



vhs

Volkshochschulen
Unteres Filstal

Gemeinsam für mehr Bildung



Volkshochschulverband
Baden-Württemberg

Semesterprogramm 2025

*Frühjahr/Sommer
Februar bis Juli 2025*



UHINGEN



SCHLIERBACH



EBERSBACH

PROGRAMM



Gebrauchtbuchläden

für
Kinder / Jugendliche /
Erwachsene

im
Bahnhof Ebersbach

Öffnungszeiten

Montag und Freitag
14.30 – 19 Uhr

Samstag
9 – 14 Uhr

Weitere Infos finden Sie unter:
www.buecher-tun-gutes.de

Semester 1/2025

vhs
ebersbach



Ebersbach an der Fils

Leitung Volkshochschule:
i.A. Dietmar Vogl

Geschäftsstelle:
Marktplatz 1
73061 Ebersbach an der Fils
Telefon: 07163/161-3330
Telefax: 07163/161-244
e-Mail: vhs@stadt.ebersbach.de
oder vogl@stadt.ebersbach.de
Internet: www.ebersbach.de

Öffnungszeiten:
Montag 7.30 bis 15.00 Uhr
telefonische Erreichbarkeit: 7.30 Uhr bis 16.00 Uhr
Dienstag 8.00 bis 12.00 Uhr
telefonische Erreichbarkeit: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
und 13.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Mittwoch 8.00 bis 12.00 Uhr
telefonische Erreichbarkeit: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
und 13.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Donnerstag 8.00 bis 12.00 Uhr
und 14.00 bis 18.00 Uhr
telefonische Erreichbarkeit: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr
und 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Freitag 8.00 bis 12.00 Uhr
telefonische Erreichbarkeit: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Anmeldung ab sofort:
persönlich, telefonisch, schriftlich,
per Fax oder E-mail unter Angabe
der Adresse und Bankverbindung
mit IBAN und BIC.
Barzahlung ist nur in Ausnahmefällen
möglich.
Beachten Sie auch die Ankündigungen
in der Tagespresse und in den amt-
lichen Mitteilungen der Stadtver-
waltung.

Sie erhalten keine schriftliche
Anmeldebestätigung.
Sie werden informiert wenn

- der Kurs bereits belegt ist
- der Termin geändert wurde
- der Kurs ausfällt

SWR1

EINS GEHÖRT GEHÖRT.



BACK TO THE 80s

MEIN RADIO – MEIN SWR1

SWR1.DE

Einzelveranstaltungen Exkursionen

E 30150

Orthopädische Hausapotheke (Teil 2) – vom Scheitel bis zu den Fingerspitzen

Kopfschmerzen und Migräne, Kalkschulter, Golfer-/Tennisarm oder Krapaltunnelsyndrom – die moderne Medizin bietet viele Möglichkeiten zur Behandlung und Lösung des Problems. Aber reicht es aus um die Gesundheit wiederherzustellen? Nur Medikamente oder muss es wirklich eine Operation sein? Welche Wahlmöglichkeiten bieten sich dem Patienten um das Schmerzgeschehen zu verbessern oder gar schmerzfrei zu werden? Was kann er im Zeitalter von Do-It-Yourself selbst dazu beitragen? Welche Alternativen oder begleitende Unterstützung bietet die Naturheilkunde in diesen und anderen Fällen?



Jürgen Wegner,
Dipl.-Ing./ Heilpraktiker

Der Vortrag soll Möglichkeiten aufzeigen, mit denen Schulmedizin, Naturheilkunde und vor allem der Patient selbst gemeinsam oder jedes für sich zur Wiederherstellung und Erhaltung der Gesundheit beitragen können.

Referent: **Jürgen Wegner,** Dipl.-Ing./Heilpraktiker

Dienstag, 18. März, 18:30 - 20:30 Uhr
Teilnahmegebühr: 10,00€
Haus Filsblick, Albstraße 4

E 10450

Vogelstimmen-Exkursion zur „blauen Stunde“ durch den Ebersbacher Friedhof



Sumpfmöwe, Foto: Andreas Metzger

Frühlingserwachen und Vogelgesang gehören einfach zusammen. Ende März ist bei vielen heimischen Vogelarten viel los. Wir erkunden gemeinsam mit Florian Pointke die Vielfalt der Vogelwelt auf dem Friedhof in Ebersbach. Friedhöfe sind artenreiche, oftmals grüne Oasen inmitten der Stadt. Darum kann man hier viel entdecken. Wir starten noch vor Sonnenaufgang zur blauen Stunde und erleben an dem Gesang, welche Vögel nach und nach wach werden.



Zaunkönig, Foto: Andreas Metzger

Führung: **Florian Pointke** vom Nabu Göppingen

Sonntag, 30. März 2025 von 6:00 – 8:00 Uhr
Teilnehmergebühr: 10,00€
Treffpunkt: Aussegnungshalle des Ebersbacher Friedhofs, Kirchackerstraße .

Kooperationsveranstaltung des NABU Göppingen und Umgebung e.V., der Zukunftswerkstatt Umwelt und Landwirtschaft und der vhs Ebersbach.

E 50159

Wie bringe ich meinem Kind den Umgang mit dem Internet bei? für Eltern

In einer Zeit in der die Kinder schon vor der Grundschule in Kontakt mit dem Internet kommen könnten, ist es wichtig, dass diese auch den richtigen Umgang damit lernen.

In diesem Kurs werden Sie lernen, wieviel Bildschirmzeit ihr Kind haben kann und wie Sie das einschränken, welche Inhalte angemessen sind und worauf Sie als Eltern achten müssen, rechtliche Bestimmungen und mehr.

Natürlich beantworte ich Ihnen alle Fragen rund um das Thema

Benita Trischler, Fachinformatikerin für Systemintegration in Ausbildung

Mittwoch, 12. März, 18:00 - 21:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 10,00 €
Raichberg Realschule EDV-Raum EG
Bünzwanger Straße 35

E 50157

Sicherheit im Internet für Erwachsene

Hackerangriffe, Datenverlust, Phishing-Versuche – diese Themen werden leider immer aktueller. Ständig hört man von großen Firmen, die davon betroffen sind, aber auch Privatpersonen sind nicht ausgenommen. Die Bedrohungen sind allgegenwärtig und können schwerwiegende Konsequenzen haben. Doch wie können Sie sich und Ihre Daten schützen?

In diesem Kurs werden wir die einfachsten Methoden mit dem größten Erfolg besprechen, damit Sie sich sicher im digitalen Raum bewegen können. Sie werden lernen, was die Gefahren sind, wie Sie damit umgehen und was im Ernstfall zu tun ist. Darüber hinaus werden wir Ihnen praktische Tipps und Tools an die Hand geben, um Ihre Online-Sicherheit zu erhöhen.

Sehr gerne dürfen Sie Ihre Fragen mitbringen, denn der Austausch und die Klärung Ihrer individuellen Anliegen stehen bei uns im Vordergrund. Gemeinsam finden wir Lösungen, die speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Benita Trischler, Fachinformatikerin für Systemintegration in Ausbildung

Mittwoch, 28. Mai, 19:00 - 21:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 10,00 €
Raichberg Realschule EDV-Raum EG
Bünzwanger Straße 35

Junge VHS

E 50158

Sicherheit im Internet – für Jugendliche (14 – 18 Jahre)

Bist du viel im Internet unterwegs und möchtest herausfinden, ob du schlauer als ein Hacker bist? Dann bist du hier genau richtig!

