch authentische Beispiele und Sprechübungen wieder in Schwung.

Lehrbuch: Brush up A2 - English Refresher,
ISBN 978-3190029365

donnerstags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 8-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 86,00 (ab 5 Personen)

S 40680

Englisch A2/B1

für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Regina Macher

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

montags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 12-mal
Otto-Möbus-Haus, Goldbacher Str. 60
EUR 80,50 (ab 8 Personen)

NIVEAUSTUFE B1/B2

S 40684

Englisch B1.4

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Barbara Schnitger

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

montags, 15:30 bis 17 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 15-mal
vhs, Raum 20
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40685

Englisch B1.6

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Archana Sundar

Ein Refresher-Kurs für Lerner*innen mit soliden Vorkenntnissen. Ziel des Kurses ist das Üben von Sprechfertigkeit und Konversation anhand von interessanten Themen.

Lehrbuch: In conversation I (Konversationskurs Englisch B1/B2) ISBN: 978-3125015555.

freitags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 21
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40694

Englisch B1/B2

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Susanne Bosch

Mit einer guten Prise Humor geht auch das Englischlernen viel leichter - davon zeugen die Lernfortschritte! Auch Neu-/Quereinsteiger*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen können in diesen Kurs leicht hineinfinden. In vielen Konversationsphasen trainieren wir die Sprechsicherheit; dabei werden auch bisheriger Wortschatz und Grammatik immer wieder aufgegriffen und wiederholt. Schwerpunkt ist, die Scheu vor dem Reden zu verlieren - Fehler dürfen sein, sonst gäbe es ja nichts zu lernen!

Lehrbuch: Go for it! B2, ISBN 978-3190429400

montags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 212, 2. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

FRANZÖSISCH

NIVEAUSTUFE A1

S 40803

Französisch A1.1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Regina Macher

In diesem Kurs lernen Sie in einem etwas langsameren Tempo Französisch von Anfang an. Viele Wiederholungen, abwechslungsreiche Übungen und spannende Informationen über Land und Leute bringen Ihnen die Sprache spielerisch nahe.

Lehrbuch: Perspectives - Allez-y ! A1,
ISBN: 978-3065201766

montags, 18:30 bis 19:30 Uhr
Beginn: 17. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 21
EUR 72,00 (ab 6 Personen)

S 40819

Französisch A1.3 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Dr. Heidrun Meiser

Die Teilnehmenden erhalten in diesem Kurs die Möglichkeit, in kleinschrittigen Unterrichtssequenzen Französisch zu lernen. Abwechslungsreiche Übungen und Informationen über Land und Leute sorgen für gemeinsamen Spaß und Unterhaltung im Unterricht.

Lehrbuch: Perspectives - Allez-y ! A1,
ISBN: 978-3065201766, ab Lektion 5

dienstags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 12-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 214, 2. OG
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

NIVEAUSTUFE A2/B1

S 40869

Französisch A2.4

für Teilnehmer*innen mit guten Grundkenntnissen

Dr. Heidrun Meiser

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, in kleinschrittigen Unterrichtssequenzen und viel Zeit für Wiederholungen Ihre Französischkenntnisse aufzubessern. Abwechslungsreiche Übungen und Informationen über Land und Leute sorgen für gemeinsamen Spaß im Unterricht.

Lehrbuch: Perspectives - Allez-y ! A2,
ISBN 978-3065201841, ab Lektion 9

mittwochs, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 111, 1. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40872

Französisch A2/B1

für Teilnehmer*innen mit guten bis fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Dr. Heidrun Meiser

Lehrbuch: Rencontres en français A2,
ISBN 978-3125296480

donnerstags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 29. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 111, 1. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 40876

Französisch B1

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Liselotte Besserer

Ein besonderer Schwerpunkt dieses Kurses ist das freie Sprechen, deshalb werden wir auch über aktuelle Themen diskutieren. Auch wenn Sie in diesen Kurs neu einsteigen möchten, sind Sie herzlich willkommen.
Lehrbuch: Perspectives - Allez-y! B1,
ISBN: 978-3065201872, ab Lektion 4

mittwochs, 10:15 bis 11:45 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 10-mal
vhs, Raum 21
EUR 67,00 (ab 8 Personen)

ITALIENISCH

NIVEAUSTUFE A1

S 40903

Italienisch A1.1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Anna Maria Mangi

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, ab Lektion 1,
ISBN: 978-3-12-525201-1

dienstags, 17 bis 18:30 Uhr
Beginn: 18. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 20
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

S 40908

Italienisch A1.2 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Anna Maria Mangi

Dieser Italienischkurs hat zum Ziel eine kommunikative Einführung in die Grundstrukturen der italienischen Sprache.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1,
ISBN 978-3125252011, ab Lektion 3

donnerstags, 17:30 bis 18:30 Uhr
Beginn: 13. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 20
EUR 71,50 (ab 5 Personen)

S 40916

Italienisch A1.3 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Anna Maria Mangi

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1,
ISBN 978-3125252011, ab Lektion 4

mittwochs, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 20
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

S 40922W

Italienisch A1.4 in der Mittagspause - Onlinekurs in der Kleingruppe

für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Cinzia Faraci

In diesem Sprachkurs zur Mittagszeit können Sie bequem online von zuhause oder vom Arbeitsplatz aus den Unterricht besuchen. In einer

kleinen Gruppe lernen Sie Alltagssituationen sprachlich zu meistern und finden einen leichten Einstieg in Grammatik und Vokabular.

Lehrbuch: Insieme A1, ISBN 978-3060201570, ab Lektion 7

mittwochs, 12:15 bis 13 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 15-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 81,00 (ab 5 Personen)

NIVEAUSTUFE A2

S 40940

Italienisch A2
für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Anna Maria Mangi

Lehrbuch: Chiaro! A2, ISBN 978-3190054497

montags, 17:30 bis 18:30 Uhr
Beginn: 17. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 23
EUR 72,00 (ab 5 Personen)

S 40941

Italienisch A2.2 in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Anna Maria Mangi

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, ISBN 978-3125252066, ab Lektion 6

dienstags, 18:45 bis 20:15 Uhr
Beginn: 18. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 20
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

S 40943

Italienisch A2.7 in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit guten Grundkenntnissen

Cinzia Faraci

Der Kurs eignet sich für Teilnehmer*innen, die ein A2-Buch absolviert haben und nach einer kurzen Wiederholung einen (Wieder-)Einstieg ins Italienische auf dem Niveau B1 suchen.

Lehrbuch: Insieme A2, ISBN: 978-3060201617, ab Lektion 10

mittwochs, 9 bis 10 Uhr
Beginn: 5. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 11
EUR 108,00 (ab 5 Personen)

NIVEAUSTUFE B1/B2

S 40983

Italienische Konversation B1 am Nachmittag
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Martina Cau

Der Kurs wendet sich an Fortgeschrittene, die ihre Italienischkenntnisse auf dem Niveau B1 anhand aktueller Themen auffrischen und erweitern möchten. Vuoi migliorare il tuo italiano? Partecipa al corso! Leggiamo insieme articoli brevi e conversiamo molto.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

montags, 15:30 bis 17 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 12-mal
vhs, Raum 11
EUR 80,50 (ab 8 Personen)

S 40985

Italienische Konversation B1/B2 am Abend in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Anna Maria Mangi.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

montags, 19:30 bis 21 Uhr
Beginn: 17. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 20
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

S 40995

Italienisch B2 „Lettura e conversazione“
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Kenntnissen

Salome Iacobelli

Lehrbuch: Garlando, Luigi: Per questo mi chiamo Giovanni, ISBN: 978-3150199213

freitags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 7. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 11
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

JAPANISCH

S 41030W

Japanisch für den Beruf A1 - Online-Kurs
für Anfänger*innen mit und ohne Vorkenntnisse

Tomoko Kühnl

Sie lernen, sich in einem geschäftlichen Umfeld im Umgang mit japanischen Geschäftspartnern zurechtzufinden. So stehen Themen auf dem Programm wie Networking auf Messen oder das Sprechen über sich und das Unternehmen, das man vertritt. Auch interkulturelle Besonderheiten und die wichtigsten Umgangsformen bei Begegnungen mit Menschen aus Japan werden berücksichtigt.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

dienstags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 11. Okt. 2022, 10-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 179,00 (ab 3 Personen)

S 41035

Japanisch A1
für Anfänger*innen mit und ohne Vorkenntnisse

Tomoko Kühnl

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

freitags, 16 bis 17:30 Uhr
Beginn: 30. Sept. 2022, 10-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 89,50 (ab 6 Personen)

S 41039

Japanisch A1/A2
für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Tomoko Kühnl

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

freitags, 17:45 bis 19:15 Uhr
Beginn: 30. Sept. 2022, 10-mal
vhs, Raum 02, EG, rechts
EUR 89,50 (ab 6 Personen)

KOREANISCH

S 41071XW

Koreanisch A1 - Onlinekurs
für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

In-Yong Song

In Zusammenarbeit mit der VHS Düsseldorf.

Lehrbuch: New Sogang Korean 1A Student's Book, ISBN 978-8976995728, ab Lektion 1

mittwochs, 17:30 bis 19 Uhr
Beginn: 14. Sept. 2022, 14-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 112,00
Späterer Einstieg auf Anfrage möglich.

NIEDERLÄNDISCH

S 41415W

Niederländisch A1 in der Kleingruppe - Onlinekurs
für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Marleen Boersma-Stoorvogel

Lernen Sie in diesem besonderen Niederländisch-Kurs erste Vokabeln sowie Redewendungen in einer unkomplizierten Sprache, die ungemein Freude macht! Als erfahrene Online-Dozentin weiß Marleen Boersma-Stoorvogel sehr genau, was einen guten Online-Unterricht ausmacht und wie man Niederländisch mit viel Vergnügen lernt. Probieren Sie es aus!

In Kooperation mit der vhs Reutlingen. Anmeldung direkt dort unter bit.ly/3uRhnZc

Lehrbuch: Welkom! neu - Niederländisch für Anfänger A1-A2, ISBN: 978-3125289901

montags, 19:45 bis 21:15 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 10-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 106,00 (ab 5 Personen)

POLNISCH

S 41731

Polnisch A1 in der Kleingruppe
für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Daniela Knapp

Sie interessieren sich für die polnische Sprache und Kultur? Dieser Kurs vermittelt Ihnen die polnische Alltagssprache von Anfang an. Mit Texten und Dialogen werden Kommunikation, Grammatik und Aussprache trainiert.

Lehrbuch: Polski, krok po kroku 1,
ISBN 978-3125289055

dienstags, 17 bis 18:30 Uhr
Beginn: 18. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 11
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

S 41733

Polnisch A1.6 in der Kleingruppe
für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Daniela Knapp

Haben Sie sich schon einmal mit der polnischen Sprache beschäftigt oder einen Kurs belegt? Möchten Sie die Sprache weiter trainieren? Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihren Wortschatz zu erweitern, die Grammatik zu erlernen und zu wiederholen und hilft Ihnen, in alltäglichen Situationen sicherer zu sprechen.

Lehrbuch: Polski, krok po kroku 1,
ISBN 978-3125289055, Lektion 16

mittwochs, 17 bis 18:30 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 14-mal
vhs, Raum 11
EUR 250,50 (ab 3 Personen)

S 41735

Polnisch A2.5 in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit guten Grundkenntnissen

Daniela Knapp

Lehrbuch: Polski, krok po kroku 1,
ISBN 978-3125289055, Lektion 22

mittwochs, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 19. Okt. 2022, 14-mal
vhs, Raum 11
EUR 250,50 (ab 3 Personen)

PORTUGIESISCH

S 41830

Portugiesisch A1.1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Amanda Nunes-Holzer

Hallo galera! Sie wollen beim nächsten Cocktailabend Ihre Caipirinha auf Portugiesisch bestellen? Oder irgendwann nach Brasilien oder nach Portugal fliegen und „bater um papo“? Wenn Sie Lust auf etwas Brasilien haben und auch darauf, die Sprache zu lernen, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Die Kursleiterin spricht brasilianisches Portugiesisch als Muttersprache.

Lehrbuch: Oi, Brasil! ISBN 978-3190054206

mittwochs, 17:30 bis 18:30 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 23
EUR 86,00 (ab 5 Personen)

S 41840

Portugiesisch B1 in der Kleingruppe

für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Amanda Nunes-Holzer

Lehrbuch: Muito Prazer - Intermediario, ISBN 978-8578441586

mittwochs, 18:30 bis 19:30 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 23
EUR 86,00 (ab 5 Personen)

RUSSISCH

S 41900

Russisch A1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Oxana Hoppe

Der Kurs vermittelt Ihnen die russische Alltagssprache von Anfang an: einfach, schnell und gründlich. Zunächst beginnen Sie mit dem russischen Alphabet. Dann eignen Sie sich in leicht verständlichen Lektionen und mit vielen Übungen einen Grundwortschatz an sowie die wichtigsten Grammatikregeln. Informationen zur russischen Kultur sowie zum russischen Alltagsleben runden den Kurs ab.

Lehrbuch: Most 1, ISBN: 978-3-12-527640-6

dienstags, 19:30 bis 21 Uhr
Beginn: 27. Sept. 2022, 12-mal
vhs, Raum 21
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

SCHWEDISCH

S 42100W

Schwedisch für Anfänger*innen A1 - Onlinekurs

Live aus Stockholm für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Julian Königer

Lernen Sie in diesem Online-Sprachkurs, der live aus Stockholm zu Ihnen kommt, spielerisch und professionell Schwedisch in einer angenehmen Kleingruppe. Mit Hilfe von Geschichten, Bildern sowie einigen Übersetzungen und der grundlegenden Grammatik werden wir die ersten Schritte ins Schwedische machen. Wir sprechen gerne über Schweden und die schwedische Kultur.

In Kooperation mit der vhs Reutlingen. Anmeldung direkt dort unter bit.ly/3AUDmSY

Lehrbuch: Rivstart A1+A2 Neu, ISBN. 978-3125279919, ab Lektion 1

montags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 10-mal
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 106,00 (ab 5 Personen)

S 42101

Schwedisch A1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Matthias Linge

Der Dozent hat Skandinavistik mit den Sprachen Schwedisch, Norwegisch und Isländisch studiert und vermittelt seine Lieblingssprachen und die Begeisterung für Skandinavien sehr authentisch.

Lehrbuch: Tala svenska Schwedisch A1, ISBN 978-3-933-11901-8

dienstags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 18. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 23
EUR 107,50 (ab 5 Personen)

SPANISCH

S 42200

Spanisch A1.1

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Natalia Vanessa Schilke

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, ISBN 978-3125146716

mittwochs, 17 bis 18 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 113, 1. OG
EUR 67,00 (ab 8 Personen)

S 42201

Spanisch A1.1 in der Kleingruppe

für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Maria Teresa Sanz Villaluenga

Dieser neue Spanischkurs richtet sich an Anfänger*innen, die einen Einstieg in die Sprache suchen. Ziel des Kurses ist eine kommunikative Einführung in die Grundstrukturen der spanischen Sprache.

freitags, 15 bis 16:30 Uhr
Beginn: 30. Sept. 2022, 12-mal
vhs, Raum 20
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

S 42206

Spanisch am Vormittag A1.1
für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

Ruth Miryam Ebert-Obando

Das Lerntempo richtet sich nach den Kursteilnehmer*innen, die nicht unter Leistungszwang stehen wollen. Auf spielerischer Weise wird in einfachen Übungen das Hör- und Sprachverständnis geformt. Bild- und Hörmaterial sowie didaktische Spiele garantieren einen lebendigen, anschaulichen Unterricht.

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ISBN 978-3125157705, ab Lektion 1

donnerstags, 8:45 bis 9:45 Uhr
Beginn: 20. Okt. 2022, 10-mal
vhs, Raum 23
EUR 45,00 (ab 8 Personen)

S 42207

Spanisch für Kinder in den Herbstferien
für Kinder von 7 bis 10 Jahren

Ruth Miryam Ebert-Obando

Kinder lernen in diesem Kurs schnell und problemlos Spanisch. In spielerischer Form wird in einfachen Übungen das Hör- und Sprachverständnis geformt. Bilder-, Bastel- und Hörmaterial sowie didaktische Spiele garantieren einen lebendigen, anschaulichen Unterricht.