Dieser Kurs bietet dir das Wissen, um dich effektiv vor Hackerangriffen zu schützen. Von einfachen Schritten bis zu fortgeschrittenen Techniken. Ich zeige dir alles, was du wissen musst, um sicher im Netz zu sein.

Du wirst lernen, wie du verdächtige Aktivitäten erkennst, deine Passwörter sicher verwaltest und deine Privatsphäre schützt. Aber das ist noch nicht alles! Ich gebe dir auch Einblicke in die Welt der Cyberkriminalität, damit

du verstehst, wie Hacker vorgehen und wie du dich dagegen wehren kannst.

Ich freue mich auf dich und deine Fragen!



Foto-Quelle: Claudia Stehr

Benita Trischler, Fachinformatikerin für Systemintegration in Ausbildung

Mittwoch, 21. Mai, 19:00 - 21:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 10,00 €
Raichberg Realschule EDV-Raum EG
Bünzwanger Straße 35

E 50160

Sicherheit im Internet – für Kinder (8-13 J.)

Böse Leute im Internet, Daten, die verschwinden, und gemeine Tricks - das klingt vielleicht unheimlich, aber es ist wichtig, dass du darüber Bescheid weißt. Nicht nur große Firmen, sondern auch Kinder wie du können betroffen sein. Aber keine Sorge, es gibt einfache Wege, wie du dich schützen kannst!

In diesem Kurs lernst du, wie du sicher im Internet unterwegs bist. Ich zeige dir, welche Gefahren es gibt und wie du sie erkennst. Außerdem erfährst du, was du tun kannst, wenn mal etwas schiefgeht. Ich erkläre alles so, dass es leicht zu verstehen ist und du ganz einfach mitmachen kannst.

Du kannst auch gerne deine eigenen Fragen mitbringen. Ich freue mich darauf, dir alles zu erklären und dir zu helfen, sicher im Internet zu surfen. Gemeinsam finden wir Lösungen, damit du dich im Netz sicher fühlst!



Benita Trischler, Fachinformatikerin für Systemintegration in Ausbildung

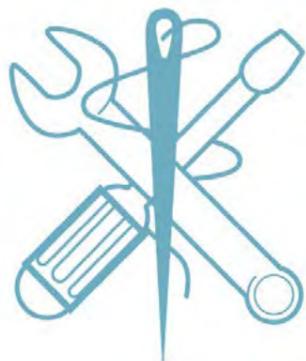
Mittwoch, 09. April, 17:00 - 19:00 Uhr
Teilnahmegebühr: 10,00 €
 Raichberg Realschule EDV-Raum EG
 Bünzwanger Straße 35

Gesellschaft

E 10452

Reparieren anstatt wegwerfen - Repair-Café "die mitmacherei"

Unter diesem Motto gibt es innerhalb der VHS ab 2024 ein eigenständiges Kursprogramm zu den Themen Nachhaltigkeit, Reparieren und Mitarbeiten. Die mitmacherei basiert auf einer Initiative, welche unter dem Namen Repair-Café im Jahr 2007 in den Niederlanden entstanden ist.



Was ist ein Repair-Café bzw. die mitmacherei?
 Repair Cafés sind ehrenamtliche Treffen, bei denen die Besucher alleine oder gemeinsam mit anderen ihre defekten Dinge reparieren. An den Orten, an denen das Repair Café stattfindet, ist Werkzeug und Material für alle möglichen Reparaturen vorhanden. Zum Beispiel für Kleidung, Möbel, technische Geräte, Fahrräder, Spielzeug und vieles mehr. Auch sind kundige, ehrenamtliche Helfer anwesend, die Reparaturkenntnisse und –fertigkeiten auf verschiedenen Gebieten mitbringen. Nur kostenpflichtige Ersatzteile muss der Besucher selbst kaufen.

Wie funktioniert das?
 Besucher bringen maximal einen defekten Gegenstand von zu Hause mit. Im Repair-Café machen sie sich gemeinsam mit einem ehrenamtlichen Helfer oder einer Helferin an die Arbeit. Man kann dort immer eine Menge lernen. Wer nichts zu reparieren oder zwei linke Hände hat, nimmt sich ein Getränk, eine Tasse Kaffee oder Tee und einen Kuchen. Oder hilft jemand anderem bei der Reparatur. Auf dem Lesetisch liegen verschiedene Bücher und Zeitschriften zum Thema Reparatur, Nachhaltigkeit und Heimwerken – immer gut als Inspirationsquelle. Das alles ist kostenfrei – eine Spende ist herzlich willkommen! Davon werden die laufenden Kosten, Werkzeuge und Verbrauchsmaterial finanziert.

Warum machen wir das?
 Wir werfen - nicht nur - in Deutschland Unmengen weg. Die Müllberge und Schrottexporte wachsen bedrohlich. Das Repair-Café will das verändern! Es will Wissen erhalten und verbreiten, wie man schraubt, leimt, lötet, klebt ... Vor dem Wegwerfen sollte grundsätzlich der Reparaturversuch stehen. Im Repair Café erhält der Besucher Orientierungswissen über gute oder mangelhafte Qualität, das ihm beim nächsten notwendigen Einkauf hilft, kein billiges Einwegprodukt, sondern ein langlebiges und reparaturfreundliches Produkt zu wählen.

Reparatur-Anmeldung: online über unsere Homepage www.repaircafe-ebersbach.de/reparaturanmeldung/, telefonisch unter 0155 6612 1794, per E-Mail an repaircafe-ebersbach@gmx.de
 Adresse: Seminarräume hinter der Kirche, Gebäude Stadtbibliothek, Kirchbergstrasse 2, 73061 Ebersbach an der Fils
Verantwortlich: Helmut Benke, Ulrich Fischer, Martin Ruoff, Roger Zimmermann
 Mehr Infos: www.reparatur-initiativen.de/mitmacherei
 Email: repaircafe-ebersbach@gmx.de
 Tel. 0151 1265 0582
 Webseite: www.repaircafe-ebersbach.de



Termine:	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
08.03.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
12.04.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
24.05.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
05.07.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
20.09.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
08.11.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr
13.12.2025	Repair-Café	14:00 bis 17:00 Uhr



Vorträge rund ums Energiesparen, Heizen und erneuerbare Energien

Online- und Präsenz-Informationsveranstaltungen
 Sie wollen Ihr Haus sanieren, planen die Installation einer PV-Anlage oder wollen Ihre Heizung tauschen? Kostenlose und neutrale Informationsveranstaltungen rund um die Themen Energie, Heizung und Solar bietet die Energieagentur Landkreis Göppingen regelmäßig online und in Präsenz an. Aktuelle Termine finden Sie unter: klimaschutz-goepingen.de/veranstaltungen.

Auch in diesem Semester finden wieder informative Veranstaltungen der Energieagentur des Landkreises Göppingen statt. Bei Redaktionsschluss des Programmheftes standen die Termine noch nicht fest. Wir werden aber im Stadtblatt, auf der Ebersbacher Facebook-Seite und auf der Homepage die Veranstaltungen bewerben, sobald Näheres bekannt ist.



Über den QR-Code kommen Sie direkt auf die Seite mit Veranstaltungen der Energieagentur des Landkreises Göppingen, die ständig aktualisiert wird.

Die Energieagentur Landkreis Göppingen ist die neutrale und unabhängige Anlaufstelle für sämtliche Energiefragen im Landkreis Göppingen. Als gemeinnützige Einrichtung arbeitet sie nicht gewinnorientiert und berät und begleitet seit 2010 Bürger*innen, Unternehmen und Kommunen bei der Umsetzung von Energie- und Klimaschutzmaßnahmen.

Energieagentur Landkreis Göppingen, Bahnhofstraße 7, 73033 Göppingen, www.klimaschutz-goepingen.de
 Um Voranmeldung wird gebeten. Per E-Mail an energieagentur@lkgp.de oder unter **07161 65165-00**.



Kostenlose Energieberatung in Ebersbach

Welche Alternativen Sie zur Energieeinsparung und den verschiedenen Förderprogrammen haben, erklärt Ihnen die Energieagentur bei einer kostenlosen und neutralen Erstberatung im Rathaus in Ebersbach.

Termine: in der Regel der letzte Donnerstag eines Monats. Die 40-minütigen Beratungstermine finden jeweils ab 15.30 Uhr statt.

Terminvereinbarung telefonisch bei Herrn Wistuba unter 07163 / 161-301.

- Folgende Unterlagen bringen Sie bitte zum Termin mit:
- Energieverbrauch und Energiekosten (Öl, Gas, Strom)
 - Daten zu Ihrer jetzigen Heizungsanlage und Heizungssystem (Leistung, Fußbodenheizung, Heizkörper, Pumpen etc.), Bilder erwünscht.
 - Bauplan vom Gebäude (Wohnfläche, Bilder)

Persönlichkeitsentwicklung

E 10601

Neurografik für Einsteiger: Kreative Techniken zur Selbsterkenntnis und für ein erfülltes Leben

Erleben Sie eine Reise der Selbstentdeckung und persönlichen Erfüllung durch die inspirierende Kursreihe "Neurographik für Einsteiger". In 7 interaktiven Terminen lernen Sie einfache und zugängliche kreative Techniken kennen, die Ihnen helfen Herausforderungen im Alltag konstruktiv anzugehen und eine positive Denkweise zu entwickeln.

Qualifikationsziele:

1. Selbstreflexion: Die Methode hilft, innere Gedanken und Gefühle sichtbar zu machen, was zu einem besseren Verständnis von sich selbst führt.
2. Stressabbau: Durch das Zeichnen und die kreative Ausdrucksform kann Stress reduziert und Entspannung gefördert werden.
3. Problemlösung und Zielsetzung: Neurographik unterstützt dabei, neue Sichtweise auf Herausforderungen zu gewinnen und kreative Lösungen zu finden.
4. Kreativität: Neurographik regt die Kreativität an und ermöglicht es, neue Ideen und Konzepte zu entwickeln und den Weg zur Umsetzung zu visualisieren.

Kursinhalt:

1. Einführung in die Neurografik - Was ist Neurographik, Grundlagen, erste praktische Übungen
2. Hindernisse auflösen mit Neurographik - Techniken zur Entwicklung von Selbstreflexion, praktische Übungen (Algorithmus für Auflösung der Hindernisse)
3. Methoden zur Stressbewältigung und Entspannung - Neurografik als Werkzeug zur Stressreduktion, Praktische Übungen zur Entspannung
4. Persönlich Zielsetzung Persönliche Ziele durch Zeichnen identifizieren, Übungen zur Entwicklung einer positiven Selbstwahrnehmung
5. Kreativität und innere Balance fördern - Kreative Techniken für den Alltag, Übungen zur Stärkung der inneren Balance
6. Eigene Stärken und Ressourcen erkennen und nutzen, Übungen zur Ressourcenaktivierung
7. Integration und Ausblick- Zusammenführung aller gelernten Techniken, Ausblick und Möglichkeiten zur Weiterentwicklung, Übungen



Elena Drosdezki, Ausgebildete Trainerin

Donnerstag, 13. März 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
7 Abende, 130,00 €
Haus Filsblick, Mühlradsaal

E 10601**Neurografik - Treffen**

Komm zu unserem Neurographik-Treffen! Wenn du die Grundprinzipien der Neurographik schon kennst oder einfach neugierig bist, bist du hier genau richtig. Es ist der perfekte Ort, um in die vertraute Atmosphäre zurückzukehren und neue Inspiration zu finden. In unserem Treffen bekommst du frische Impulse und Motivation, um deine Praxis weiterzuentwickeln. Du wirst die Möglichkeit haben, neue Techniken kennenzulernen und deine Kreativität auszubauen. Hier sind wir gemeinsam kreativ! Tausche dich mit anderen aus, entdecke neue Ideen und profitiere vom Erfahrungsaustausch. Unsere Treffen sind ideal, um das bereits erlangte Wissen aufzufrischen, dich mit Gleichgesinnten zu verbinden und deine Kreativität weiter zu entfalten. Es ist eine offene Gruppe für alle, die neugierig sind und mehr über Neurographik erfahren möchten. Komm einfach vorbei, schnuppere rein und lass dich inspirieren! Wir freuen uns auf dich und eine spannende Zeit zusammen.

Qualifikationsziele:

1. Selbstreflexion: Die Methode hilft, innere Gedanken und Gefühle sichtbar zu machen, was zu einem besseren Verständnis von sich selbst führt.
2. Teamarbeit: Beim gemeinsamen Malen werden nicht nur Ideen und Techniken geteilt, sondern auch die Offenheit für verschiedene Ansätze und Interpretationen trägt zu einer intensiven Beim gemeinsamen Malen werden nicht nur Ideen und Techniken geteilt, sondern auch die Offenheit für verschiedene Ansätze und Interpretationen trägt zu einer intensiveren Zusammenarbeit bei.
3. Kreativität: Neurographik regt Kreativität an und ermöglicht es, neue Ideen und Konzepte zu entwickeln und den Weg zur Umsetzung zu visualisieren. **Elena Drosdezki**, Ausgebildete Trainerin

Termine:

Mittwoch, 12. März 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
Mittwoch, 2. April 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
Freitag, 16. Mai 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
Donnerstag, 5. Juni 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
Donnerstag, 3. Juli 2025, 18:30 - 21:00 Uhr
5 Abende, 75,00 €
Haus Filsblick, Mühlradsaal

Kultur**Fotografie – Kursreihe mit 5 Terminen**

Allgemeingültiger Hinweis für alle 5 Kurse

Die Kurse sind am besten geeignet für digitale Spiegelreflexkameras (DSLR*) und digitale spiegellose Kameras (DSLM**) jeweils mit Wechselobjektiven.

Möglich sind auch alle anderen Kameras wie Bridge-, System- Spiegelreflexkameras als auch spiegellose Kameras mit Wechselobjektiven oder fest verbautem Objektiv. Manche Kompaktkameras sind ebenfalls geeignet, jedoch sollte unbedingt, wie bei allen anderen Kameras, darauf geachtet werden, dass die Kamera außer den Voll- und Halbautomatiken manuelle Einstellmöglichkeiten in Bezug auf Blende, Verschlusszeit und ISO-Wert bietet.