Mittwoch, 2. Nov. 2022, 9 bis 10 Uhr,
Donnerstag, 3. Nov. 2022, 9 bis 10 Uhr,
Freitag, 4. Nov. 2022, 9 bis 10 Uhr
vhs, Raum 23
EUR 36,00 (ab 3 Personen)

S 42209

Spanisch A1.2
für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen

Fares Rivas

Der Kursleiter freut sich darauf, mit den Menschen aus Crailsheim und Umgebung in Kontakt zu treten, ihnen die Schönheit der spanischen Sprache zu vermitteln und sie in einer neuen Kultur herzlich willkommen zu heißen.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
ISBN 978-3125146716

montags, 19:30 bis 21 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 110, 1. OG
EUR 100,50 (ab 8 Personen)

S 42212

Spanisch A1.3
für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

Natalia Vanessa Schilke

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1,
ISBN 978-3125146716

mittwochs, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 28. Sept. 2022, 15-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 113, 1. OG
EUR 115,00 (ab 7 Personen)

S 42227

Spanisch A1/A2 in der Kleingruppe
für Wiedereinsteiger*innen

Ruth Miryam Ebert-Obando

Dieser Kurs dient sowohl der Auffrischung als auch für den leichten Wiedereinstieg.

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ISBN 978-3125157705, ab Lektion 6c

donnerstags, 10 bis 11 Uhr
Beginn: 20. Okt. 2022, 12-mal
vhs, Raum 23
EUR 107,50 (ab 4 Personen)

NIVEAUSTUFE A2/B1

S 42245

Spanisch A2.5 in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit guten Grundkenntnissen

Natalia Vanessa Schilke

Lehrbuch: Con gusto A2, ISBN 978-3125149908

montags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 26. Sept. 2022, 15-mal
vhs, Raum 20
EUR 134,50 (ab 6 Personen)

S 42250

Spanische Konversation B1/B2 in der Kleingruppe
für Teilnehmer*innen mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen

Maria Teresa Sanz Villaluenga

In diesem Kurs sind Sie richtig, wenn Sie bereits Grundkenntnisse haben und vor allem das flüssige Sprechen üben wollen. In der Kleingruppe und mit Hilfe aktueller Texte und Themen gelingt dies spielend.

montags, 18 bis 19:30 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 12-mal
Realschule am Karlsberg, Raum 110, 1. OG
EUR 129,00 (ab 5 Personen)

TÜRKISCH

S 42441

Türkisch A1 in der Kleingruppe
für Anfänger*innen ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen

Dr. Birol Topuz

Lehrbuch: Güle, güle - Türkisch für Anfänger, ISBN: 978-3190052349

donnerstags, 17:30 bis 19 Uhr
Beginn: 20. Okt. 2022, 5-mal
vhs, Raum 11
EUR 89,50 (ab 3 Personen)

SPRACHTALENTE GESUCHT!

Die vhs Crailsheim sucht für den Fachbereich Fremdsprachen engagierte Kursleiter*innen.

Gesucht werden Sprachtalente für Sprachen wie Französisch, Italienisch, Englisch, aber gern auch für seltener gelernte Sprachen – entweder mit einem sprachwissenschaftlichen Studium oder Sprachkenntnissen auf muttersprachlichem Niveau. Wir bieten ehrgeizige Kursteilnehmer*innen und gute Nebenverdienstmöglichkeiten auf Honorarbasis. Für weitere Informationen und Ihre Bewerbung wenden Sie sich bitte an die zuständige Fachbereichsleiterin Kadri Peterson, Tel. 07951 403-3817 bzw. per E-Mail an: kadri.peterson@crailsheim.de

BERUF · EDV

FIT AM PC - FIT IM BERUF

Beruf und Arbeit sowie gute Kenntnisse im Bereich neuer Medien sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit.
Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Fachbereichs „EDV · Beruf" dar. Unsere EDV-Kurse finden in modernen Schulungsräumen und gleichzeitig in sehr angenehmem Ambiente statt. Sie lernen mit neuester Soft- und Hardware in den historischen Räumen des Crailsheimer Spitals.

In Kursen zu Windows, Word, Excel, Internet und sozialen Netzwerken etc. bringen wir Ihnen die IT-Welt durch erfahrene und pädagogisch geschulte Dozentinnen und Dozenten nahe. Gleichzeitig können Sie bei uns auch spezielle IT-Anwendungen wie Fotobearbeitung, Webdesign, Linux oder Programmiersprachen erlernen. Ebenfalls vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Bewerbungsthemen) stärken, runden das Angebot ab.

Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: z.B. interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vorträge zum Thema Kind und Karriere.

EDV-Einsteigerkurse 76
Mac • Linux 77
Textverarbeitung • Word 77
Tabellenkalkulation • Excel 78
Präsentation • Powerpoint 79
Outlook 79
Smartphone • Tablet 80
Internet • Facebook • WhatsApp & Co. 80
Homepage • Webdesign • CMS 81
Fotografie • Bildbearbeitung • Fotobuch 81
Layout • DTP • 3D 82
Sicherheit • Wartung • Selbstbau 82
Individuelle IT-Schulungen 83
Programmieren 83
Büropraxis 83
Rechnungswesen • DATEV • SAP 84
Kommunikation • Präsentation u.a. 88
Bewerbung • Karriere • Führung 91
Social Content • Marketing 93

EDV-EINSTEIGERKURSE

S 50101A

EDV für Einsteiger am Vormittag
Grundkurs

Susanne Pauschinger

Kursinhalte:
- Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen
- Sie starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur
- Sie erstellen und speichern einen Text mit Wordpad und Word
- Sie ordnen Dateien und Ordner
- Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen
- Sie wagen erste Gehversuche im Internet

dienstags, 8:45 bis 11:30 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 5-mal
vhs, Raum 22
EUR 115,50 inkl. Lehrbuch

S 50101B

EDV für Einsteiger am Vormittag
Aufbaukurs

Susanne Pauschinger

Kursinhalte:
- Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen
- Sie passen Windows an
- Sie besuchen interessante und nützliche Internetseiten
- Sie lernen den sicheren Umgang mit E-Mails
- Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können

dienstags, 8:45 bis 11:30 Uhr
Beginn: 15. Nov. 2022, 5-mal
vhs, Raum 22
EUR 99,50

S 50103A

Erste Schritte mit PC und Internet
Grundkurs

Susanne Pauschinger

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die Welt der Computer für alle, die noch keine oder nur wenig Erfahrung im Umgang mit dem PC haben. Er führt Sie systematisch an das Thema Computer heran und macht Sie mit den wichtigsten Handgriffen und Grundbegriffen vertraut. Das Lerntempo richtet sich nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen.
Kursinhalte:
- Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen
- Sie starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur
- Sie erstellen und speichern Texte mit WordPad
- Sie ordnen Dateien und Ordner
- Sie besuchen interessante und informative Internetseiten

freitags, 14 bis 16:30 Uhr
Beginn: 14. Okt. 2022, 6-mal
vhs, Raum 32
EUR 115,50 inkl. Lehrbuch

EINSTEIGERKURSE FÜR TEILNEHMER*INNEN OHNE BZW. MIT SEHR GERINGEN EDV-VORKENNTNISSEN

Beginn	Tag	Uhrzeit	Nummer	Titel
04.10.2022	Di	08:45	S 50101A	EDV für Einsteiger am Vormittag - Grundkurs
08.10.2022	Sa	09:30	S 50160A	Android-Basiskurs - Smartphone-Grundlagen
11.10.2022	Di	19:45	S 50114	Apple statt Windows? macOS-Infoabend
14.10.2022	Fr	14:00	S 50103A	Erste Schritte mit PC und Internet - Grundkurs
19.11.2022	Sa	09:30	S 50160B	Android-Basiskurs - Smartphone-Grundlagen
21.11.2022	Mo	16:15	S 50107	Doppelklick. Kinder arbeiten mit dem Computer
10.01.2023	Di	08:45	S 50110	Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern

S 50103B

Erste Schritte mit PC und Internet
Aufbaukurs

Susanne Pauschinger

Dieser Kurs richtet sich an alle, für die Computer und Internet kein absolutes Neuland mehr sind, die sich aber noch unsicher im Umgang damit fühlen. Das Lerntempo richtet sich nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen.
Kursinhalte:
- Sie lernen alles rund um das Thema E-Mails
- Sie besuchen interessante und informative Seiten im Internet und erfahren, was beim „Surfen“ durchs Netz zu beachten ist
- Sie lernen, wie man wiederfindet, was man auf dem PC abgelegt hat
- Sie passen das Betriebssystem an
- Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen
- Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können
- Sie bekommen eine kurze Einführung in die Welt der Smartphones

freitags, 14 bis 16:30 Uhr
Beginn: 2. Dez. 2022, 6-mal
vhs, Raum 32
EUR 99,50

Wir setzen auf Schulungsunterlagen von
HERDT
www.herdt.com

S 50110

Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern

Andrea Rößler

Der Kurs richtet sich an Anwender*innen mit Grundkenntnissen, die Bekanntes erweitern, vertiefen und auffrischen und Neues dazulernen möchten. Die Inhalte richten sich auch nach den Wünschen der Kursteilnehmenden.
Behandelt werden können z.B.:
- Windows-Grundfunktionen
- Ordnung schaffen auf dem PC: Ordnerstruktur, Umgang mit USB-Sticks
- Arbeiten mit Word: Texte schreiben und bearbeiten, Etiketten, Grafiken einbinden
- Internet-Grundlagen: Suchmaschinenfunktionen, Einkäufe, Hotelreservierung, Routenplanung
- Tabellen und Berechnungen mit Excel: einfache Tabellen, Rechenfunktionen
- kostenlose Programmalternativen: Firefox, Chrome, LibreOffice, Irfanview

dienstags, 8:45 bis 11:15 Uhr
Beginn: 10. Jan. 2023, 3-mal
vhs, Raum 22
EUR 93,00

SCHÜLER SPEZIAL

S 50107

Doppelklick. Kinder arbeiten mit dem Computer
für Kinder der 3. und 4. Klasse

Christa Ludwig

Zusammen möchten wir innerhalb eines Projekts die Arbeit am Computer erlernen: von den Grundlagen über einen ersten Einstieg ins 10-Finger-Schreiben bis hin zu Textverarbeitung und Bildbearbeitung. Weitere Themen sind: Was kann ich im Internet machen und was sollte ich besser lassen? Wie kann ich mich vor Gefahren im Internet schützen? Mit diesem Kurs sind die Kinder gut für die weiterführenden Schulen vorbereitet.

montags, 16:15 bis 17:45 Uhr
Beginn: 21. Nov. 2022, 5-mal
vhs, Raum 22
EUR 59,00

MAC · LINUX

S 50111

Linux Presentation Day 2022

Martin Dorfi

Die vhs Crailsheim beteiligt sich im Herbst wieder am deutschlandweit stattfindenden Linux Presentation Day.
Linux ist eine freie und sichere Alternative zu Microsoft Windows. Es ist ein Betriebssystem, das von Programmierern aus der ganzen Welt ständig weiterentwickelt wird und auch auf Ihrem alten Computer funktioniert. Programme für Internet, Büro (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation) und Bildbearbeitung kommen als freie Software mit dem Linux-Paket auf Ihren Rechner, so dass Sie alle wichtigen Aufgaben problemlos auch unter dem neuen System bearbeiten können.
Sie haben schon von Linux gehört, können sich aber nichts darunter vorstellen? Sie wollen Linux einmal selbst unverbindlich testen, eventuell auf dem eigenen Laptop/PC installieren? Dazu haben Sie an diesem Nachmittag die Gelegenheit. Haben Sie Interesse? Für unsere Planung bitten wir um frühzeitige Anmeldung.

Samstag, 19. Nov. 2022, 13:30 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 5,00

S 50114

Apple statt Windows?

macOS-Infoabend für Personen, die mit einem Mac liebäugeln

Thomas Kohn

Dieser Infoabend richtet sich an Teilnehmende, die von Windows umsteigen wollen und sich für einen Apple-Rechner interessieren. Sie erhalten eine grundlegende Einführung in das macOS-Betriebssystem (iMac, MacBook usw.) und lernen die Systematik und Logik des Dateisystems, die vielfältigen Systemeinstellungen und die Benutzerverwaltung dieses benutzerfreundlichen Betriebssystems kennen.
Inhalte:
- Benutzeroberfläche von macOS
- grundlegende Bedienung von macOS
- Umgang mit mehreren Anwendungen und Fenstern
- Verwalten von Dateien und Dokumenten
- Anpassung von Systemeinstellungen
- mit dem Mac ins Internet: Safari, Mail & Co.

Sie müssen keinen Apple-Rechner mitbringen, in dieser Veranstaltung geht es um einen ersten Überblick über das System. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Der Dozent hat langjährige Berufserfahrung in der Elektronikbranche, Schwerpunkt OS X und iOS; seit März 2015 ist er zertifizierter Apple Product Professional in den Bereichen Hard- und Software.

Zusammen mit der vhs Ellwangen.

Dienstag, 11. Okt. 2022, 19:45 bis 21:45 Uhr
vhs, Raum 22
EUR 21,00

S 50115

macOS - Grundlagenkurs

Thomas Kohn

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die mit Windows arbeiten, aber auf einen Apple-Rechner umsteigen wollen oder gerade erst umgestiegen sind. Sie erhalten eine grundlegende Einführung in das macOS-Betriebssystem (iMac, MacBook usw.) und lernen die Systematik und Logik des Dateisystems, die vielfältigen Systemeinstellungen und die Benutzerverwaltung dieses benutzerfreundlichen Betriebssystems kennen. Systemwartung, Updates und Datensicherung werden zur Routine.

Kursinhalte:
- Benutzeroberfläche und grundlegende Bedienung von macOS
- Umgang mit mehreren Anwendungen und Fenstern
- Verwalten von Dateien und Dokumenten
- Anpassung von Systemeinstellungen
- mit dem Mac ins Internet: Safari, Mail & Co.
- Verwendung von Geräten wie z.B. USB-Sticks
- Datenschutz und Datensicherung
- Fotos-App
- Kommunikation mit FaceTime, Zoom & Co.
- hilfreiche Tipps und Tricks

Es stehen keine Apple-Rechner in der vhs zur Verfügung. Bitte bringen Sie möglichst Ihr eigenes Gerät mit.

dienstags, 19:45 bis 21:45 Uhr
Beginn: 10. Jan. 2023, 4-mal
vhs, Raum 22
EUR 110,50

S 50116

Produktiv arbeiten mit dem iPad

Thomas Kohn

Kursinhalte:
- Übersicht über iPadOS: wichtige Einstellungen, Suchfunktion, Mitteilungen und Kontrollzentrum
- Internet und iPadOS: E-Mail Funktionen (Mail.app), Nachrichten (Nachrichten.app), Webbrowser (Safari.app)
- Arbeiten mit Dokumenten: Dateien-App, PDF-Dateien erstellen und bearbeiten, AirDrop für die Dateiübertragung, Drucken
- Arbeiten mit Apps: Dateien-App, Drag & Drop, Multitasking mit dem Dock, Slide Over & Split View, Notizen, Erinnerungen, Kalender u. ä.

Zusammen mit der vhs Ellwangen.

Bitte bringen Sie möglichst Ihr iPad mit.

donnerstags, 19:45 bis 21:45 Uhr
Beginn: 17. Nov. 2022, 3-mal
vhs, Raum 22
EUR 93,50

Beachten Sie auch die iPhone- und iPad-Kurse im Bereich Smartphone · Tablet auf Seite 80 dieses Programmhefts.

TEXTVERARBEITUNG · WORD

S 50122

Textverarbeitung Word für den Büroeinsatz - Basismodul

für Personen mit PC-Grundkenntnissen

Susanne Pauschinger

Dieser Kurs vermittelt fundiertes Grundwissen für den beruflichen Einsatz von Word. Er wendet sich an Personen, die schon erste Erfahrungen mit dem Programm Word gemacht haben, jedoch das Bedürfnis haben, ihre Kenntnisse systematisch aufzufrischen und zu erweitern.

Kursinhalte:
- Gestaltung und Formatierung von Texten
- Texte bearbeiten, kopieren und verschieben
- Rechtschreibprüfung und Silbentrennung
- Aufzählung und Nummerierung, Rahmen und Schattierung
- Formatvorlagen, Kopf- und Fußzeilen
- Tabulatoren und Tabellen
- Bilder und Grafiken in Texte einfügen
- Textbausteine
- hilfreiche Einstellungen, Tipps und Tricks

mittwochs, 18:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 5-mal
vhs, Raum 22
EUR 124,00 inkl. Skript

S 50123

Textverarbeitung Word für den Büroeinsatz - Aufbaumodul

für Personen mit guten Word-Kenntnissen

Susanne Pauschinger

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits mit Word arbeiten und ihre Kenntnisse vervollständigen, systematisieren und optimieren möchten bzw. bereits das Basismodul absolviert haben. Empfehlenswert für alle, die ihre berufliche oder private Arbeit mit Word effektiv gestalten wollen.

Kursinhalte:
- Dokumentenvorlagen erstellen und nutzen (Gestaltung Privatbrief und Geschäftsbrief nach den kaufmännischen Regeln für den Schriftverkehr DIN 5008)
- Serienbrief, Etiketten
- mit Textbausteinen arbeiten, Bausteinbriefe erstellen
- Masken und Formulare
- Datenübernahme aus anderen Programmen
- die wichtigsten grafischen Gestaltungsmöglichkeiten in Word

Voraussetzung: Gute Word-Grundkenntnisse

mittwochs, 18:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 11. Jan. 2023, 4-mal
vhs, Raum 22
EUR 117,00 inkl. Skript

TABELLENKALKULATION · EXCEL

S 50130

Excel - Grundkurs

Martin Dorfi

In diesem fünfwöchigen Kurs lernen Sie anhand vieler praktischer Übungen den Umgang mit Excel.

Kursinhalte:
- Excel-Anwendungsfenster und Dateiverwaltung
- Arbeitsblattaufbau
- Erstellen und Gestalten von Tabellen, Zellformate
- relative und absolute Bezüge
- Formeln und Funktionen
- Diagramme
- Listen erstellen und auswerten, filtern und sortieren
- Drucken von Tabellen und Bereichen

freitags, 18:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 14. Okt. 2022, 5-mal
vhs, Raum 32
EUR 142,00 inkl. Lehrbuch

S 50131

Excel - Crashkurs in den Herbstferien

Thomas Panzer

An drei aufeinander folgenden Abenden und am Samstagvormittag in den Herbstferien lernen Sie anhand vieler praktischer Übungen den Umgang mit Excel. Kursinhalte wie beim Grundkurs.

Mittwoch, 2. Nov., bis Freitag, 4. Nov. 2022, jeweils 18:30 bis 21:45 Uhr, sowie
Samstag, 5. Nov. 2022, 8:30 bis 11:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 117,50 inkl. Lehrbuch

S 50132

Excel - Intensivkurs am Samstag

Thomas Panzer

In diesem Intensivkurs an zwei Samstagen lernen Sie anhand vieler praktischer Übungen den Umgang mit Excel. Kursinhalte wie beim Grundkurs.

Zwei Samstage, 21./28. Jan. 2023, 9 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 117,50 inkl. Lehrbuch

S 50135

Excel - mal etwas anders

Christoph Lorenz

Excel ist eines der vielseitigsten Programme der Office-Familie. Man kennt es als das Rechenprogramm schlechthin, und viele schreckt genau das ab. Aber haben Sie gewusst, dass Excel auch ein extrem zeitsparendes „Organisationstalent" besitzt?
Wer kennt nicht eines der folgenden Probleme: Wer hat welche Daten in welchem Ordner abgelegt? Welche Dateien gehören alle zu einem Projekt? Wir lernen diese Daten mit einem „Klick" in Excel zu bündeln und erarbeiten uns eine einfache, aber äußerst vielseitige Benutzeroberfläche. Das langwierige „Dateisuchen" hat ein Ende und die Informationen stehen individuell und sofort zur Verfügung. Ganz nebenbei werden Sie in diesem Kurs Ihre Internet-Recherche optimieren.
Der Kurs ist für die Bürokraft genauso geeignet wie für die Firmeneigentümerin. Sie werden in jeder Hinsicht Zeit gewinnen und Excel von einer anderen Seite kennenlernen - und das ganz ohne Makros, VBA, hochkomplexe Formeln und unendliche Zahlenkolonnen...

Bringen Sie Ideen und Anliegen mit, wenn Sie mögen, und lassen Sie sich vom Excel-Fieber anstecken. Excel ist lebendiger, als Sie vielleicht denken.

Zielgruppe: Anwender*innen mit guten PC-Grundkenntnissen. Vorkenntnisse in Excel sind nicht unbedingt erforderlich.
Bitte USB-Stick und Schreibzeug mitbringen.

Zwei Mittwochabende, 25. Jan. und 1. Feb. 2023, jeweils 18 bis 21:15 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 93,50 inkl. Arbeitsunterlagen

S 50136

Excel - Aufbaukurs

Martin Dorfi

Der Kurs richtet sich an Personen, die bereits einen Excel-Grundkurs abgeschlossen haben oder Praxiserfahrung mitbringen und ihre Kenntnisse erweitern möchten.
Kursinhalte:
- benutzerdefinierte Zahlenformate
- Daten importieren, Datenbankpflege
- Such- und Sortierfunktionen
- Filtern, Selektieren und Extrahieren
- Methoden der Datenanalyse
- Teilergebnisse und Konsolidierungsfunktionen
- spezielle Funktionen (wenn-dann, wenn-und, runden, sverweis, wverweis)
- Arbeiten mit Datum und Uhrzeit
- Gliederung

Voraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit Excel

Drei Donnerstagabende, 24. Nov., 1. Dez. und 8. Dez. 2022, jeweils 18:30 bis 21:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 119,00 inkl. Lehrbuch

S 50137

Kaufmännisches Rechnen mit Excel

Praxis-Aufgaben schnell und einfach lösen

Martin Dorfi

Dieser Kurs wendet sich an Angestellte mit kaufmännischen Kenntnissen und Excel-Basiswissen. Sie erfahren schnell alles Wesentliche über Rechenarten, Statistik, Einkauf, Vertrieb, Controlling und Rechnungswesen. Zahlreiche Übungsaufgaben und Lösungen erleichtern Ihnen den anwendungsbezogenen Umgang mit den Grundzügen der kaufmännischen Tätigkeiten. In diesem Kurs erlangen Sie die Fähigkeit, in konkreten Situationen aus dem Arbeitsalltag Excel gezielt einzusetzen.

dienstags, 18:30 bis 21:15 Uhr
Beginn: 8. Nov. 2022, 3-mal
vhs, Raum 32
EUR 119,50 inkl. Lehrbuch

S 50138

Pivot-Tabellen mit Excel

Thomas Panzer

Sie nutzen Excel schon eine Weile und möchten große Datenmengen anschaulich darstellen? Hier lohnt es sich, die Daten als Pivot-Tabelle zu organisieren. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre Daten so zusammenfassen, dass wichtige Eigenschaften der Daten übersichtlich dargestellt werden. Der „gute" Aufbau von Tabellen ist zentral, damit Sie die Werkzeuge Sortieren und Filtern optimal einsetzen können. Durch praxisnahe Beispiele und Übungen erlernen Sie, wie Sie Pivot-Tabellen effizient und professionell einsetzen.
Kursinhalte:
- Was ist Pivot?
- Pivot-Tabellen aus Excel-Daten erstellen
- Aufbau eines Pivots (Feldliste, Bericht, Menüband)
- Daten einer Pivot-Tabelle sortieren und filtern
- Daten einer Pivot-Tabelle auswerten
- Wertfeldeinstellungen ändern
- Aufbau, Layout und Darstellung einer Pivot-Tabelle ändern
- Datenquelle ändern und aktualisieren
- Funktion Gruppieren in Pivot (Datum, Texte, Zahlen)
- PivotCharts erstellen und bearbeiten

Zielgruppe: Personen, die häufig mit Excel arbeiten und Pivot-Tabellen sinnvoll einsetzen wollen

Zusammen mit der Volkshochschule Künzelsau.

Mittwoch, 11. Jan. 2023, 18:30 bis 21:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 63,00 inkl. Lehrbuch

S 50139A

Makroprogrammierung in Excel

Thomas Panzer

Sie möchten Arbeitsabläufe in Excel beschleunigen? Wir erarbeiten gemeinsam die Automatisierung wiederkehrender Abläufe. Mit Hilfe des Makrorekorders zeichnen wir die Arbeitsvorgänge auf und analysieren und verändern die entstandenen Makros. Wir sprechen über Variablen, Kontrollstrukturen und Schleifen. Sie erfahren, was Objekte, Eigenschaften, Werte und Methoden sind und steigen in die Makrosprache Visual Basic ein.
Anhand von Praxisbeispielen werden folgende Inhalte behandelt:
- der Makrorekorder
- der Visual-Basic-Editor
- der Objektkatalog
- ereignisabhängige Prozeduren
- Dialoge und eigene Dialogmasken erstellen
- Symbolleisten bearbeiten

Voraussetzung: Gute Excel-Anwenderkenntnisse

Zusammen mit der Volkshochschule Künzelsau.

dienstags, 18:30 bis 21 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 4-mal
vhs, Raum 32
EUR 158,50 inkl. Lehrbuch

S 50139B

Makroprogrammierung in Excel - Aufbauworkshop

Thomas Panzer

In diesem Makro-Workshop erweitern und vertiefen Sie vorhandene Kenntnisse und lernen den VBA-Editor gekonnt nutzen. Darüber hinaus werden behandelt:
- Interaktion mit Formen
- Was haben wir alles im Werkzeugkasten?
- Wir bauen eine Diashow

Vorkenntnisse in Sachen Makros in Excel erforderlich.

dienstags, 18:30 bis 21 Uhr
Beginn: 6. Dez. 2022, 2-mal
vhs, Raum 32
EUR 70,00

POWERPOINT

S 50142

Präsentationen mit PowerPoint - Grundlagen

Martin Dorfi

Ihr Ziel ist es, in Präsentationen zu überzeugen? In diesem Seminar in der Kleingruppe lernen Sie das Erstellen und Vorführen von Präsentationen mit PowerPoint im Rahmen kleiner Projekte.

Kursinhalte:
- Überzeugen durch Präsentieren
- Ordnen und Gliedern von Inhalten
- Zusammenfassen von Aussagen
- Darstellen und Illustrieren von Abläufen und Zusammenhängen
- Umsetzen von Zahlenmaterial in Geschäftsgrafiken (Businesschart)
- Erstellen von Präsentationen für Folien, Bildschirm und Beamer

Voraussetzung: Kenntnisse in der PC-Bedienung unter Windows

Wenn vorhanden, bitte einen USB-Stick mitbringen, damit Sie die Präsentation nach Hause mitnehmen können.

Freitag, 30. Sept. 2022, 18:30 bis 21:45 Uhr,
Freitag, 7. Okt. 2022, 18:30 bis 21:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 78,00 inkl. Lehrbuch

SCHÜLER SPEZIAL

S 50143

Referate halten mit PowerPoint
für Schüler*innen ab Klasse 5

Benjamin Kraut

Schulreferate mit Hilfe von PowerPoint zu halten macht nicht nur Spaß, sondern bringt auch gute Noten, vorausgesetzt, du beherrschst die Technik. In diesem Workshop wird dir alles gezeigt, was du für eine perfekte Referat-Präsentation wissen musst.
Du lernst
- Präsentationen zu planen und Folien zu erstellen
- mit verschiedenen Folienlayouts zu arbeiten
- unterschiedliche Objekte wie z.B. Bilder, Texte, Grafiken, Tabellen und Diagramme einzufügen
- Präsentationen professionell zu stylen
- Folien mit Multimedia-Effekten, Musik, Folienübergängen und Animationen aufzupeppen
- Präsentationen gekonnt vorzuführen und auszudrucken

Für Schüler und Schülerinnen ab Klasse 5 mit PC-Grundkenntnissen und sicherem Umgang mit Tastatur und Maus. Wer aktuell ein Referat zu halten hat, kann dieses mitbringen.
Bitte einen USB-Stick mitbringen.

samstags, 9:30 bis 12:45 Uhr
Beginn: 12. Nov. 2022, 3-mal
vhs, Raum 32
EUR 74,50 inkl. Skript

OUTLOOK

S 50148

Outlook - Grundlagen
Einführung in die E-Mail-, Kalender- und Kontaktverwaltung

Martin Dorfi

In diesem Grundlagenkurs lernen Sie, wie Sie Outlook erfolgreich als persönlichen Informationsmanager einsetzen können. Neben der klassischen Funktion als E-Mail-Programm bietet Outlook noch viel mehr.

Kursinhalte:
- Kontakteinträge pflegen und verwalten
- Kontaktdaten filtern und im Datenaustausch mit anderen Anwendungen nutzen
- Termine und Terminserien einrichten
- Kalender nutzen, Aufgaben einrichten und verwalten

- Posteingang organisieren und grundlegende E-Mail-Funktionen verwenden
- Journale zur Dateiverwaltung nutzen
- mit Notizen arbeiten

montags, 18:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 7. Nov. 2022, 3-mal
vhs, Raum 32
EUR 123,00

S 50150

Outlook - Aufbaukurs

Martin Dorfi

In vielen Büros kommt MS Outlook zum Einsatz. Ausgerüstet mit dem Handwerkszeug für den Umgang mit E-Mails sowie elektronischer Termin- und Aufgabenverwaltung werden Sie in kürzester Zeit zum Organisations- und Kommunikationsprofi und beherrschen die Werkzeuge effektiven Informationsmanagements.
Kursinhalte:

- Farben, Ansichten, Favoriten-Ordner, Suchordner, Organisation von Ordnern
- Termine anlegen
- Beschriftungen, Kategorien
- Absagen, Verschiebungen, Terminverwaltung, Terminserien, Ereignisse, Ressourcenverwaltung
- mit Verteilerlisten arbeiten
- Adressen kategorisieren, importieren, exportieren, ausdrucken
- Signaturen
- Ablage organisieren

Voraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit Outlook

Montag, 16. Jan. 2023, 18:30 bis 21:45 Uhr,
Montag, 23. Jan. 2023, 18:30 bis 21:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 93,50

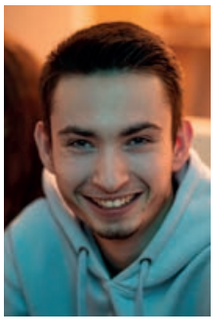
SMARTPHONE · TABLET

S 50158A

Apple-iOS-Basiskurs

Das eigene iPhone bzw. iPad kennenlernen

Konstantin Baier



Sie haben bereits ein iPhone oder ein iPad? Sie wollen wissen, was mit diesem Gerät alles möglich ist und wie Sie es besser nutzen können? Bringen Sie Ihr Smartphone bzw. Tablet mit, um es besser kennenzulernen. Erfahren Sie, wie es bestmöglich eingerichtet wird und welche versteckten Funktionen in ihm schlummern. Erhalten Sie einen Überblick über nützliche Apps, die den Alltag erleichtern, und lernen Sie, wie Sie diese Apps auf Ihr Gerät bekommen.

Samstag, 29. Okt. 2022, 9 bis 12:15 Uhr
vhs, Raum 22
EUR 24,00

S 50160A / S 50160B

Android-Basiskurs

Das eigene Smartphone bzw. Tablet kennenlernen

Martin Dorfi

Sie haben bereits ein Smartphone oder Tablet von Google, Samsung, Xiaomi, Oppo oder Huawei bzw. nutzen das Betriebssystem Android? Sie wollen wissen, was mit diesem Gerät alles möglich ist und wie Sie es besser nutzen können? Bringen Sie Ihr eigenes Android-Gerät mit, um es besser kennenzulernen. Erfahren Sie, wie es bestmöglich eingerichtet wird und welche versteckten Funktionen in ihm schlummern. Erhalten Sie einen Überblick über nützliche Apps, die den Alltag erleichtern, und lernen Sie, wie Sie diese Apps auf Ihr Gerät bekommen.

vhs, Raum 22
EUR 25,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
S 50160A: Samstag, 8. Okt. 2022, 9:30 bis 12:45 Uhr
S 50160B: Samstag, 19. Nov. 2022, 9:30 bis 12:45 Uhr

S 50161

Android-Aufbaukurs

Das eigene Smartphone bzw. Tablet noch besser nutzen

Martin Dorfi

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die schon Erfahrung mit ihrem Android-Smartphone bzw. -Tablet haben und damit umgehen können, es jedoch noch besser nutzen wollen.
Kursinhalte:

- Synchronisation von Kalendern, Mails, Notizen und Kontakten auf mehreren Geräten und mit dem PC
- effektive Nutzung des Terminkalenders
- Verwendung von Office Apps (Word, Excel)
- Verwendung von Cloud-Diensten
- eigene Fragen und Themen

Samstag, 3. Dez. 2022, 9:30 bis 12:45 Uhr
vhs, Raum 22
EUR 28,00

INTERNET · FACEBOOK · WHATSAPP & CO.