Bitte bringt eure Fotoausrüstung, Kamera, Objektiv(e), Stativ, Filter usw., je nachdem, was vorhanden ist, mit, und ganz wichtig: vergesst bitte nicht die Bedienungsanleitung eurer Kamera, ob in analoger oder digitaler Form, genauso vollgeladene Akkus.

* Digital Single Lens Reflex

** Digital Single Lens Mirrorless

E 21152**Digitale Fotografie: Grundlagen der Fotografie Teil 1**

Es sind keine Grundkenntnisse nötig. Wir fangen bei null an.

Grundlagen der Fotografie erlernen. Dieser Fotokurs richtet sich an Einsteiger ohne Grundkenntnisse. Es werden euch die grundlegenden Fachbegriffe der Fotografie wie Blende, Belichtungszeit, ISO-Wert, Brennweite, Schärfentiefe, Sensorgröße, Crop-Faktor und Weißabgleich in Abhängigkeit zueinander sowie in deren Zusammenspiel professionell und leicht verständlich vermittelt, so dass ihr diese anschließend versteht und anwenden könnt. So lernt ihr unter anderem wie die Wahl der Blende, der Brennweite und des Motivabstandes sich auf die Gestaltung des Bildes auswirken.

Rainer Lauschke, Diplom Fotodesigner
Foto: Günter Hofer/SchwabenPress**Mittwoch, 26. März 2025, 18:00 - 21:00 Uhr**

1 Abend, 30.-€

Seminarräume EG Stadtbibliothek, Kirchbergstraße 2

E 21153**Digitale Fotografie – Grundlagen der Fotografie Teil 2**

Aufbaukurs basierend auf dem vorangegangenen Fotokurs "Digitale Fotografie – Grundlagen der Fotografie Teil 1". Aber auch für jeden der bereits Grundkenntnisse in der Fotografie mitbringt.

Grundlagen der Fotografie erlernen. Dieser Fotokurs richtet sich an Fortgeschrittene mit Grundkenntnissen. Nach einem kurzen Rückblick zu Blende, Belichtungszeit

und ISO-Wert steht das Fotografieren im manuellen Modus im Vordergrund. Es werden euch Begriffe wie gezielte Schärfe und Unschärfe, richtig fokussieren und belichten, Belichtungsmessung und die genaue Steuerung der Belichtung durch die Belichtungskorrektur vermittelt. Im Anschluss könnt ihr anhand des kamerainternen Histogramms die Belichtung interpretieren und die Helligkeitsverteilung der Tonwerte im Bild kontrollieren. Außerdem reden wir über den Weißabgleich sowie die Wahl der Brennweite.

Rainer Lauschke, Diplom Fotodesigner

Mittwoch, 30. April 2024, 18:00 - 21:00 Uhr

1 Abend, 30.-€

Seminarräume EG Stadtbibliothek, Kirchbergstraße 2

E 21154**Digitale Fotografie – Motivfindung und Bildgestaltung in der Fotografie**

Weiterführender Fotokurs aufbauend auf den vorangegangenen Fotokursen "Digitale Fotografie – Grundlagen der Fotografie Teil 1 und Teil 2". Aber auch für jeden der bereits Grundkenntnisse in der Fotografie mitbringt.

Wie finde ich mein Motiv? Was benötige ich zur Umsetzung und welche gestalterischen Regeln gilt es zu beachten. Ausgehend von der Idee, über die Planung, das Sehen und Gestalten bis zum fertigen Bild, erlernt ihr die dafür notwendige Anordnung und Verbindung formaler Elemente im Bild sowie grundlegende bildgestalterische Regelungen die es zu beachten oder eben auch nicht zu beachten gilt. Nicht nur auf den Standpunkt kommt es an. Perspektive, Lichtführung und formale Bildelemente sind euch noch nicht geläufig? Ihr lernt diese zu verstehen und anzuwenden, um zum gewünschten Bildergebnis zu gelangen.

Rainer Lauschke, Diplom Fotodesigner

Mittwoch, 21. Mai 2025, 18:00 Uhr - 21:00 Uhr

1 Abend, 30.-€

Seminarräume EG Stadtbibliothek, Kirchbergstraße 2

E 21155**Digitale Fotografie – Gelungene Portraits mit einfachen Mitteln realisieren**

Dieser Portrait-Fotokurs ist für jeden Interessierten mit Grundkenntnissen in der Fotografie geeignet. Von Vorteil, jedoch nicht zwingend notwendig, wären die vorangegangenen Fotokurse "Digitale Fotografie – Grundlagen der Fotografie Teil 1 und Teil 2" und "Digitale Fotografie – Motivfindung und Bildgestaltung in der Fotografie".

Ihr kennt solche Bilder? Die liebe Oma in der Bildmitte ist überbelichtet, die Augen leuchten strahlend rot und der Hintergrund ist viel zu dunkel. – So fühlt sich eure Oma bestimmt nicht geschmeichelt.

Damit ihr solche Aufnahmesituationen in Zukunft meistert und euch schmeichelnde Portraits kein Kopfzerbrechen mehr bereiten, werden in diesem Portraitfotokurs die

grundlegenden fotografischen Techniken zur Umsetzung eines gelungenen Portraits vermittelt. Dazu benötigt ihr keine teuren Profiflitzanlagen und kein großes Fotostudio. Es geht alles im Kleinen und kostengünstig, ohne das Budget zu sehr zu strapazieren. Die Lichtführung, wie z. B. das "One-Light-Setup", die Verwendung von effektvollen Hintergründen, die richtige Pose sowie die Verwendung des passenden Zubehörs wird euch in Theorie und Praxis sowie anhand von Beispielen anschaulich vermittelt. Bei der Erstellung kreativer Porträts in der Fotografie ist die Lichtführung entscheidend, um die gewünschte Stimmung und Ausdruckskraft zu erzielen. Mit gekonnter Lichtführung und durch zielführende Aufnahmetechnik gelingen ausdrucksstarke Portraits, in denen die Persönlichkeit des Porträtierten hervorgehoben wird. Letztlich freut sich die liebe Oma über ein gelungenes Portrait von ihr.

Rainer Lauschke, Diplom Fotodesigner

Mittwoch, 25. Juni 2025, 18:00 Uhr - 21:00 Uhr

1 Abend, 30.-€

Seminarräume EG Stadtbibliothek, Kirchbergstraße 2

E 21156

Digitale Fotografie – Foto-Exkursion

Basierend auf alle vorangegangenen Fotokurse "Digitale Fotografie – Grundlagen der Fotografie Teil 1 und Teil 2", "Digitale Fotografie – Motivfindung und Bildgestaltung in der Fotografie" und "Digitale Fotografie – Gelungene Portraits mit einfachen Mitteln realisieren" schließt diese Foto-Exkursion die Fotokursreihe ab.