S 50161W

WhatsApp, Telegram, Signal, Threema und Co.

Messenger-Dienste und ihre vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten
Online-Seminar

Christian Winklmeier

Über 2,5 Milliarden Menschen weltweit nutzen einen oder mehrere Messenger-Dienste. Der große Vorteil: meist keine Kosten, benötigt wird nur eine Internetverbindung, man kann sich schnell und unkompliziert per Chat oder Videokonferenz unterhalten, Videos austauschen etc. Welcher Dienst bzw. welche Dienste passen zu mir? Wie gestaltet sich der Datenschutz? Welche Funktionen kann ich nutzen?

Dieser Kurs ist für all diejenigen geeignet, die bisher noch keinen Messenger nutzen, aber auch für die, die sich tiefer mit den Anwendungsmöglichkeiten beschäftigten und Alternativen testen wollen. Für den Kurs benötigen Sie kein Smartphone, für die Nutzung der Dienste danach wäre es von Vorteil.

Donnerstag, 13. Okt. 2022, 9 bis 10:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 12,00

S 50162W

Facebook - Einrichtung und Anwendung

Online-Seminar

Christian Winklmeier

Über 32 Millionen Deutsche nutzen Facebook und damit ein Portal, das an der Spitze der sozialen Medien steht. In diesem Kurs werden wir uns konkret damit beschäftigen, wie Sie ein Profil einrichten können, welche wesentlichen Funktionen es gibt (Beiträge und Bilder posten, Kommentare verfassen, Gruppen beitreten etc.) und wie Sie sich bestmöglich vernetzen können.

Donnerstag, 9. Feb. 2023, 17 bis 18:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 12,00

HOMEPAGE · WEBDESIGN · CMS

S 50165

Kostenlose Website mit Jimdo

Benjamin Kraut

Mit dem Webbaukastensystem Jimdo erstellen Sie einfach und schnell eine eigene Homepage, die Sie für den Beruf, den Verein oder Ihr Hobby einsetzen können. In diesem Kurs wird Ihnen gezeigt, wie Sie sich bei Jimdo anmelden, ein passendes Design wählen, Ihre Seiten anlegen und mit Bildern, Texten und Videos füllen. An vier Abenden erarbeiten Sie einen eigenen Webauftritt, welcher nach Kursende im World Wide Web zu finden ist und anschließend weiterbearbeitet werden kann.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse und ein sicherer Umgang mit Tastatur und Maus; außerdem eine online abrufbare E-Mail-Adresse (Zugangsdaten mitbringen).

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

montags, 18:30 bis 21 Uhr
Beginn: 28. Nov. 2022, 4-mal
vhs, Raum 32
EUR 89,00

S 50167

Internetauftritt gestalten mit Joomla!

Content Management System (CMS) leicht gemacht

Benjamin Kraut

Joomla! ist ein Content Management System (CMS), mit dem sich auf einfache Art und Weise die Inhalte einer Website verwalten und gestalten lassen. Es eignet sich ausgezeichnet für kleinere und mittlere Internet-Auftritte. Joomla! ist sehr einfach zu bedienen und flexibel. Mit Hilfe zahlreicher Erweiterungen lassen sich viele zusätzliche Funktionen integrieren.
Kursinhalte:

- Installieren und Einrichten von Joomla!
- Bearbeiten einer Website im Front-End
- Arbeiten im Back-End
- Kennenlernen der wichtigsten Module und Komponenten
- Überblick der weiteren Funktionen wie Fotoalbum, Gästebuch, Forum und Shopsystem
- Zuweisung von Benutzerrechten und Bereichen
- Durchführung von Wartungsarbeiten

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit dem PC sowie fundierte Kenntnisse in Windows und Internet, insbesondere sicheres Navigieren im Browser.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

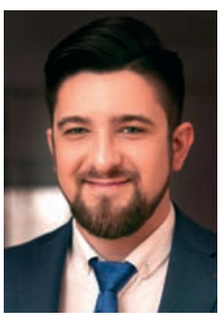
donnerstags, 18:30 bis 21:45 Uhr
Beginn: 6. Okt. 2022, 4-mal
vhs, Raum 32
EUR 158,00 inkl. Lehrbuch

S 50169

Homepage oder Blog einrichten mit WordPress

Grundlagen

Baris Keskin



WordPress gehört zu den am häufigsten verwendeten Blog-Systemen im World Wide Web. Jedoch ist das Blogging nur eine der Disziplinen, die WordPress hervorragend beherrscht. Lassen Sie sich zeigen, wie Sie mit dem flinken Werkzeug einen Blog, eine Homepage oder beides gleichzeitig erstellen. Sie lernen, wie man WordPress grundlegend einstellt, das passende Design aussucht und installiert und wie man den Funktionsumfang von WordPress mit nützlichen Plugins erweitert. Am Ende des Kurses können Sie mit Hilfe von WordPress Ihre persönlichen Inhalte publizieren und verwalten.
Internetspeicherplatz für die WordPress-Installation wird während des Kurses zur Verfügung gestellt.

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit PC und Internetbrowser. Wenn vorhanden, bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Künzelsau.

Drei Mittwochabende, 5./12./19. Okt. 2022,
jeweils 18:30 bis 21:15 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 89,50

S 50170

WordPress

Aufbauworkshop

Baris Keskin

Dieser Workshop richtet sich an Personen mit WordPress-Erfahrung oder Teilnehmende eines entsprechenden Grundkurses.
Themen:

- Suchmaschinenoptimierung (SEO)
- Vorstellung weiterer Plugins, z.B. für Slider und Veranstaltungen
- Themes bearbeiten und verändern
- Vertiefung verschiedener Inhalte und Eingehen auf individuelle Fragen

Internetspeicherplatz für die WordPress-Installation wird während des Kurses zur Verfügung gestellt.

Voraussetzung: Erfahrung mit Wordpress oder Grundlagenkurs. Wenn vorhanden, bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Mittwoch, 9./16. Nov. 2022, 18:30 bis 20:45 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 70,00

FOTOGRAFIE · BILDBEARBEITUNG · FOTOBUCH

S 50172

Besser fotografieren mit Ihrer Kamera

Grundlagen der Fotografie - mit Praxisworkshop im Freien

Dominik Schnell

In diesem Kurs lernen Sie Ihre Kamera und die Grundlagen der Fotografie kennen. Ziel ist es, die wichtigsten Funktionen der Kamera zu beherrschen und nicht mehr auf die Automatikfunktionen angewiesen zu sein. Sie erhalten fachliches Basiswissen (Brennweite, Blende, Zeit, ISO) und erfahren aus der Praxis, welches Fotozubehör sinnvoll ist und welche Möglichkeiten digitale Fotografie bietet. Außerdem werden Grundlagen der Bildkomposition besprochen. Durch praktische Aufgaben bei einem Außentermin wird das erlernte Wissen vertieft.

Der Referent fotografiert seit Jahren leidenschaftlich in den Bereichen Landschafts- und People-Fotografie.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Bedienung der eigenen Kamera.
Bitte mitbringen: Digitalkamera mit Speicherkarte und Handbuch sowie geladene Akkus.

Samstag, 8. Okt. 2022, 13 bis 17 Uhr
vhs, Raum 21
EUR 52,00

S 50177

Adobe Photoshop

Grundlagen der Bildbearbeitung für Anfänger*innen

Petra Rodriguez

Steigen Sie ein in die spannende Welt der digitalen Bildbearbeitung und freuen Sie sich auf die Übungen: von einfachen Retuschearbeiten über Farbkorrekturen bis hin zur Fotomontage.
Kursinhalte:

- Einführung Farbräume, Auflösung, Dateiformate
- Arbeitsbereich, Werkzeuge
- Ebenen, Masken, Filter
- Bildbearbeitung, Bildoptimierung, Composing, Montagen
- Tipps und Tricks

Zusammen mit der Volkshochschule Schwäbisch Hall.

Samstag, 12. Nov. 2022, 9:30 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 22
EUR 147,00 inkl. Lehrbuch

S 50181

Bildbearbeitung mit GIMP 2.10

Das kostenlose Programm zur Fotobearbeitung

Petra Rodriguez

Steigen Sie ein in die spannende Welt der digitalen Bildbearbeitung und freuen Sie sich auf die Übungen: von einfachen Retuschearbeiten über Farbkorrekturen bis hin zur Fotomontage. EDV-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Künzelsau.

Samstag, 11. Feb. 2023, 9:30 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 147,00 inkl. Lehrbuch

S 50182A

Digitales Fotobuch gestalten

Rainer Abele

Gestalten Sie Ihr individuelles Fotobuch oder ein ganz persönliches Foto-Heft. Dokumentieren Sie einen schönen Urlaub, ein wichtiges Ereignis wie Hochzeit oder Jubiläum, oder halten Sie das Aufwachsen Ihrer Kinder und Enkel fest. Ein Fotobuch zu drucken ist eine gute Alternative zum Fotoalbum. Ein selbst gestaltetes Fotobuch ist übrigens immer auch ein besonderes Geschenk, denn es bewahrt schöne Erinnerungen und verleiht Ihrem Präsent eine ganz persönliche Note.

Gearbeitet wird mit der CEWE-Fotobuch-Software, die kaum Wünsche offen lässt. Im Preis inbegriffen ist ein Gutschein für ein kostenloses Fotobuch im Wert von EUR 21,95.

Wenn vorhanden, bitte eigenen Laptop und Maus mitbringen.

Mittwoch, 30. Nov. 2022, 19 bis 21:15 Uhr,
Mittwoch, 7. Dez. 2022, 19 bis 21:15 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 65,00
Wenn der Kurs nicht in Präsenz stattfinden kann, wird er online durchgeführt.

LAYOUT · DTP · 3D

S 50186

Adobe InDesign

Grundlagen der Layoutgestaltung für Einsteiger*innen

Petra Rodriguez

Sie wollen layouten? Mit Hilfe konkreter Beispiele lernen Sie das Anlegen neuer Layout-Dokumente und die Integration von Texten, Bildern und Grafiken zum Erstellen ansprechender Layouts. Der Einsatz von Formen und Farben ist ebenso Thema wie die PDF-Ausgabe.

Kursinhalte:

- Arbeitsbereich, Werkzeuge, Bedienfelder
- Dokumente anlegen
- Gestalten mit Text, Bildern, Grafiken, Objekten, Formen
- Zeichen- und Absatzformatierung
- Satz und Layout, Musterseiten
- Farben, Konturen und Füllungen
- PDF-Ausgabe
- Tipps und Tricks

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 10. Dez. 2022, 9:30 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 22
EUR 147,00 inkl. Lehrbuch

BITTE BEACHTEN SIE

Ihre Anmeldungen zu vhs-Veranstaltungen sind verbindlich. Abmeldungen sind bis 7 Tage vor Kursbeginn kostenfrei. Telefonische Anmeldungen nur mit Einzugsermächtigung.

S 50188X

Blender 3D Modelling

Johannes Riemer

Entwerfen Sie mit dem freien und kostenlosen Programm „Blender 3D“ Objekte, Animationen und Bilder wie mit teuren Profi-Tools. Simulieren Sie Stoff, Rauch, Wasser oder gar Explosionen und Kollisionen. Angefangen von einfachen Körpern bis hin zu kleinen Animationen lernen Sie hier die grundlegende Verwendung dieses einzigartigen 3D-Tools kennen.

Voraussetzung: PC-Grundlagenkenntnisse. Da die Programmoberfläche einfach, aber in Englisch gestaltet ist, sind grundlegende Englischkenntnisse von Vorteil.

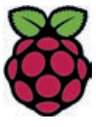
Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Sa/So, 12./13. Nov. 2022, jeweils 11 bis 17 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 120,00

SICHERHEIT · WARTUNG · SELBSTBAU

S 50192

Raspberry Pi



Martin Dorfi

Der Raspberry Pi (www.raspberrypi.org) ist ein voll ausgestatteter Rechner im Scheckkartenformat mit einem Linux-Betriebssystem.
Die Urlaubsfotos als Diashow auf dem Fernseher? Und dazu ein Musikmix aus ihrer Sammlung? Oder doch lieber ein Film aus der Mediathek? Und das Ganze bitte auch mit dem Handy steuern? Kein Problem. Mit dem Raspberry Pi können Sie sich eine flexible und kostengünstige Medien-Zentrale aufbauen und all das umsetzen. In diesem Workshop wird Schritt für Schritt gezeigt, wie Sie mit dem Gerät umgehen und wofür Sie es benutzen können.

Voraussetzung: Gute PC- und Windows-Kenntnisse. Grundlegende Linux-Kenntnisse sind von Vorteil. Keine Vorkenntnisse in der Elektrotechnik notwendig.

Bitte melden Sie sich frühzeitig an, wir besorgen dann auf Wunsch den Raspberry Pi für Sie. Die dafür anfallenden Kosten (ca. EUR 100,00 für den Raspberry Pi 4 B und eine SDHX-Speicherkarte) werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet. Wenn Sie schon ein Gerät haben, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an und bringen es zum Kurs mit.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 14. Jan. 2023, 9 bis 14 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 52,50

S 50190X

Hacker-Workshop

Tobias Madl

Tobias Madl, Kapitän des Deutschen Hacker-Teams konnte sich bei der „5. European Cyber Security Challenge“ in London gegen 16 weitere Teams aus verschiedenen Nationen behaupten und den Titel holen.
Madl und sein Teamkollege Alain Rödel zeigen uns an diesem Tag mal die andere Seite - die Seite eines Hackers. Dadurch lässt sich das Thema IT-Sicherheit durchleuchten und können die Folgen von unsicherer Software und Fehlkonfigurationen erlebt werden.

Darüber hinaus gibt es Infos über den gemeinnützigen Verein „Nachwuchsförderung IT-Sicherheit“, der sich der Förderung von jungen Talenten im Bereich der Informationssicherheit widmet. Ziel ist es, breites Wissen über Fachthemen der IT-Sicherheit zu vermitteln, Nachwuchskräfte im Bereich IT-Sicherheit zu unterstützen und zu fördern. Das beinhaltet thematische Fortbildungsmöglichkeiten, finanzielle Unterstützung von lokalen Förderprojekten, ein Alumni-Netzwerk und die Vermittlung an Firmen in diesen Bereichen.

Interessierte potenzielle Kooperationspartner, Unterstützer und Förderer sind ebenfalls herzlich eingeladen.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Bringt bitte euren Laptop mit.

Samstag, 11. Feb. 2023, 10 bis 14 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
Kostenfrei

INDIVIDUELLE IT-SCHULUNGEN

S 50193A / S 50193B / S 50193C

Computer-Sprechstunde

Martin Dorfi

Die Computersprechstunde richtet sich an interessierte PC- oder Notebook-Nutzer*innen, die Rat zu aktuellen Problemen bei der Arbeit mit ihrem Rechner benötigen. Die Computersprechstunde wird ca. einmal monatlich angeboten. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich von einem erfahrenen Kursleiter in individuellen Fragen beraten zu lassen. Auch individuelle Terminvereinbarung möglich.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit den entsprechenden Geräten

vhs, Raum 32
EUR 47,00 pro Termin

Drei Termine:
S 50193A: Montag, 7. Nov. 2022, 17 bis 18 Uhr
S 50193B: Donnerstag, 8. Dez. 2022, 17 bis 18 Uhr
S 50193C: Montag, 16. Jan. 2023, 17 bis 18 Uhr

S 50194

Individuelle IT-Schulungen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Mein Thema - mein Ort - meine Zeit

Dozententeam

Sie haben spezielle Fragen oder Wünsche rund um Hardware, Software und Handhabung von Programmen, die in einem Gruppenkurs nicht ausreichend behandelt werden können? Die Kurszeiten passen nicht für Sie? Sie wollen eine speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Schulung? Dann nutzen Sie unser neues flexibles Angebot der individuellen IT-Schulung. Zeit, Dauer, Anzahl der Termine (Minimum zwei Unterrichtseinheiten à 45 Minuten), Ort und Themen bestimmen Sie! Wir kümmern uns um den/die passende*n Trainer*in.

Die Schulungen finden als Einzel- oder Zweierschulung bei Ihnen zu Hause, in den vhs-Räumen oder auch online mit dem eigenen PC oder Notebook statt. Auch Coachings für Tablet, Smartphone oder eBook-Reader sind möglich.

Anfragen per E-Mail an
martin.dilger@crailsheim.de

Beginn frei wählbar
An der vhs oder bei Ihnen zu Hause
EUR 79,00 für 90 Minuten
EUR 89,00 bei spezielleren Themen

PROGRAMMIEREN

S 50198X

Einstieg in die Programmierung mit C#

Ernst Glockzin

C# ist eine moderne Programmiersprache, bei Profis beliebt und leicht zu erlernen. Kleine, praktische Übungen zeigen uns die grundlegenden Elemente der objektorientierten Programmierung. Dabei arbeiten wir mit dem kostenlos erhältlichen Software-Paket Visual Studio Community Edition. Außer sicherem Umgang mit Windows sind keine Vorkenntnisse nötig, so dass dieser Kurs für Einsteiger*innen und Umsteiger*innen aller Altersgruppen geeignet ist.
Kursinhalte:
- das .net-framework
- die Welt der Objekte
- Namensräume und Datentypen
- Variablen, Konstanten, Operatoren
- Funktionen und Klassen
- Kontrollstrukturen
- Schleifen
- Ausnahmen

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Samstag, 14./21. Jan. 2023, jeweils 9:30 bis 16 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 220,00

BÜROPRAXIS

S 50405W / S 50406W

Computerschreiben in fünf Wochen

Online-Kurs

Christa Ludwig

Das ergonomische und rationelle Bedienen der Tastatur ist nur mit dem 10-Finger-Tastschreiben möglich. Mit abwechslungsreichen Lernmethoden wird diese Fähigkeit in diesem Online-Kurs in kurzer Zeit erreicht. Das logisch-rationale Denken wird ebenso berücksichtigt wie das bildhafte Vorstellungsvermögen.
Kursinhalte:
- richtige Sitz- und Handhaltung
- Beherrschung der Buchstabenreihen einschließlich Großschreibung
- richtiges Bedienen der Ziffern
- Anwendung der Zeichen nach den Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung

Wer dazu noch täglich eine Viertelstunde übt, wird schon bald schneller und sicherer.

Dieser Online-Kurs richtet sich an Erwachsene sowie Schülerinnen und Schüler ab der 9. Klasse. Auch für Azubis ist er bestens geeignet.

Die Zugangsdaten zur Konferenzplattform werden den Angemeldeten rechtzeitig vor dem Kurs zugesendet. Auch die Kursunterlagen werden vorab verschickt.

Zusammen mit den Volkshochschulen Weingarten und Bad Urach-Münsingen.

An Ihrem eigenen Rechner
EUR 63,00 pro Kurs

Zwei Online-Kurse:

S50405W:
mittwochs, 16 bis 17:30 Uhr
Beginn: 12. Okt. 2022, 5-mal

S50406W:
samstags, 10 bis 11:30 Uhr
Beginn: 14. Jan. 2023, 5-mal

S 50408

Computerschreiben in fünf Wochen
Präsenz-Kurs

Christa Ludwig

Kursinhalte wie bei den Online-Kursen. Die notwendigen Schulungsunterlagen können kostenfrei ausgeliehen und während des Kurses zum Üben mit nach Hause genommen werden.

montags, 18:30 bis 20 Uhr
Beginn: 21. Nov. 2022, 5-mal
vhs, Raum 22
EUR 63,00

S 50410WX

Moderne Geschäftskorrespondenz gut formulieren
Online-Kurs

Gunna Schiprowski, Business Coach, Trainerin

Ob Brief oder E-Mail: Geschäftliche Mitteilungen sollen möglichst kurz, informativ, prägnant und leserfreundlich sein. Schluss mit veralteten Floskeln und Endlos-Sätzen! In diesem Seminar üben Sie an vielen Beispielen, wie Sie moderne Brieftexte aufbauen und auch komplexe Inhalte leicht verständlich formulieren. Von den aktuellen DIN-Regeln über allgemeine Geschäftsbriefe bis zu speziellen Themen – Sie bekommen praxisnahe Tipps, wie moderne Korrespondenz „auf den Punkt" und kundenorientiert gestaltet wird.

Der Kurs findet über die Plattform Zoom statt, sodass Sie mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone ganz entspannt von zu Hause aus am Kurs teilnehmen können. Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns rechtzeitig vor dem Kursstart.

In Zusammenarbeit mit der vhs Weingarten. Anmeldung direkt dort: bit.ly/3cMwNb4

Donnerstag, 27. Okt. 2022, 9 bis 16 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 95,00

S 50412X

Einfach gut organisiert!
Büromanagement und Kommunikation für das Sekretariat

Sabine Wöhrstein

Mehr leisten in immer kürzerer Zeit. Wir erarbeiten, wie Sie durch zielstrebiges und strukturiertes Handeln sowie mit aktuellen Techniken des Zeit- und Selbstmanagements mehr persönliche Souveränität gewinnen. Genauso wichtig wie die Qualität unserer Arbeit ist eine gelingende Kommunikation im Büro, ein konstruktiver Umgang mit Stress und Konflikten. Im Sekretariat laufen oft alle Fäden zusammen, es gibt verschiedene Listen, unterschiedliche Arbeitsweisen; oft sind Mitarbeiter*innen auch der Kummerkasten für andere. Mit bewusster und konstruktiver Arbeitsweise kann man hier gegensteuern. Wir erarbeiten, wo Ihre individuellen kommunikativen Stärken liegen und erfahren, wie sich Konflikte entschärfen lassen.

Weitere Inhalte: Strukturierung, Zeitmanagement, Selbstmotivation, Deeskalationstechniken, Gesprächsführung.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Mittwoch, 11. Jan. 2023, 9 bis 16:30 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 120,00

Beachten Sie auch die Kurse zu Word, Excel und Outlook auf den Seiten zuvor - ebenfalls in der Regel mit Bezug zu kaufmännischen Tätigkeiten.

RECHNUNGSWESEN

XPERT-BUSINESS-KURSE

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.
In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.
Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Website www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z.B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule. Genaue Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen sowie Credit-Points erhalten Sie auf der Website www.xpert-business.eu/hochschule.

Xpert Business Abschlüsse | Betriebswirtschaft

	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen | Lohn | Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		● alternativ		● alternativ	●	●
Finanzwirtschaft		●			● alternativ		● alternativ	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●

S 50415

Xpert Business Finanzbuchführung Grundlagen (1)

Rainer Arnold, Betriebswirt (VWA)

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im betriebswirtschaftlichen Bereich. Er vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt.
Kursinhalte:
- Grundlagen der Buchführung
- Grundlagen der Bilanz und Inventur
- Organisation der Buchführung
- Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben
- Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren
- Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland)

Für diesen Kurs sind keine fachlichen Vorkenntnisse erforderlich außer einer soliden Allgemeinbildung, Vertrautheit im Umgang mit Zahlen und gute Deutschkenntnisse. Nach Absprache im Kurs kann ein Teil der Kurstermine auch online stattfinden.
Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden.

Der Dozent hat jahrelange Erfahrung im Rechnungswesen, ist Ausbilder für kaufmännische Berufe sowie nebenberuflicher Dozent bei Volkshochschulen.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

montags, 18 bis 21:15 Uhr
Beginn: 10. Okt. 2022, 15-mal
vhs, Raum 11
EUR 429,50 inkl. Lehr- und Übungsbücher im Wert von über EUR 50,00

S 50435W

Xpert Business LernNetz Online-Kurse

Dozententeam

Folgende Kurse werden als Online-Kurse mit Durchführungsgarantie angeboten. Sie können an diesen Kursen von zu Hause aus teilnehmen und die Live-Übertragungen auch zu einem späteren Zeitpunkt jederzeit abrufen. Technische Voraussetzungen: Ihr Rechner muss über eine stabile Internetverbindung (mind. 2 MBit/s) und einen aktuellen Browser mit Flash-Plugin verfügen. Soundausgabe über Lautsprecher oder Kopfhörer.
- Finanzbuchführung 1
- Finanzbuchführung 2
- Finanzbuchführung 3 mit DATEV
- Finanzbuchführung 3 mit Lexware
- Lohn und Gehalt 1
- Lohn und Gehalt 2
- Lohn und Gehalt 3 mit DATEV
- Lohn und Gehalt mit Lexware
- Betriebliche Steuerpraxis
- Finanzwirtschaft
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Bilanzierung
- Controlling
- Personalwirtschaft
- Einnahmen-Überschuss-Rechnung

dienstags und donnerstags, 18:30 bis 20:30 Uhr
Beginn: 8. Nov. 2022, 20-mal (die beiden DATEV-Kurse beginnen zwei Wochen später)
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 360,00 pro Modul (inkl. umfangreiche Schulungsunterlagen)
Optionale Prüfung (Xpert-Business-Zertifikat): EUR 95,00

Bitte geben Sie bei der Buchung an, welches Modul Sie belegen wollen.

S 50436W und ff.

Xpert Business LernNetz Video-Selbstlern-Kurse

Der Einstieg in diese qualifizierten Video-Selbstlernkurse ist jederzeit möglich. Sie können bequem von zu Hause lernen, in Ihrem eigenen Tempo. Im Forum können sich alle Teilnehmer*innen untereinander zum jeweiligen Thema austauschen und gemeinsam lernen und natürlich auch Fragen stellen.

Folgende Videokurse sind verfügbar:
- Finanzbuchführung 1
- Finanzbuchführung 2
- Finanzbuchführung 3 mit DATEV
- Lohn und Gehalt 1
- Lohn und Gehalt 2
- Lohn und Gehalt 3 mit DATEV
- Betriebliche Steuerpraxis
- Finanzwirtschaft
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Bilanzierung
- Controlling
- Personalwirtschaft
- Einnahmen-Überschuss-Rechnung

Die Anmeldung zum Kurs erfolgt telefonisch bei der vhs Crailsheim. Sie erhalten im Anschluss einen Teilnehmer-Code zur Registrierung auf der Webseite des Xpert-Business-LernNetzes. Die Videos stehen Ihnen ab dem Zeitpunkt der Einschreibung für sechs Monate zur Verfügung.

Technische Voraussetzungen: stabile Internetverbindung, aktueller Browser (z.B. Firefox oder Chrome). Soundausgabe ist über Lautsprecher oder Kopfhörer möglich.

Kostenlose Info-Webinare und weitere Informationen zum Xpert Business LernNetz finden Sie unter www.xpert-business-lernnetz.de.

Beratung und weitere Informationen: Martin Dilger: 07951 403-3800 oder unter martin.dilger@crailsheim.de

Kursumfang: 20 Videos à 120 Minuten (DATEV-Kurse 16 Videos)
EUR 250,00 inkl. Unterrichtsmaterial
Optionale Prüfung (Xpert-Business-Zertifikat): EUR 95,00

DATEV · LEXWARE · SAP

S 50465W

Kostenfreie Schnuppertermine zu DATEV, Lexoffice und SAP R/3

Willi Wagner

In sechs kostenfreien Online-Veranstaltungen mit einer Dauer von je 30 Minuten lernen Sie an ausgewählten Beispielthemen die Inhalte unserer vhs-Kurse zu DATEV, Lexoffice und SAP R/3 kennen. Sie können die Termine einzeln wählen. Die entsprechenden Kurse werden im Herbst/Winter als Einzelkurse in Präsenz und online sowie als Bestandteil von drei Online-Wochenkursen angeboten.

Zeitliche Gliederung:
9 - 9:30 Uhr: DATEV Lohnabrechnung mit Demo: Erfassung von Mitarbeiterstammdaten, Vorbereitung der Lohnabrechnung
10 - 10:30 Uhr: DATEV Finanzbuchführung mit Demo: Kontierung und Buchungserfassung von Geschäftsvorfällen
11 - 11:30 Uhr: SAP R/3 Grundlagen mit Demo: Konzept, Module und Benutzeroberfläche
14 - 14:30 Uhr: SAP R/3 Anwendungen mit Demo: Ausgewählte Anwendung nach Abstimmung mit Teilnehmenden
15 - 15:30 Uhr: Lexoffice FiBu und Lohn: Buchen von Geschäftsfällen und Entgeltabrechnung
16 - 16:30 Uhr: Vorstellung der drei Online-Kurswochen: Inhalte zu den Themen DATEV-Integration, Digitalisierung und Geschäftsprozesse mit SAP R/3

Die Infoveranstaltungen finden als Onlinekonferenz mit ZOOM statt. Der Link wird einen Tag vor Beginn durch den Kursleiter an die Teilnehmenden versandt. Geben Sie bei der Anmeldung eine E-Mail-Adresse an und teilen mit, an welchen Slots Sie teilnehmen wollen.

Samstag, 24. Sept. 2022, 9 bis 16:30 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

S 50481W

Integration von DATEV-Lösungen in Entgeltabrechnung, Auftragsbearbeitung und Rechnungswesen

Online-Kurs

Willi Wagner

In dieser Online-Seminarwoche erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die Programmteile Lohn und Gehalt, Auftragsbearbeitung sowie Rechnungswesen/Finanzbuchhaltung der DATEV-Software Mittelstand.

Kursinhalte:
Einrichten eines Firmenstamms; Anlage und Pflege von Mitarbeiterstammdaten; Erfassung von Lohndaten und Durchführung einer Lohnabrechnung; Abrechnung ausgewählter Beschäftigungsverhältnisse; Kundenauftragsabwicklung vom Angebot zur Fakturierung; Buchen von Geschäftsfällen aus den Bereichen Beschaffung, Produktion, Absatz, Zahlungsverkehr.

Die Teilnehmenden bearbeiten Beispielfälle mit der Software DATEV Mittelstand durch einen Online-Zugriff auf das Rechenzentrum der DATEV eG.

Nähere Infos auf www.vhs-crailsheim.de.

Montag, 26. Sept. bis Freitag, 30. Sept. 2022,
jeweils 9 bis 16 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 250,00

S 50484W

Geschäftsprozesse mit SAP R/3 in Logistik und internem/externem Rechnungswesen

Online-Kurs

Willi Wagner

In dieser Online-Seminarwoche lernen die Teilnehmenden den Einsatz von SAP R/3-Modulen in den Bereichen Beschaffung, Vertrieb, Kostenrechnung und Controlling sowie Finanzwesen/Buchhaltung kennen. Es wird aufgezeigt, in welcher Weise die integrierte Unternehmenssoftware SAP R/3 die Ausführung betrieblicher Kernprozesse unterstützt.

Kursinhalte:
Geschäftsprozesse und Geschäftsprozessmodellierung; das integrierte R/3-System; SAP-Basis und Benutzeroberfläche; Modul MM: Einkauf und Bestandsführung; Modul SD: Kundenauftragsbearbeitung und Versand; Modul CO: Controlling und Kostenrechnung; Modul FI: Rechnungswesen/Finanzbuchhaltung; Unterschiede zu SAP ERP und S/4HANA

Bei der Vorstellung der Module erfahren Sie, wie Anwenderinnen und Anwender ausgewählte betriebliche Aufgaben aus den Bereichen Logistik und Rechnungswesen mit SAP R/3 lösen. Zur Demonstration wird eine Simulationssoftware von SAP R/3 eingesetzt. Die Teilnehmenden können im Online-Kurs nicht auf diese Software zugreifen oder selbst Übungen an ihren Rechnern ausführen.