Ziel der Foto-Exkursion ist es euch das Erlernte aus den vorherigen Fotokursen in der Praxis näherzubringen, um etwas mehr Routine zu bekommen, so dass ihr mit gelungenen Bildern nach Hause kommt. Ich stehe euch dabei mit Rat und Tat zur Seite, wenn es zum Beispiel um die Kamerabedienung geht, oder die Frage auftaucht: „Wie war das nochmal mit der Blende?“ Nach einem kurzen einführenden Theorieteil, der der Auffrischung dienen soll, geht es auch schon los mit dem Fotografieren und ihr könnt eurer Kreativität freien Lauf lassen. Das Ziel der Foto-Exkursion wird in der näheren Umgebung von Geislingen liegen und wird witterungsabhängig kurzfristig festgelegt. Gerne sind auch Teilnehmer willkommen, die noch keinen der anderen Fotokurse besucht haben und ihr fotografisches Wissen in der Praxis erweitern oder vertiefen möchten.

Mittwoch, 23. Juli 2025, 17:00 Uhr - 20:00 Uhr

1 Abend, 30.-€

Seminarräume EG Stadtbibliothek, Kirchbergstraße 2

Tanz



E 20551

ErlebniSTanz - tanzen Sie einfach mit

Ein ganzheitliches Wohlfühlprogramm ab der Lebensmitte - gemeinsam Tanzen erleben. Den Alltag unterbrechen, dabei Lebenslust und Freude in der Gemeinschaft erfahren. Auf spielerische Art das Gedächtnis trainieren, geistig fit bleiben Koordination und Reaktion fördern. Auf unterhaltsame Weise neue Kontakte knüpfen.

Ein wesentliches Merkmal ist der ständige Partnerwechsel, alleinstehende Senioren müssen also keine Partnerin / keinen Partner mitbringen. Auch Ungeübte tanzen einfach mit, es braucht keine Vorkenntnisse.

Seniorentanz ist nicht nur Ausdauertraining ohne Leistungsdruck und Perfektionsanspruch, sondern auch anerkannte Sturzprophylaxe bei der Gelenke und Muskeln geschont werden. Nach neuesten Erkenntnissen wird sogar das Demenzrisiko deutlich vermindert.

Vielfältige internationale Folklore- und Modetänze, im Kreis, Block, Gasse oder Square bilden ein buntes Tanzerlebnis für Alle. Wenn Sie sich angesprochen fühlen, sind Sie herzlich eingeladen. Werden Sie Teil einer großen Gemeinschaft.

Bitte mitbringen: bequeme Schuhe, Getränk.

Anni und Wolfgang Weber

Donnerstags, 14.00-15.30 Uhr, ab 6. März 2025

17 Nachmittage: 94,80 € inkl. MwSt

Haus Filzblick, Albstraße 4

Gesundheitsbildung



E 30151

Hatha-Yoga am Vormittag

Durch Körperübungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) und das bewusste Erleben der Stille kommen unser Körper und unser Geist zur Ruhe und Entspannung. Der Schwerpunkt dieser Yogastunden liegt auf der bewussten Wahrnehmung der Übungen und auf dem Finden des eigenen Rhythmus. Der Körper wird gedehnt und gekräftigt. Die Stunde ist für Jung und Alt geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Gymnastikleidung und eine Yogamatte oder Decke.

Gisela Heine, Yogalehrerin

Montags, 9.00 - 10.30 Uhr, ab 17. Februar 2025

12 Vormittage: 106,00 € (max. 11 Teilnehmer*innen)

Musikschule, Saal, Fritz-Kauffmann-Str. 4

Hatha-Yoga

Hatha-Yoga ist das Jahrtausende alte Wissen um das ganzheitliche Dasein. Es bezieht sich auf alle Lebensbereiche und ist die Kunst vollkommener Lebensgestaltung durch Stärkung und Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Hatha-Yoga gibt uns die Fähigkeit, zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu gelangen und das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern. In diesem Kurs werden Hatha-Yoga-Haltungen (Asanas) geübt.

Diese strecken und kräftigen Muskeln, Gelenke, Wirbelsäule und das gesamte Knochengestütz und führen zu einer Sensibilisierung körperlicher Empfindungen.

Die Übung der Hatha-Yoga-Atmung (Pranayama) belebt den Körper und hilft, Geist und Verstand zu kontrollieren. Die Praxis der Meditation schenkt uns wachsende Geisteskraft, Klarheit und Konzentration. Hatha-Yoga kann von jedem Menschen, gleich welches Alter, erlernt und praktiziert werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken; Yogamatte, Decke und evtl. Sitzkissen.

Heidrun Nolte, Yogalehrerin BDY/EYU

E 30152

Montags, 17:20 - 18:50 Uhr, ab 17. Februar 2025

E 30153

Montags, 19:00 - 20:30 Uhr, ab 17. Februar 2025

Je Kurs max. 12 Teilnehmer*innen

Jeweils **14 Abende:** 92,50 € inkl. Kursbegleitmaterial

Haus Filzblick, Mühlradsaal, Albstraße 4

Taiji-Quan und Qigong (Tai Chi):

Taiji-Quan und Qigong sind chinesische Bewegungskünste, die auf Körper und Psyche vielfältige positive Gesundheitswirkungen haben. Im Kurs lernen wir mit Energie- und Körperarbeit und wohltuenden Entspannungs- und Sensibilisierungsübungen Geist und Körper auf das Taiji vorzubereiten und unsere Körperwahrnehmung zu vertiefen. Einfache Qigong-Formen können bald selbstständig ausgeübt werden und sind von ausgezeichneter Gesundheitswirkung.

Die im Kurs angebotene Taiji-Pekingform zeichnet sich aus durch sanfte, fließende Bewegungen, körperliche und geistige Zentrierung und harmonisches Wechselspiel von Yin und Yang. Nach dem Üben fühlen wir uns energiegeloller, entspannt und gestärkt. Begleitend beschäftigen wir uns mit den Grundlagen taoistischer Philosophie. Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger*innen, die die Grundlagen erlernen, als auch für Übende, die an der Verfeinerung und Vertiefung der Formen arbeiten wollen.

Gabriele Ebersperger, Lehrerin für Taiji-Quan + Qigong

E 30154

Mittwochs, 18.00 - 19.00 Uhr, ab 26. Februar 2025

E 30155

Mittwochs, 19.10 - 20.10 Uhr, ab 26. Februar 2025

Je Kurs max. 10 Teilnehmer*innen

Jeweils **15 Abende:** 85€

Haus Filzblick, Mühlradsaal, Albstraße 4

E 30158

Schulter – Nacken – Entspannung

Wenn Sie sich schon immer wünschen, etwas für Ihre „Körperhaltung“ zu tun oder sie schon durch viel Sitzen oder einseitige Arbeit Beschwerden im Schulter-Nackens-Bereich haben, können sie in diesem Kurs hilfreiche Übungen erlernen um sich wieder entspannter zu fühlen. Überlastete Schultern und Nackenbeschwerden werden durch einfache Bewegungsabfolgen, innere Bilder und Entspannung entlastet. Das Erlernen der optimalen Ausrichtung des Körpers und Schultergürtels hilft nachhaltig Verspannungen zu lösen.

Mit ausgewählten Dehn-, Lockerungs- und Kräftigungsübungen wird der Körper ausgeglichen, in seinen natürlichen Zustand gebracht und führt so auch zu geistiger Ruhe.

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Kleidung

Ulrike Ganz, Heilpraktikerin

Montags, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 17. Februar 2025

10 Abende: 70,00 € (mind. 6 Teilnehmer*innen)

Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

E 30159

Bedienungsanleitung „Fuß“ – Was die Füße brauchen!

Gesunde und bewegliche Füße sind für unser Wohlbefinden von Bedeutung. Man kann sie als das Fundament unseres Körpers betrachten. Weil sie uns das ganze Leben überall hintragen, sollten wir unseren Füßen regelmäßig Zeit widmen. Fußschmerzen können uns im Alltag sehr einschränken. Wir alle wünschen uns mit gesunden Füßen durchs Leben zu kommen.

Im Kurs lernen wir Übungen für Beweglichkeit und Muskelaufbau. Griffe und Dehnungen für Lockerung und Wohlbefinden. Um möglichst schmerzfrei und beschwingt unterwegs sein zu können.

Mitbringen: Handtuch und Gymnastikmatte

Ulrike Ganz, Heilpraktikerin

Montags, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 19. Mai 2025
5 Abende: 35,00 € (mind. 5 Teilnehmer*innen)
 Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

E 30161

Pilates Basics für Frauen

Es ist ein Ganzkörpertraining bei dem Atem und Bewegung in Einklang gebracht werden. Durch die Anspannung der tiefen Bauch-, Rücken – und Beckenbodenmuskulatur wird der Rumpf stabilisiert und somit die Beweglichkeit gefördert.

In diesem Kurs erlernst du alle Grundlagen die man für weitere Pilates-Kurse benötigt. Der Kurs ist für Anfängerinnen als auch für die Mittelstufe geeignet. Ziel der Pilates-Methode: Ein systematisches Training des gesamten Körpers durch Übungen zur Kräftigung und Dehnung.

Erlernung und Aktivierung des sogenannten "Powerhouse" (bedeutet so viel wie "Kraftwerk" und bezeichnet die vier Bauchmuskelgruppen, die das Energiezentrum des Körpers umschließen, die hochkomplexe Struktur des Beckenbodens und die Tiefenmuskulatur der Wirbelsäule)

Steigerung der Selbstwahrnehmung und ein gutes Körpergefühl

Aynur Yildirim, Ausgebildete Pilateslehrerin

Montags, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 7. April 2025
12 Abende: 83,20 € (mind. 5 Teilnehmer*innen)
 Musikschule, Saal, Fritz-Kauffmann-Str. 4

E 30251

Funktionsgymnastik am Abend

Unser Körper braucht Bewegung, um seine Leistungsfähigkeit zu erhalten. Bewegungsmangel begünstigt gesundheitliche Risiken. Diesen wollen wir durch geeignete Bewegungsprogramme vorbeugen bzw. wollen wir diese reduzieren. Inhalte sind:

- Funktionelle Gymnastik
- Sensibilisierung Körper- und Haltungsbewusstsein
- Gelenkschonendes Alltagsverhalten
- Psychophysische Entspannung
- Aufklärung und Information über gesundheitsfördernde Maßnahmen

Barbara Mauthofer

Dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr, ab 18. Februar 2025
15 Abende: 72,00 € (mind. 8 Teilnehmer*innen)
 Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

E 30252

Funktionsgymnastik am Vormittag

Unser Körper braucht Bewegung, um seine Leistungsfähigkeit zu erhalten. Bewegungsmangel begünstigt gesundheitliche Risiken. Diesen wollen wir durch geeignete Bewegungsprogramme vorbeugen bzw. wollen wir diese reduzieren. Inhalte sind:

- Funktionelle Gymnastik
- Sensibilisierung Körper- und Haltungsbewusstsein
- Gelenkschonendes Alltagsverhalten
- Psychophysische Entspannung
- Aufklärung und Information über gesundheitsfördernde Maßnahmen

Barbara Mauthofer

Montags, 9:15 - 10:15 Uhr, ab 17. Februar 2025
15 Vormittage: 72,00 € (mind. 8 Teilnehmer*innen)
 Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

Beweglich und fit in den Tag

Kurse nicht nur für Frauen

Ein funktionelles Ganzkörpertraining mit Musik. Mit Low Impact Aerobic (das Gelenk schonende Fitnesstraining) ohne Hüpfen und Springen wird die Ausdauer trainiert. Funktionsgymnastik, Dehnung der zur Verkürzung und Kräftigung der zur Abschwächung neigenden Muskulatur, Lockerung verspannter Muskelgruppen und Mobilisierung der Gelenke. Wirbelsäulen- in Verbindung mit Beckenbodengymnastik, Entspannungsübungen und allgemeiner Spaß an der Bewegung. Übungen mit dem Pezzi-Ball und dem Thera-Band runden das Programm ab.

Bitte mitbringen: Sportkleidung und -schuhe, Gymnastikmatte.

Wird noch bekannt gegeben

E 30254

Donnerstags, 8:15 – 9:15 Uhr, ab 20. März 2025
 12 Vormittage: 59,00 € (min. 8 Teilnehmer*innen)

E 30255

Donnerstags, 9:15 – 10:15 Uhr, 20. März 2025
 12 Vormittage: 59,00 € (min. 8 Teilnehmer*innen)

Jeweils Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

E 30256

Bewegung gegen Osteoporose

Dieses Gymnastikprogramm ist ein gelenkschonendes und sanftes Training für den ganzen Körper. Verspannungen lösen sich, verkürzte Muskeln werden wieder lang, Bänder und Gelenke geschmeidig. Dieser Kurs ist für Frauen, die der Volkskrankheit Osteoporose vorbeugen wollen. Dazu dienen Übungen zur Muskelkräftigung und

Stabilisierung der Wirbelsäule. Auch Übungen zur Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts – um Stürzen vorzubeugen – werden trainiert. Außerdem soll Freude an der Bewegung vermittelt werden.

Hinweis: Sollten Sie an Osteoporose leiden, dann fragen Sie bitte Ihren behandelnden Arzt.

Wird noch bekannt gegeben

Montags, 17:00 - 18:00 Uhr, ab 24. März 2025
 12 Nachmittage: 59,00 € (min. 6 Teilnehmer*innen)
 Hardtschule, Gymnastikraum, Zeppelinstr. 3-13

E 30257

Beckenbodengymnastik

Der Beckenboden ist das Kraftzentrum des Körpers, der schwer zu spüren und zu trainieren ist. Der Schwerpunkt des Kurses liegt im Spüren und gezieltem Training des Beckenbodens.

Die Rücken- und Bauchmuskulatur wird auch gekräftigt. Atmung und Entspannung fließen in die Stunde mit ein.

Bitte mitbringen: Decke oder Iso-Matte, kleines Kissen und bequeme Kleidung.

Gisela Heine

Montags, 10:35 – 11:20 Uhr, ab 17. Februar 2025
 5 Vormittage: 27,00 € (min. 5 Teilnehmer*innen)
 Musikschule, Saal, Fritz-Kauffmann-Str. 4

E 30258 Selbstverteidigung basierend auf Kung-Fu



In diesem Kurs erlernen Sie die notwendigen Praktiken, um sich in Konfliktsituationen behaupten zu können. Die Techniken werden so trainiert, dass Sie nach ein wenig Übung auch unter hohem Stress abrufbar sind und die Möglichkeit geben sich schnellstmöglich aus einer Gefahrensituation zu bringen. Im Training zu erlernen und dann zu wissen, was man in einem Ernstfall tun kann, stärkt enorm das Selbstbewusstsein, das sehr stark mit der Fähigkeit der Selbstbehauptung verknüpft ist. In diesem Kurs lernen Sie Nein zu sagen, Grenzen zu setzen und nicht in die Opferrolle zu fallen.