Nähere Infos auf www.vhs-crailsheim.de.

Montag, 9. Jan. bis Freitag, 13. Jan. 2023,
jeweils 9 bis 16 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 250,00

S 50493W

Digitalisierung in Buchhaltung und Lohnabrechnung am Beispiel von Lexoffice/Lexware

Online-Kurs

Willi Wagner

Sie lernen die Veränderung von Arbeitsprozessen durch Digitalisierung in Wirtschaft und Verwaltung kennen. Am Beispiel der Softwareprodukte Lexoffice und Lexware werden die veränderten Tätigkeitsfelder in der Lohnabrechnung sowie der Buchhaltung näher betrachtet. Die Teilnehmenden arbeiten während des Kurses fallweise mit diesen Programmen. Weitere Themen sind der rechtliche Rahmen, mit der Digitalisierung verbundene Probleme im Arbeitsleben sowie die gesellschaftlichen Auswirkungen dieser Prozesse.

Kursinhalte:
- GoBD: rechtliche Grundlage für die Digitalisierung im Rechnungswesen
- Lexoffice: Programmfunktionen, digitale Belege und Belegverarbeitung in Buchhaltung, Auftragswesen und Entgeltabrechnung
- Lexware: Programmfunktionen, Buchung digitaler Belege, digitale Personalakte, Digitalisierung in der Entgeltabrechnung
- Import und Export von Daten, Schnittstellen
- Digitale Betriebsprüfung durch die Finanzverwaltung
- Datenschutz und Datensicherheit

Willi Wagner ist Industriekaufmann, Datenverarbeitungskaufmann und kaufmännischer Ausbilder. Er besitzt mehrjährige Unterrichtserfahrung im Bereich Beruf und EDV, Schwerpunkt SAP und DATEV.

Die Teilnehmenden bearbeiten Beispielfälle mit den Programmen Lexoffice und Lexware. Hierzu ist eine Registrierung zur Nutzung der Demo-Versionen erforderlich.

Nähere Infos auf www.vhs-crailsheim.de.

Montag, 7. Nov. bis Freitag, 11. Nov. 2022,
jeweils 9 bis 16 Uhr
An Ihrem eigenen Rechner
EUR 250,00

T 50461

DATEV Rechnungswesen pro - Grundkurs

Willi Wagner

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse des Programms DATEV Rechnungswesen pro im Bereich der Finanzbuchhaltung.

Themen: Organisation der Finanzbuchführung, Programmstruktur, Mandantenanlage, Stammdaten, Kontenplan, Buchen von Geschäftsfällen, einfache Auswertungen
Ziel: Selbstständiges Buchen von Geschäftsfällen
Voraussetzung: Grundkenntnisse der Buchhaltung und Kontierung, PC- und Windows-Kenntnisse

Dienstag, 28. Feb. bis Freitag, 3. März 2023,
jeweils 18 bis 21:15 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 189,50 inkl. Kursunterlagen und eine 30 Tage-Testversion der Software

T 50467

SAP R/3, SAP ERP, S/4HANA - Konzepte, Struktur, Einsatzmöglichkeiten

Infovortrag - in Präsenz oder online

Willi Wagner

„SAP" steht für eine weltweit erfolgreiche Software, welche in Unternehmen und Behörden unterschiedlicher Größenordnung zur Planung, Durchführung und Steuerung betrieblicher Abläufe eingesetzt werden kann.
Im Vortrag wird aufgezeigt,
- welche Produktpalette der SAP AG zum betrieblichen Einsatz angeboten wird,
- welche Konzepte dieser Software zu Grunde liegen und worin sich die Softwareprodukte SAP R/3, SAP ERP, S/4HANA unterscheiden,
- welche betrieblichen Aufgaben (Anwendungen) durch die SAP-Software unterstützt werden können und weshalb sich die SAP-Anwendungen in Unternehmen oftmals unterscheiden (jedes Unternehmen hat sein „eigenes" SAP)

- welche Anforderungen an die Arbeit mit SAP-Programmen gestellt und welche SAP-Kenntnisse von Mitarbeiter*innen und Bewerber*innen erwartet werden

Neben begleitenden Vorführungen wird am Ende der Veranstaltung das Kurskonzept der vhs Crailsheim in diesem Bereich vorgestellt.

Dieser Vortrag kann sowohl in Präsenz als auch online besucht werden. Geben Sie bei der Anmeldung bitte an, wenn Sie online teilnehmen wollen.

Dienstag, 28. Feb. 2023, 16:30 bis 17:30 Uhr
vhs, Raum 32
Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

T 50470A / T 50470B

SAP R/3 - Überblick: System, Konzept, Umgang mit der Benutzeroberfläche

Willi Wagner

Durch die Simulation von SAP-Modulen innerhalb eines Computer based trainings (CBT) lernen die Teilnehmenden Bedieneroberfläche und Dialogfunktionen kennen. SAP R/3 ist Teil des im März 2003 eingeführten und aktuellen Produkts SAP ERP und ist heute in mittleren und großen Unternehmen sowie im öffentlichen Bereich stark verbreitet.
Sie erlernen in diesem Grundlagenkurs Anwenderkenntnisse im Umgang mit SAP R/3.
Inhalte:

- Aufbau und Bestandteile (Module) von SAP R/3 im Zusammenhang
- Meldevorgang am System mit eigener Passwortvergabe
- Benutzeroberfläche von SAP R/3
- Möglichkeiten, über die Benutzeroberfläche Anwendungen zu starten und im System zu navigieren
- Möglichkeiten, Datensätze anzulegen, abzurufen und zu ändern
- Möglichkeiten, Auswertungen zu erstellen und auszudrucken
- individuelle Benutzereinstellungen

Teilzeitbeschäftigte können den Kurs auch an zwei Vor- bzw. Nachmittagen oder beliebig nach Terminlage kombiniert belegen.

Für diesen Kurs kann Bildungszeit Beruf nach dem baden-württembergischen Bildungszeitgesetz in Anspruch genommen werden.

vhs, Raum 32
EUR 139,00 pro Kurs

Zwei Kurse:
T 50470A: Mittwoch, 1. März 2023, 9 bis 16:30 Uhr
T 50470B: Samstag, 4. März 2023, 9 bis 16:30 Uhr

T 50472A / T 50472B

SAP R/3 - Betriebliche Anwendung nach Wahl

Willi Wagner

Der Aufbaukurs setzt die im SAP R/3-Grundlagenkurs vermittelten Inhalte zu SAP R/3 voraus. Aus den Bereichen Logistik (Einkauf, Produktion, Absatz), Rechnungswesen und Personalwirtschaft können Sie eine frei wählbare Anwendung kennen lernen. Die Inhalte werden anhand einer vorgegebenen Fallstudie vorgestellt. Es wird mit einer Simulation von SAP R/3 in einer Lernprogrammumgebung gearbeitet.

Zielgruppe: Berufstätige, Auszubildende, Studierende, Arbeit suchende Menschen.

Pro Tag ist eine Anwendung vorgesehen. Teilzeitbeschäftigte können nach vorheriger Absprache einen Tageskurs an zwei beliebig wählbaren Vor- und Nachmittagen besuchen.

Folgende Anwendungen stehen zur Verfügung:
1. SAP R/3 in der Hauptbuchhaltung (FI-GL)
2. SAP R/3 in der Debitorenbuchhaltung (FI-AR)
3. SAP R/3 in der Kreditorenbuchhaltung (FI-AP)
4. SAP R/3 in Kostenrechnung und Controlling (CO)
5. SAP R/3 beim Einsatz in der Auftragsbearbeitung (SD)
6. SAP R/3 im Versand (SD)
7. SAP R/3 Grundlagen des Einkaufs (MM)
8. SAP R/3 im Bestellwesen (MM)
9. SAP R/3 in der Bestandsführung (MM)
10. SAP R/3 in der Personalverwaltung (HR)
11. SAP R/3 in der Personalabrechnung (HR)
12. SAP R/3 in der Produktionsplanung (PP)

Nähere Infos zu den Modulen auf www.vhs-crailsheim.de

Abstimmung der gewählten Anwendung mit dem Kursleiter etwa 10 Tage vor Kursbeginn per E-Mail notwendig. Bitte E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben.

Voraussetzung: Besuch des SAP Grundlagenkurses oder vergleichbare Kenntnisse, PC-Kenntnisse

vhs, Raum 32

Zwei Kurse:

T 50472A:
Freitag, 3. März 2023, 9 bis 16:30 Uhr
EUR 139,00

T 50472B:
Sonntag, 5. März 2023, 9 bis 13 Uhr
EUR 85,00

T 50475

Einführung in Lexoffice

Willi Wagner

Mit Lexoffice steht kleinen Gewerbetreibenden, Selbständigen und Angehörigen freier Berufe eine Software zur Verfügung, welche u.a. mit folgenden Funktionen die Abwicklung von Geschäftsprozessen und die Vorbereitung betrieblicher Entscheidungen unterstützt:

- Aufgaben der Buchhaltung (Buchungserfassung und Auswertungen, Offene-Posten-Buchhaltung, Mahnwesen, Erstellung von USt-Voranmeldung, Einnahmen-Überschuss-Rechnung u.a.)
- Auftragsbearbeitung mit Angebotserstellung und Fakturierung
- Ermittlung betrieblicher Kennzahlen und Größen für unternehmerische Entscheidungen

Es handelt sich um eine Cloud-basierte Software, welche auch den Zugriff über Tablets unterstützt (neben PC und Laptops). Eine 30-Tage-Testversion ist im Handumdrehen eingerichtet. Der Kurs stellt ausgewählte Anwendungen aus den Bereichen Rechnungswesen sowie Auftragsbearbeitung im Überblick vor.

Teilnahme auf Anfrage auch online möglich!

Mittwoch, 1. März 2023, 9 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 139,00

WEITERE KURSE

T 50459

Lohn und Gehalt
Steuer- und sozialversicherungsrechtliche Grundlagen

Willi Wagner

In diesem Online-Einführungskurs werden steuer- und sozialversicherungsrechtliche Grundlagen der Entgeltabrechnung behandelt. Die Teilnehmenden lernen das Abrechnungsschema von der Bruttolohnermittlung bis zum Auszahlungsbetrag kennen. An kleinen Fällen werden einfache Abrechnungsbeispiele vorgestellt und geübt.

Kursinhalte:
- rechtlicher Rahmen der Entgeltabrechnung
- Ermittlung des Bruttoarbeitsentgelts
- Zuschläge und Sachbezüge
- gesetzliche Abzüge
- Nettoarbeitsentgelt und auszuzahlender Betrag
- besondere Beschäftigungsverhältnisse
- Einmalzahlungen
- Nachweis- und Meldepflichten

Die Veranstaltung vermittelt die Grundlagenkenntnisse, welche im Kurs „Lohn und Gehalt mit DATEV“ vorausgesetzt werden. Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten. Begrenzte Platzzahl.

Donnerstag, 2. März 2023, 9 bis 16:30 Uhr
vhs, Raum 32
EUR 139,00 inkl. Kursunterlagen

KOMMUNIKATION · PRÄSENTATION · SELBSTMANAGEMENT

S 50603WX

Zukunftskompetenzen trainieren
Selbstorganisation, Selbstreflexion, Resilienz
Online-Kurs

Dozententeam

In bewegten Zeiten stark bleiben, flexibler auf sich verändernde Arbeitssituationen reagieren, fit für die Arbeitswelt 4.0 werden! In dieser Qualifizierung lernen und integrieren Sie
- einen bewussteren Umgang mit den eigenen Ressourcen
- wie Sie mit psychischen Belastungen am Arbeitsplatz und im Privatleben stabilisierend umgehen können.

Durch unser Analysetool ermitteln Sie eigenständig, in welchen Kompetenzbereichen Sie den größten Handlungsbedarf haben und erhalten wissenschaftlich fundierte Handlungsempfehlungen. Mit der multimedialen Lernbibliothek mit ca. 150 Lernmaterialien entwickeln Sie Ihr Wissen selbständig weiter. Ihre Aktivitäten werden in der Lernbibliothek protokolliert und Sie werden beim Monitoring unterstützt. Sie reflektieren Ihre Lernfortschritte in moderierten wöchentlichen Online-Peergroups mit Teilnehmenden aus unterschiedlichen Firmen und Branchen.

Ihr Online-Zugang bleibt drei Monate lang für Sie geöffnet. Die zehn Online-Treffen finden dienstags von 17 bis 18 Uhr statt.

Zusammen mit der vhs Aalen. Der Kooperationspartner MoreBUSINESS GmbH steht seit über 20 Jahren für Weiterbildung auf höchstem Niveau mit hochkarätigen und erfahrenen Referent*innen. Das Pilotprojekt zu dieser Qualifizierung wurde vom Wirtschaftsministerium Baden-Württemberg gefördert und wissenschaftlich begleitet und evaluiert durch die Ludwig-Maximilians-Universität München.

dienstags, 17 bis 18 Uhr
Beginn: 4. Okt. 2022, 10-mal
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 199,00

S 50605X

Emotionale Intelligenz

Sybille Horger-Thies, Dipl.-Pädagogin

Die Teilnehmer*innen setzen sich mit den Grundlagen der emotional erfolgreichen Gesprächsführung auseinander. Sie festigen ihre Fähigkeiten im Kommunikationsverhalten. Sie können sich im Gespräch sicher und konstruktiv verhalten. Ausgewählte Techniken der Gesprächsführung werden angewandt.

Ziele: Signale der Körpersprache erkennen, verstehen und nutzen, durch die emotionale Analyse des Kommunikationsprozesses kompetenter im Umgang mit den verschiedenen Gesprächspartnern werden.

Methoden: Praktische Übungen in Einzel- und Gruppenarbeit, Visualisierung der Lerninhalte

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Mittwoch, 12. Okt. 2022, 14 bis 20 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 79,00

S 50613X

Schlagfertigkeit wirkungsvoll trainieren

Matthias Dahms, Dipl.-Ökonom, Lehrbeauftragter der Hochschule Heilbronn

Schlagfertigkeit ist die Kunst, die richtigen Worte zu finden. Sie lernen spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen und den aktiven Wortschatz spürbar zu erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie lernen, sich zu begeistern und trainieren den selbstbewussten Einsatz der Körpersprache, der Ihnen eine sichere und souveräne Ausstrahlung verleiht. Sie trainieren spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall, Öhringen, Künzelsau und Ellwangen.

Mittwoch, 26. Okt. 2022, 18:30 bis 21:30 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 64,00 inkl. Lehrmaterial

S 50616X

Kluges Reagieren auf Beschwerden

Sybille Horger-Thies

Beschwerden sind ein zwar unangenehmer, aber notwendiger Teil der Arbeit. Meistern Sie Beschwerden mit einfachen Techniken leichter. Vermeiden Sie dabei Stress! Über das eigene Kommunikationsverhalten können Sie Beschwerdegespräche steuern und lösen.

Ziele: Hinterfragung der eigenen Sichtweise und der inneren Einstellung, Verständnisblockaden abbauen und Beschwerden gleichzeitig sachbezogen und einfühlsam lösen können.

Methoden: exemplarische Bearbeitung von Beschwerden, individuelle Übungen des klugen Umgangs, Visualisierung der Lerninhalte.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Freitag, 28. Okt. 2022, 14 bis 20 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 79,00

S 50618X

Job & Glück, geht das?

Petra Sassen

Entdecken Sie an diesem Nachmittag, wie Sie mit praktischer Portfolio-Arbeit Ihrem Job und Alltag mit mehr Freude, Stolz, Inspiration, Dankbarkeit und Hoffnung begegnen können. Seminarinhalte sind u.a. soziale und mentale Stärkung, Selbstwirksamkeit und Selbstregulierung sowie die „Fülle“ des Lebens.