"...dass Schwaches das Starke besiegt und Weiches das Harte überwindet, weiß jedermann auf Erden - aber niemand vermag danach zu handeln!" (Laotse)

Benötigte Materialien: Lockere, bequeme Sportkleidung und Getränk. Das Trainieren ist mit und ohne Schuhe möglich.

Geeignet für Anfänger
 Björn-Tobias Streng

Freitag, 18:00 – 19:00 Uhr, ab 7. März 2025
 6 Abende: 36,00 € (min. 6 Teilnehmer*innen)
 Haus Filsblick, Mühlradsaal, Albstraße 4

Junge VHS

Selbstverteidigung basierend auf Kung-Fu für Kinder



In diesem Kurs erlernt Ihr Kind die notwendigen Praktiken, um sich in Konfliktsituationen behaupten zu können. Die Techniken werden so trainiert, dass diese nach ein wenig Übung auch unter hohem Stress abrufbar sind und die Möglichkeit geben sich schnellstmöglich aus einer Gefahrensituation zu bringen. Im Training zu erlernen und dann zu wissen, was man in einem Ernstfall tun kann, stärkt enorm das Selbstbewusstsein, das sehr stark mit der Fähigkeit der Selbstbehauptung verknüpft ist. In diesem Kurs lernt Ihr Kind Nein zu sagen, Grenzen zu setzen und nicht in die Opferrolle zu fallen.

"...dass Schwaches das Starke besiegt und Weiches das Harte überwindet, weiß jedermann auf Erden - aber niemand vermag danach zu handeln!" (Laotse)

Benötigte Materialien: Lockere, bequeme Sportkleidung und Getränk. Das Trainieren ist mit und ohne Schuhe möglich.

Geeignet für Anfänger

Björn-Tobias Streng

E 30259 Für Kinder von 6 – 9 Jahren

Dienstag, 15:00 – 15:55 Uhr, ab 11. März 2025
+ Montag 7. April 15:00 – 15:55 Uhr
 6 Nachmittage: 33 € (min. 6 Teilnehmer*innen)
 Haus Filsblick, Mühlradsaal, Albstraße 4

E 30260 Für Kinder von 10 – 14 Jahren

Dienstag, 16:00 – 17:00 Uhr, ab 11. März 2025
+ Montag 7. April 16:00 – 17:00 Uhr
 6 Nachmittage: 36,00 € (min. 6 Teilnehmer*innen)
 Haus Filsblick, Mühlradsaal, Albstraße 4

Sprachen



Hinweis für alle Sprachkurse:

Im Vordergrund unserer Sprachkurse stehen die Ausbildung der Sprechfähigkeit und das Verstehen von gesprochener und geschriebener Sprache. Um einen Lernfortschritt zu erreichen, sollten Sie gewisse Zeit zur Nachbereitung des Stoffes zu Hause einplanen. Dazu gehört vor allem das Vokabeln lernen.

(* Die angegebenen Kursgebühren gehen von einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen aus. Sollte diese nicht erreicht

werden, erhöht sich die Kursgebühr bzw. die Anzahl der Kurstermine wird reduziert. Siehe dazu auch die Gebührenstaffelung auf der letzten Seite dieses Programmheftes.

Englisch



E 40651

Englisch Mittelstufe IX (A2/B1)

Sprachkurs für Teilnehmer*innen mit sehr guten Kenntnissen. Kein Lehrbuch, sondern vielfältige Texte zu aktuellen und interessanten Themen, Essays etc.

Christine Wolf-Andrew
Dienstags, 18:00 - 19:30 Uhr, ab 25. Februar 2025

12 Abende: 59,00 € (*), mind. 5 Teilnehmer*innen
Raichberg-Schulzentrum, Raum 102, Bünzwanger Str 35

Französisch



Gaëlle Madec, Dozentin
Französisch

E 40851

Französisch Anfängerkurs A1 Grundstufe II

Sprachkurs im 2. Semester für Teilnehmer*innen mit wenigen Vorkenntnissen. **Lehrbuch: Alter Ego + (ohne Trainingsbuch)**

Bienvenue! ✨

Möchtest du die Welt der französischen Sprache erkunden? Unser **Anfänger A1 (II)** Kurs an der Volkshochschule führt den Kurs von letztem Semester fort, ist aber auch für Einsteiger mit geringen Vorkenntnissen geeignet! Hier lernst du die Grundlagen, die dir helfen, dich selbstbewusst auf Französisch vorzustellen und einfache Gespräche zu führen.

Kursbeschreibung:

In diesem Kurs lernst du, wie du dich beispielsweise als Tourist in einer französischen Stadt zurechtfindest (Orte in der Stadt, Wegbeschreibung), wie du ein Hotelzimmer buchst und eine Postkarte an deine Lieben zu Hause schreibst. Aber das ist noch nicht alles! Unser Unterricht

ist lebendig und interaktiv gestaltet. Hier sprechen wir viel und haben keine Angst vor Fehlern. Es geht darum, sich wohlfühlen und Spaß zu haben!

Grammatikthemen:

- **Ortspräpositionen**
- **Imperativ**
- **Verb gehen mit der Präposition „à“**

Geringe Vorkenntnisse erforderlich:

- Du hast schon einen Anfängerkurs besucht.
- Schul-Französisch von vor vielen Jahren.

Unser Kursstil:

Wie auch in unseren anderen Kursen, gibt es bei uns keinen Stress und keinen Zeitdruck. Wir passen uns dem Lerntempo jedes einzelnen Schülers an. Ob du ein schneller Lerner bist oder dir etwas mehr Zeit nimmst, hier ist Platz für alle. Unser Fokus liegt auf dem praktischen Einsatz der Sprache – das Sprechen steht im Vordergrund. Wir sorgen für eine entspannte und lustige Atmosphäre, in der du dich wohlfühlst und die französische Sprache mit Freude lernst. 😊

Warum solltest du dabei sein?

- **Freundliche Lernumgebung:** In unserem Kurs wirst du dich wohl und unterstützt fühlen. Jeder ist willkommen!
- **Praktische Sprachkenntnisse:** Du lernst, Französisch in alltäglichen Situationen zu nutzen.
- **Individuelles Lerntempo:** Du hast die Zeit, die du brauchst, um die Grundlagen zu meistern. Kein Stress, kein Druck.
- **Motivierender Unterricht:** Wir machen den Lernprozess zu einem Spaß! Französisch lernen soll Freude machen.

Egal, ob du Französisch für Reisen, für die Arbeit oder einfach aus Interesse lernen möchtest – unser Kurs ist der perfekte Ort, um deine Sprachreise zu beginnen. Lass uns gemeinsam lernen und Spaß haben!