Vermittelt wird u.a. auch, wie daraus Potenzial entwickelt, das eigene Leben gestaltet und andere Menschen im Umfeld motiviert werden können. Mit Übungen und Techniken kann der Persönlichkeitsentwicklungsprozess angestoßen werden.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Freitag, 11. Nov. 2022, 16:30 bis 20:30 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 49,00

S 50621

Keep cool
Konflikte verstehen und gewinnbringend lösen

Dr. Michael Schwelling

Enttäuscht? Frustriert? Genervt? Wo immer Menschen miteinander zu tun haben, kann es zu Reibereien und Missverständnissen kommen, die auf Dauer belastend sind. Lassen Sie nicht zu, dass Konflikte Ihr Lebensgefühl beeinträchtigen. Dieses Kompaktseminar gibt einen Überblick über bewährte Strategien und Methoden zur Konfliktentschärfung. In einer angeregten und möglicherweise heiteren Kursatmosphäre lernen Sie anhand von Fallbeispielen und exemplarischen Situationen nützliche Werkzeuge und praktische Vorgehensweisen kennen, die Sie darin unterstützen, mit negativer Kritik angemessen umzugehen, schwierige Situationen in Beruf und Privatleben zu meistern und Ihre Interessen adäquat zu vertreten.

Ziele des Seminars sind (unter anderem):
- bestehende Konflikte auflösen
- notwendige Konflikte anpacken
- überflüssigen Konflikten vorbeugen
- eigene Interessen angemessen vertreten
- Denk- und Handlungsmuster verstehen
- Modelle der Konfliktlösung gezielt einsetzen
- Negativ-Spiralen durchbrechen

Der Referent Dr. Michael R. Schwelling ist Systemischer Berater. Er arbeitet als Supervisor und Coach in Wirtschaftsunternehmen, in der Öffentlichen Verwaltung und in sozialen und kirchlichen Einrichtungen. Daneben ist er als freiberuflicher Trainer in der Erwachsenenbildung tätig.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Montag, 14. Nov. 2022, 18 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 48,00

S 50625X

Smalltalk? Kein Problem!

Matthias Dahms

Sie möchten geschäftlich oder privat mit Fremden leichter ins Gespräch kommen? Sie wollen Ihr Gegenüber näher kennen lernen, eine angenehme Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen? Wir werden Strategien aufzeigen, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Und Sie werden lernen, kommunikative Verhaltensweisen gezielt einzusetzen, damit sich Menschen in Ihrer Gegenwart wohlfühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall, Künzelsau und Ellwangen.

Dienstag, 15. Nov. 2022, 18:30 bis 21:30 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 59,50 inkl. Unterlagen

S 50633X

Vokabeln lernen wie im Schlaf
Workshop

Bernd Haussmann

Sie werden überrascht sein, welche einfachen Möglichkeiten es gibt, um Vokabeln zu lernen. Der Dozent ist seit 20 Jahren Gedächtnistrainer und kann Ihnen mit einfachen Techniken zeigen, wie Sie in Zukunft leichter Vokabeln lernen können. Sie werden nach kleinen anfänglichen Hürden, die Sie stufenweise leicht bewältigen, erstaunt sein, dass Ihre Lern- und Merkfähigkeit beachtlich gesteigert werden kann. Je lockerer und leichter, desto mehr Stoff bzw. Vokabeln sind mit diesen neuen Methoden merkbar. Es können auch Schüler*innen ab 12 Jahren in Begleitung eines Elternteils kommen - sehr empfehlenswert für die Lernunterstützung der Kinder.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Dienstag, 11. Okt. 2022, 18:30 bis 21 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 35,00

S 50637W

Drei Geheimnisse erfolgreicher Verhandlungen
Online-Workshop

Prof. Dr. Barbara Schott

Wir verhandeln fast täglich. Sei es im beruflichen Umfeld bei Gehaltsgesprächen, bei Käufen und Finanzierungen oder auch im privaten Bereich, wenn es zum Beispiel um die Frage geht, ob's im Urlaub ans Meer oder in die Berge gehen soll oder in welcher Form der runde Geburtstag gefeiert wird. Oft aber ist uns gar nicht bewusst, dass wir uns schon mitten in einer Verhandlung befinden und dass eine gute Verhandlungstechnik von Vorteil wäre.

In diesem interaktiven Online-Seminar erlernen Sie das Handwerkszeug, um einen Verhandlungspartner fair für die eigenen Ziele zu gewinnen. Sie können sich danach in kurzer Zeit gut auf Verhandlungen einstellen und mit guten Argumenten auch mit schwierigen Verhandlungspartnern umgehen. Sie erhalten hilfreiche Tipps, um auf Einwände und Blockaden gekonnt reagieren zu können. Kurzum: Ihnen macht das Verhandeln Freude, weil Sie wissen, wie es geht!

Dr. Barbara Schott ist seit 2002 als selbstständige Managementberaterin und Trainerin tätig. Sie ist außerdem Dozentin für Verhandlung und

Coaching in der Masterausbildung an der Hochschule Ludwigshafen.

Die Veranstaltung findet über das Webtool Adobe Connect statt. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor dem Termin die Zugangsdaten per E-Mail. Sie benötigen für Ihre Teilnahme eine stabile Internetverbindung und für eine aktive Beteiligung Mikrofon sowie Webcam.

Zusammen mit anderen Volkshochschulen.

Samstag, 26. Nov. 2022, 14 bis 17:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 40,00

S 50640

Sicher auftreten - überzeugend argumentieren - souverän ankommen

Matthias Dahms

Wer im Dialog überzeugend und sicher auftritt, erreicht seine Ziele leichter. Treffende Argumentation und sicheres Auftreten steigern in Verhandlungen Ihre Überzeugungskraft. Ihr körpersprachlicher Ausdruck wird selbstbewusster. Sie lernen ganz nebenbei, Lampenfieber abzubauen. Weitere Schwerpunkte des Kommunikationstrainings: mit Störern souverän umgehen, die Strategie der Gesprächs- und Sitzungsleitung sowie die Behandlung von Einwänden.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall, Künzelsau und Ellwangen.

Dienstag, 29. Nov. 2022, 18:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 64,00 inkl. Lehrmaterial

S 50642WX

Besprechungen effizient organisieren und durchführen

Online-Kurs

Gunna Schiprowski, Business Coach, Trainerin

Sie wünschen sich Effizienz, Dynamik und Ergebnisse innerhalb der geplanten Zeit statt eintöniger, endloser Meetings? In diesem Kompaktseminar werden viele Methoden vorgestellt, mit denen Sie Ihre Sitzungen lösungsorientiert und wirkungsvoll gestalten können, Zeit sparen und fokussiert bleiben. Dazu gehören die Vorbereitung, die zielführende Moderation, der Umgang mit Streitsituationen und Tipps zu Agenda, Protokoll und Aktionsplan.

Der Kurs findet über die Plattform Zoom statt, sodass Sie mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone ganz entspannt von zu Hause aus am Kurs teilnehmen können. Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns rechtzeitig vor dem Kursstart.

In Zusammenarbeit mit der vhs Weingarten. Anmeldung direkt dort: bit.ly/3S9UmuD

Donnerstag, 1. Dez. 2022, 9 bis 12 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 47,50

S 50643WX

Der schnelle Einstieg in Sketchnotes - Visualisierungsworkshop

Online-Kurs

Nicole Funke

Sketchnotes sind visuelle Notizen. Klassische Notizen bestehen aus Text, bei Sketchnotes kommen noch kleine Zeichnungen, Symbole, Pfeile und Schrift dazu. Das ist praktisch, da unser Gehirn Bilder sehr viel schneller erfassen und verarbeiten kann. Wenn wir diese Bilder dann auch noch mit Schrift kombinieren, bieten wir unserem Gehirn die beste Grundlage, sich wichtige Dinge schneller zu merken und sich länger daran zu erinnern.

Sketchnotes sind super vielseitig. Von Live-Veranstaltungen bis hin zu Kochrezepten, Tagebüchern und Reiseerinnerungen: Es gibt fast nichts, was nicht mit einer Sketchnote zusammengefasst werden kann. Sie müssen nicht zeichnen können und werden am Ende des Workshops Ergebnisse haben, die Sie begeistern werden.

Darum wird es in diesem Workshop gehen:
- Einführung in die Methode Sketchnotes
- das visuelle Alphabet als Grundlage für Bilder und Icons
- visuelle Struktur schaffen mit Rahmen, Pfeilen, Konnektoren und Schrift
- Menschen, Figuren und Gesichter zeichnen für mehr Persönlichkeit und Emotionen
- magische Zutaten einer Sketchnote

Halten Sie ein bisschen Papier und ein paar Stifte (Fineliner, Kugelschreiber, Bleistift, Buntstift, Textmarker) bereit und wir starten direkt mit dem Zeichnen.

Der Link wird den Teilnehmenden rechtzeitig per E-Mail zugeschickt.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Donnerstag, 10. Nov. 2022, 17 bis 20 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
EUR 30,00

S 50657X

Deeskalationsstrategien im Beruf

Lars Groven

In herausfordernden Situationen mit Menschen im Arbeitskontext sind klare Grenzen nötig, ohne dabei die Beziehung zu gefährden. Wie setze ich Regeln klar durch, was gehört zur Durchsetzungsfähigkeit? Wie wird deeskaliert, wo sind Grenzen? Wie schaffe ich eine Kultur des Hinschauens und schütze Betroffene? Wie führe ich Gespräche mit Personen, die Grenzen überschreiten und provozieren oder gar die Kontrolle verlieren? Wie bringe ich Beziehungsarbeit und Grenzsetzung zusammen? Und welche Rolle spielen dabei Körpersprache und Humor? Neben vielen Methoden und Selbsterfahrungsanteilen für das eigene Repertoire und sicheres Auftreten wird erarbeitet, wie Menschen sensibilisiert und zu Zivilcourage animiert werden können. Folgende Inhalte werden vermittelt:
- Deeskalationsstrategien und Konfliktkommunikation
- Klarheit, innere Haltung, Spontaneität und Humor im Konfliktfall
- Formen und Folgen von Bedrohung und Gewalt
- Körpersprache, Blick- und Raumverhalten
- konfrontativ-wertschätzende Gesprächsführung
- Durchsetzungsfähigkeit
- Methoden für die Arbeit im Einzelsetting und mit Gruppen

Lars Groven ist Dipl.-Sozial-/Religionspädagoge sowie Fachpädagoge für Konfliktkommunikation und arbeitet u.a. als Anti-Aggressivitäts-/Coolness-Trainer und als Fachreferent Gewaltprävention und Deeskalation bei der Stiftung gegen Gewalt an Schulen e.V. in Winnenden.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Künzelsau.

Montag, 12. Dez. 2022, 9 bis 16:30 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 98,00 inkl. Handout

S 50661X

Die sieben Geheimnisse der Rhetorik

Workshop

Bernd Haussmann

Die Kunst, frei zu reden, kann leichter und wesentlich einfacher praktiziert werden, als die meisten Menschen denken. Der Dozent zeigt, wie Sie ohne Umwege Ihr Publikum begeistern, es mitdenken und mitmachen lassen. Mit weniger aber gezieltem Rednereinsatz erreichen Sie beim Hörer mehr. Verhaltenspsychologische Grundlagen, Kommunikationstechniken, Transferhilfen und gekonnte Präsentation machen jede Rede, Vorstellung und jedes Gespräch zu einem Erfolg.
In diesem Abendseminar lernen Sie die sieben wichtigsten Geheimnisse einer erfolgreichen Rede oder Präsentation kennen: Umgang mit Lampenfieber, Steigerung des Selbstbewusstseins, der sichere rote Faden, Körpersprache leicht gemacht, Methoden zu Sprachbildung/Sprachausdruck, Schlagfertigkeit und Methoden zum Auswendiglernen von Zitaten.
Diese neue Rhetorik kann sowohl von Anfänger*innen als auch Fortgeschrittenen leichter und mit wesentlich weniger oder gar keinem Lampenfieber in kürzerer Zeit praktiziert werden.

Wenn die Veranstaltung nicht in Präsenz stattfinden kann, erfolgt die Durchführung online. Sie benötigen in diesem Fall ein verfügbares Endgerät und eine stabile Internetverbindung.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Donnerstag, 6. Okt. 2022, 18:30 bis 21 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 35,00

S 50662X

Rhetorik - Überzeugend auftreten und begeisternd reden

Dr. Gudrun Fey

In diesem Seminar erfahren und üben Sie mit Video-Feedback, wie Sie durch kleine Verbesserungen im Auftreten selbstsicherer und überzeugender wirken. Ebenso werden Sie merken, wie Sie mit einer abwechslungsreichen und lebendigen Sprechweise Ihr Publikum fesseln können. Sie erhalten auch Tipps für einen spannenden Aufbau eines Vortrags. Und schließlich werden Sie erfahren, wie Sie Ihr Lampenfieber in positive Energie umwandeln können.

Inhalte:
- wie Sie sofort zu Ihrem Publikum eine gute Beziehung aufbauen
- Körpersprache: Selbstsicherheit und Glaubwürdigkeit ausstrahlen
- die Stimme wirkungsvoll einsetzen
- Vorbereitung und Aufbau einer Rede
- die fünf Lebendigmacher
- Tipps zur Reduzierung des Lampenfiebers

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Samstag, 19. Nov. 2022, 9 bis 16 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 89,00 inkl. Unterlagen

S 50663

Rhetorik: Mit Worten überzeugen

Matthias Dahms

Wer in Reden und Präsentationen überzeugend, sicher und sprachlich geschickt auftritt, erreicht seine Ziele leichter. Die besondere Herausforderung liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass das Publikum emotional berührt ist und der Funke der Begeisterung überspringt. Besseres Argumentieren und sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft. Ihr körpersprachlicher Ausdruck wird selbstbewusster. Lernen Sie, einen wirkungsvollen Einstieg zu finden, mit Blackout und Störungen souverän umzugehen sowie Einwänden adäquat zu begegnen.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall, Künzelsau und Ellwangen.

Dienstag, 24. Jan. 2023, 18:30 bis 21:30 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 64,00 inkl. Unterlagen

S 30070

Stimmbefreiung

Workshop

Sylvia Reich

Jede Stimme trägt ein individuelles Schwingungsmuster in sich, das sie von anderen Stimmen unterscheidet. Dieses Klangbild ist so unverwechselbar wie ein Fingerabdruck. Um die Stimme zu entfalten, ist eine gewisse Technik notwendig. In diesem Workshop nutzen wir Werkzeuge aus Körperarbeit, Atemtechnik, Partnerübungen und Selbstreflexion, um die Stimme ihrem ursprünglichen Charakter näher zu bringen.

Bitte bequeme Kleidung und ein Getränk mitbringen.

Samstag, 28. Jan. 2023, 10 bis 17 Uhr
vhs, Raum 31
EUR 31,00

S 10606

Mentale Stärke

Sich selbst und andere besser verstehen

Dr. Michael Schwelling

Wer mit sich selbst in einem guten Kontakt ist, kann auch andere besser verstehen. In diesem Seminar werden die Teilnehmenden neue Möglichkeiten entdecken, wie man mit schwierigen Situationen souverän umgehen kann. Darüber hinaus werden die praktischen Anregungen und Impulse dazu beitragen, mehr Gelassenheit zu entwickeln und in sich selbst zu ruhen.
Vorgestellt werden Verfahren, die das Selbstvertrauen stärken und helfen, schwierige Entscheidungen zu treffen und unerledigte Aufgaben aktiv anzugehen.
Auf längere Sicht können die im Seminar gewonnenen Erkenntnisse dazu beitragen, die eigenen Lebensziele zu erkennen und zu verwirklichen, Veränderungen zu meistern und letztlich ein erfolgreiches und erfülltes Leben zu führen.

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Öhringen.

Montag, 17. Okt. 2022, 18 bis 21 Uhr
vhs, Raum 01, EG, links
EUR 48,00

BEWERBUNG · KARRIERE · FÜHRUNG

S 50719X

Nebenberuflich erfolgreich selbstständig

Dr. Thomas Krapp

Sie planen einen Wechsel in eine selbstständige bzw. freiberufliche Tätigkeit? Diese Entscheidung ist für viele Menschen nicht leicht zu treffen, oft stellt schon der Übergang eine Herausforderung dar. Eine Möglichkeit ist, zunächst nebenberuflich in eine spätere Selbstständigkeit zu wechseln. Wir informieren anhand typischer Praxisbeispiele über Wege, Gründe für Erfolg und Misserfolg, Anmeldung der Tätigkeit,

Unternehmensformen, Rechnungswesen und Finanzierungsarten sowie den Umgang mit Banken.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 29. Okt. 2022, 9 bis 17 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 129,00

S 50688

Nie mehr unter Wert verkaufen - Gehaltsverhandlungen führen

Fokus Frau und Beruf online

Anna-Daniela Pickel

Um eine Gehaltsverhandlung positiv zu gestalten, sollten Sie sich intensiv vorbereiten, indem Sie sich mit Ihren Leistungen, dem Aufbau einer gezielten Verhandlungsführung und Argumentationsweise auseinandersetzen. Dazu gehört, dass Sie klar kommunizieren und Stolperfallen durchschauen.
Inhalte:

- Was sind die Do's und Don'ts in einer Gehaltsverhandlung?
- die Leistungsmappe, mit der Sie in das Gespräch gehen können
- geschickte Rhetorik und Ihr geldwerter Vorteil
- Gehalt heißt nicht immer mehr Geld

In diesem Online-Seminar erhalten Sie Empfehlungen zur Gehaltsverhandlung, damit Sie im nächsten Gespräch gut gewappnet sind!

Dienstag, 25. Okt. 2022, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
Teilnahme kostenfrei
Anmeldung erforderlich unter bit.ly/3uTmf00

Das Veranstaltungsformat „Fokus Frau und Beruf" richtet sich an alle Frauen, die berufstätig sind oder es werden wollen. In der Veranstaltung werden Fragestellungen des Berufsalltags beleuchtet. Auch besondere Problemstellungen, die sich speziell im Berufsleben einer Frau ergeben können, werden mittels kurzer Impulsvorträge in den Fokus gerückt.

Angesprochen sind Frauen, die sich beruflich verändern oder weiterbilden möchten, nach einer Familienphase ihren Wiedereinstieg planen, nach Ausbildung oder Studium ihren Berufseinstieg planen, auf Stellensuche sind oder sich vernetzen wollen.

Eine Kooperation der Volkshochschule, der Evang. Familienbildungsstätte und der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken. Gefördert durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-Württemberg.

S 50689

So geht Bewerbung heute

Fokus Frau und Beruf online

Corina Comsa, Silke Diehm

Zu einer erfolgreichen Bewerbung gehören ein persönliches Anschreiben und ein authentischer Lebenslauf. Wie können diese modern und ansprechend gestaltet werden? Was ist bei Aufbau und Inhalt zu beachten? Welche Möglichkeiten gibt es, eine Bewerbung einzureichen? Erfahren Sie in diesem Online-Seminar, wie Sie in Ihrer persönlichen Situation Ihre Bewerbung optimal gestalten und mit Ihren individuellen Stärken überzeugen. Holen Sie sich Ideen für Ihre eigene Werbe-Strategie!

Donnerstag, 1. Dez. 2022, 18 bis 19:30 Uhr
Auf Ihrem eigenen PC, Tablet oder Smartphone
Teilnahme kostenfrei
Anmeldung erforderlich unter bit.ly/3cgdjuV

S 50690

Jeder Monat zählt: Die Bausteine der Rente

Vortrag in Präsenz mit Online-Zuschaltmöglichkeit

Johanna Göller

Viele Menschen meinen, für ihre Rente sind nur die letzten Jahre entscheidend. Aber das stimmt nicht. Richtig ist: Jeder eingezahlte Euro zählt in der gesetzlichen Rentenversicherung. Das fängt mit dem ersten Beitrag in jungen Jahren an und endet erst mit dem letzten Beitrag vor dem Rentenbeginn. Doch sind für die Rentenhöhe und den Rentenanspruch nicht allein die Beiträge entscheidend. In diesem Vortrag erfahren Sie

alles über die Zeiten, die für Ihre Rente angerechnet werden.

Die Referentin Johanna Göller ist Firmenberaterin der Deutschen Rentenversicherung des Regionalzentrums Schwäbisch Hall.

Zusammen mit der Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken und der Evang. Familienbildungsstätte Crailsheim.

Mittwoch, 7. Dez. 2022, 19 bis 21 Uhr
vhs, Konvent
Kostenfrei. Anmeldung zur besseren Planung erwünscht. Der Kurs kann entweder in Präsenz im vhs-Gebäude besucht werden oder online von zu Hause. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wie Sie daran teilnehmen wollen.

S 50691X

Frauenpower 4.0

Maria Azzarone

Du bist eine Frau und möchtest dich beruflich weiterentwickeln? Oder Du steigst nach einer Pause voller Elan wieder neu in den Beruf ein? Du bist eine (angehende) Führungsfrau und möchtest erfolgreich werden? Dann sagen wir herzlich willkommen bei deinem Persönlichkeitstraining Frauenpower 4.0!

Lernziele sind:

- Du kannst erfolgreich kommunizieren.
- Du beherrschst magische Wörter, die dich weiterbringen.
- Du vermeidest tragische Wörter, die dich ausbremsen würden.
- Du gestaltest aktiv dein Selbstbild und dein Fremdbild.
- Du kannst deine Zweifel zurückstellen und traust dir den Erfolg zu.
- Du findest heraus, was dein Gegenüber möchte.
- Dein sicheres Auftreten überzeugt von Anfang an.
- Du vermittelst Klarheit durch Mimik und Gestik.
- Du kennst die wichtigsten Werkzeuge und Methoden für deinen Erfolg.
- Du hast keine Angst vor dem Rampenlicht.
- Du erreichst deine Ziele.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Donnerstag, 19. Jan. 2023, 16:30 bis 19:30 Uhr
Künzelsau, Hermann-Lenz-Haus, Kirchplatz 9
EUR 48,00

S 50710X

Alles anders - aber was genau und wie? Berufliche Entscheidungen vorbereiten

Blended Learning

Barbara Pfisterer

Sie stehen vor beruflichen oder persönlichen Herausforderungen und Sie haben weitreichende Entscheidungen zu treffen? Allerdings sind Sie noch unsicher, wie der Entscheidungsprozess ausfallen wird?
Wenn eine Pro- und Contra-Liste nicht für Klarheit sorgt und Sie auch Ihren Bauch in die Entscheidungen einbeziehen wollen, zeigt Ihnen Barbara Pfisterer eine alternative Herangehensweise.
Beim ersten Kurstermin vermittelt die Dozentin bei einem interaktiven Onlinemeeting einen Überblick über die Herangehensweise. Im anschließenden Workshop im Hermann-Lenz-Haus in Künzelsau steigen die Teilnehmenden tiefer in die vorgestellten Teilaspekte Werte und Wertehierarchie, Stärken und Erfolge, das persönliche Lebensumfeld sowie Traumverwirklichung ohne Lottogewinn ein. Aus diesen Facetten erarbeiten sie ihre Umsetzungsplanung für 2023. Voller Motivation und mit klaren Handlungsschritten können Veränderungen nach diesem Kurs gezielt angegangen werden.

Das vorgestellte Tool eignet sich zur Entscheidungsfindung bei Veränderungen in der Karriere, zur Weiterqualifizierung, Berufsfindung, Berufsorientierung oder zum Wiedereinstieg.

Zusammen mit der vhs Künzelsau.

Dienstag, 25. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr (online)
Freitag, 28. Okt. 2022, 19 bis 21 Uhr (in Künzelsau)
EUR 48,00 (bei 3 bis 6 Personen)

S 50717WX

Bewerbungsschreiben formulieren

Online-Kurs

Gunna Schiprowski

Ob Sie neu ins Berufsleben einsteigen oder den Job wechseln wollen: Immer brauchen Sie dazu eine gelungene Bewerbung. Aber was gehört in eine Bewerbungsmappe, was schickt man bei der digitalen Bewerbung mit? Sie erfahren, worauf es beim Anschreiben ankommt, welche Unterschiede zwischen der klassischen Bewerbung und der Online-Bewerbung bestehen und worauf Sie jeweils achten sollten. Mit allen wichtigen Tipps für Aufbau, Einleitung, Inhalt, Schluss und Formulierungen einer modernen Bewerbung, die das Interesse Ihres potenziellen Arbeitgebers weckt.

Der Kurs findet über die Plattform Zoom statt, sodass Sie mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone ganz entspannt von zu Hause aus am Kurs teilnehmen können. Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns rechtzeitig vor dem Kursstart.

In Zusammenarbeit mit der vhs Weingarten. Anmeldung direkt dort: bit.ly/3z6HWuw

Dienstag, 8. Nov. 2022, 9 bis 12 Uhr
Auf Ihrem PC/Tablet/Smartphone (über ZOOM)
EUR 47,50

S 10580

Strategien für stressfreies Lernen

für Schülerinnen und Schüler ab der 9. Klasse sowie Azubis und Studierende

Alexander F. Kufner

Zeit ist knapp; vor allem bei Schülern und Studierenden. Aber diese Zeit muss nicht stressbeladen sein! In diesem Seminar werden 33 erprobte Strategien vermittelt, die das Lernen und Arbeiten in Schule oder Studium effektiv und stressfrei gestalten. Die Strategien beinhalten neben der Zeiteinteilung und Steigerung der Konzentration, dem Kampf gegen die Vergesslichkeit, der Erarbeitung von Referaten auch die Überwindung von Müdigkeit und Lustlosigkeit.

Der Referent ist Unternehmensgründer, Hochschuldozent und leidenschaftlicher Sportler. Im Gymnasium war er in der 10. Klasse versetzungsgefährdet, dank der in diesem Seminar behandelten Lernstrategien absolvierte er das Abitur schließlich mit einer 1,0.

Samstag, 26. Nov. 2022, 10 bis 14 Uhr
vhs, Konvent
EUR 29,00

S 10674X

Wenn der Wecker nicht mehr klingelt

Die besonderen Herausforderungen des Lebens im Ruhestand

Dr. Michael Schwelling

Der Ruhestand ist eine Lebensphase, deren Tücken oftmals unterschätzt werden. Vor allem Menschen, die sich noch während des Berufslebens viel vorgenommen haben und sich jetzt darüber freuen, den Tag endlich selbstbestimmt gestalten zu können, sind oftmals überrascht von ihrer veränderten Befindlichkeit in dieser Lebensphase, in der man nichts mehr „muss", sondern alles nur noch „darf".

In diesem Seminar werden Strategien und Anregungen aufgezeigt, mit denen sich die besonderen Herausforderungen des Lebens im Ruhestand leichter und besser meistern lassen. Dabei beschäftigen wir uns gemeinsam mit folgenden Fragen:

- Was tun, wenn meine fachlichen Kompetenzen nicht gebraucht werden?
- Welche Aufgaben können mir Sinn und Erfüllung geben?
- Wer erwartet jetzt noch etwas von mir?
- Woher bekomme ich meine Bestätigung?
- Welche Ziele setze ich mir?
- Wie gestalte ich (m)eine Partnerschaft unter veränderten Vorzeichen?
- Welche Chancen bietet der neue Lebensabschnitt?

Zusammen mit den Volkshochschulen Schwäbisch Hall und Öhringen.

Montag, 28. November 2022, 18:00 bis 21:00 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 48,00 bzw. EUR 44,00 für Mitglieder des Crailsheimer Stadtseniorenrats

SOCIAL CONTENT · MARKETING

S 50750X

Social Content - oder wie man Storytelling nutzt

Social-Media-Nutzung als Teil Ihrer Marketing-Strategie

Adriane Haußmann

Contents sind Inhalte, die von Privatpersonen oder Unternehmen für soziale Netzwerke wie Facebook, Instagram oder Twitter erstellt werden. Für Unternehmen sind sie besonders interessant, denn sie ermöglichen eine direktere Interaktion mit den Nutzer*innen als das klassische Marketing. Sie müssen aber auch stärker auf die Zielgruppe ausgerichtet werden und dürfen nicht zur reinen Werbemaßnahme verkommen, um ihre volle Wirkung zu entfalten. In diesem Seminar erhalten Sie hierzu Tipps und Tricks und werden darin unterstützt, das Social Networking im Unternehmen optimal zu nutzen.

Zusammen mit der vhs Schwäbisch Hall.

Samstag, 12. Nov. 2022, 10 bis 15 Uhr
Schwäbisch Hall, Haus der Bildung
EUR 24,00

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Städtischen Volkshochschule Crailsheim

1. Allgemeines

(1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

(2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.

(3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.

(4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z.B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der vhs). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss

(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.

(2) Anmeldungen sind verbindlich. Zwischen der Anmeldenden und der vhs kommt ein Teilnahmevertrag zustande. Der Teilnahmevertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. (3) durch mündliche, fernmündliche oder schriftliche Annahmeerklärung der vhs zustande.

(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, abweichend von Abs. (2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung durch die vhs.

(4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von Ziffer 1 (4) verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich, fernmündlich oder schriftlich von der vhs angenommen werden.

3. Vertragspartnerin und Teilnehmerin

(1) Mit Abschluss des Teilnahmevertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der vhs namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der vhs. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.

(2) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

(3) Die vhs ist berechtigt, aber nicht verpflichtet, Teilnehmerkarten auszugeben. In einem solchen Fall ist die Teilnehmerin verpflichtet, die Karte mitzuführen und sich auf Verlangen einer Bevollmächtigten der vhs auszuweisen. Geschieht das nicht, kann die Teilnehmerin von der Veranstaltung ausgeschlossen werden, ohne dass dadurch ein Anspruch auf Rückerstattung des geleisteten Entgelts entsteht.

4. Entgelt

(1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm, Aushang, Preisliste etc.).

(2) Das Entgelt ist bei Anmeldung zu zahlen, oder es ist eine Einzugsermächtigung zu erteilen. Eine gesonderte Aufforderung ergeht nicht. Das Entgelt wird bei Ablehnung der Anmeldung in voller Höhe zurückerstattet.

5. Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde.

(2) Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

(3) Muss eine Veranstaltungseinheit ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.

(4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen in der Regel nicht statt. Ein Anspruch auf Nachholung der so ausgefallen Veranstaltung besteht nicht.

6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

(1) Die Mindestzahl der Teilnehmerinnen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten, jedoch nur bis zum 2. Tag vor der Veranstaltung. Kosten entstehen der Vertragspartnerin hierdurch nicht.

(2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Dozentin) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Teilnehmerin ohne Wert ist.

(3) Wird das geschuldete Entgelt (Ziffer 4) nicht innerhalb von 10 Tagen nach Vertragsschluss entrichtet, kann die vhs unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Die Vertragspartnerin schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Vergütung von 5% des Veranstaltungsentgelts, höchstens jedoch 20,00 Euro.

(4) Die vhs kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Kursleiterin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Kursleiterin, gegenüber Teilnehmerinnen oder Beschäftigten der vhs,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt einer Kündigung kann die vhs die Teilnehmerin auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.

Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

7. Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartnerin

(1) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Vertragspartnerin die vhs auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Vertragspartnerin nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

(2) Die Vertragspartnerin kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Teilnehmerin wertlos ist.

(3) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht bleibt unberührt.

(4) Macht die Vertragspartnerin von einem ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können. Bis zu einem Wert der Materialien von € 40,- trägt die Vertragspartnerin die Kosten der Rücksendung.

8. Schadenersatzansprüche

(1) Schadenersatzansprüche der Vertragspartnerin oder der Teilnehmerin gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

(2) Der Ausschluss gemäß Abs. (1) gilt ferner dann nicht, wenn die vhs Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der Teilnehmerin.

9. Schlussbestimmungen

(1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der vhs anerkannt worden ist.

(2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

(3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu eigenen innerbetrieblichen Zwecken gestattet. Vertragspartnerin und Teilnehmerin können dem jederzeit widersprechen.

(4) Erfüllungsort für alle Rechte bzw. Ansprüche und Pflichten aus der Teilnahmevertrag ist der Verwaltungssitz der vhs in Crailsheim. Für die Veranstaltung und die mit dieser verbundenen organisatorischen Vorkehrungen ist Erfüllungsort der Veranstaltungsort, soweit dem keine zwingenden gesetzlichen Vorschriften entgegenstehen.

(5) Gerichtsstand ist Crailsheim.

(6) Soweit sich aus den vorstehenden Bedingungen nichts anderes ergibt, gelten im Übrigen die gesetzlichen Bestimmungen in ihrer jeweils gültigen Fassung.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen wurden am 16.12.2004 vom Gemeinderat beschlossen.