Melde dich noch heute an und starte dein Abenteuer mit der französischen Sprache! ✨

Gaëlle Madec

Mittwochs, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 19. Februar 2025
17 Abende: 57,00 € (*), mind. 5 Teilnehmer*innen
Raichberg-Schulzentrum, Raum 101, Bünzwanger Str 35

E 40852

Französisch A1 Grundstufe V

Sprachkurs im 5. Semester für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen. **Lehrbuch: Alter Ego + (ohne Trainingsbuch)**

Bienvenue! ✨

Willkommen zu unserem neuen Kursangebot für das Wintersemester 2024! Hast du schon immer davon geträumt, die französische Sprache zu meistern? Oder möchtest du einfach deine Grundkenntnisse weiter vertiefen? Dann bist du hier genau richtig! Unser **Anfänger A1 Teil 5** Kurs an der Volkshochschule ist perfekt für dich, wenn du schon ein wenig Französisch kannst und jetzt mutig weiterlernen möchtest. Lass dich überraschen, wie viel Spaß das machen kann!

Kursbeschreibung:

In diesem Semester geht es vor allem darum, das Sprechen zu üben und sich wohl dabei zu fühlen. **"Keine Angst vor Fehlern"** ist unser Motto! Unsere Unterrichtsstunden sind sehr konversationell gestaltet, damit du dich traust, Französisch in echten Situationen zu verwenden. Wir haben zwar ein Lehrbuch, aber wir werden es nicht nur lesen – wir werden leben, lachen und auf Französisch sprechen!

Was wir lernen werden:

- **Lebensmittel**
- **Kleidung**
- **Gegenstände beschreiben**

Grammatikthemen:

- **Adjektive**
- **Objektpronomen**

Was du schon können solltest:

- Die Uhrzeit und Termine vereinbaren.
- Einen Ausflug planen auf französisch.
- Im Restaurant bestellen
- Alltägliche Aktivitäten im Haushalt beschreiben

Unser Kursstil:

Wir nehmen uns die Zeit, die du brauchst. Kein Druck, ein Thema schnell abzuschließen. Wir folgen deinem Rhythmus und haben immer Differenzierungsaufgaben bereit, um mehr Zeit mit denjenigen zu verbringen, die es brauchen, ohne die anderen zu vernachlässigen. Hier ist Platz für alle Lernstile und Geschwindigkeiten. Unsere Stunden sind voller Lachen und einer guten Atmosphäre – Französisch lernen muss Spaß machen! 😊

Warum solltest du dabei sein?

- **Motivierende Atmosphäre:** In unserem Kurs fühlst du dich willkommen und unterstützt. Jeder wird ermutigt, seine Sprachkenntnisse ohne Angst zu nutzen.

- **Praktische Anwendung:** Du lernst, Französisch in realen, alltäglichen Situationen anzuwenden.
- **Langsames Tempo:** Du hast die Zeit, die du brauchst, um die Sprache zu meistern. Kein Druck, kein Stress.
- **Unterstützung für jeden:** Egal, ob du ein schneller Lerner bist oder etwas mehr Zeit brauchst – hier findest du deinen Platz.

Ob du bereits ein wenig Französisch sprichst oder gerade erst anfängst – unser Kurs hilft dir, deine Fähigkeiten auszubauen und Vertrauen in dein Französisch zu gewinnen. Lass uns gemeinsam lernen und Spaß haben!

Trau dich und melde dich noch heute an! ✨

Gaëlle Madec

Dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 18. Februar 2025
17 Abende: 57,00 € (*), mind. 5 Teilnehmer*innen
Raichberg-Schulzentrum, Raum 101, Bünzwanger Str 35

Italienisch



E 40951

Italienisch Grundstufe VI, A1

Sprachkurs für Teilnehmer*innen mit wenig Vorkenntnissen. Dieser Kurs geht in sein 6. Semester.

Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Band 1, Lehr- und Arbeitsbuch, ab Lektion 7, Klett-Verlag ISBN 978-3-12-525590-6

Daniela Remler-Holzer

Montags, 18:15 - 19:45 Uhr, ab 17. Februar 2025
10 Abende: 49,00 € (*), mind. 5 Teilnehmer*innen
Raichberg Schulzentrum, Raum 126, Bünzwanger Str 35

E 40952

Italienisch Mittelstufe II (A2)

Dieser Kurs geht in sein 11. Semester. **Lehrbuch:** Allegro A2 Lehr- und Arbeitsbuch, ab Lezione 3, Klett-Verlag ISBN 978-3-12-525582-1

Daniela Remler-Holzer

Mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr, ab 19. Februar 2025
10 Abende: 32,50 € (*), mind. 5 Teilnehmer*innen
Raichberg-Schulzentrum, Raum 126, Bünzwanger Str 35

E 40953

Italienisch Oberstufe II (B1)

Sprachkurs für TeilnehmerInnen mit sehr guten Kenntnissen. **Lehrbuch:** Caccia ai tesori, ab unità 2 Klett-Verlag, und aktuelle Texte.

Daniela Remler-Holzer

Mittwochs, 17:45 - 18:45 Uhr, ab 19. Februar 2025

12 Abende: 32,50 € (*)

Raichberg-Schulzentrum, Raum 126, Bünzwanger Str.

EDV, Naturwissenschaften, Technik



VHS-Kooperation Uhingen/ Ebersbach

Die Volkshochschulen Ebersbach, Schlierbach und Uhingen haben im Mai 2022 einen gemeinsamen Qualitätsentwicklungsprozess durchgeführt und sind dadurch nach ZBQ zertifiziert worden. Eine der Maßnahmen aus diesem Prozess sind gemeinsame Kooperationskurse in Bereichen, in denen spezielle räumliche Voraussetzungen nötig sind, die aufwendig zu organisieren und durchzuführen sind und in Nischenbereichen, in denen durch die Bewerbung in allen drei Kommunen genügend Teilnehmer*innen gewonnen werden können. Dadurch entsteht ein umfangreicheres und interessanteres Angebot.

Die EDV-Schulungen werden mit dem Betriebssystem Windows 10 und dem Anwendungsprogramm Office 2019 durchgeführt.

Anmeldungen und Auskünfte werden im Rathaus Uhingen, Kirchstraße 2, von Frau Martina Veith, Tel. **07161/ 9380-121**, per FAX **07161/ 9380-109** oder per Email martina.veith@uhingen.de entgegengenommen.

Nr. 242-5014

MICROSOFT EXCEL MODUL 1 – GRUNDLAGEN

Microsoft Excel ist eines der bekanntesten und leistungsfähigsten Programme für die Tabellenkalkulation. Im Grundlagenkurs lernen Sie anhand anschaulicher Beispiele die wichtigsten Kursinhalte:

Kursinhalt:

- Grundlagen und Arbeitsumgebung von Excel
- Bearbeiten von Tabellen und Arbeitsmappen
- Einblick in die Tabellengestaltung (Schriftart, Rahmen, Ausrichtung usw.)
- Formeln und Funktionen effektiv einsetzen

Voraussetzungen: Keine bis geringe Kenntnisse

Rainer Holzner

Zeit: ab Montag, 13.01.2025,

weitere Termine: 20.01., 27.01., 03.02.2025

18:00 – 20:30 Uhr

Ort: Uhingen, Haldenberg Realschule, PC Raum, Alte Holzhäuser Str. 20, 2. Stock, Uhingen

Dauer: 4 Termine

Teilnehmerzahl: ab 5

Kosten: 82,00 €

Nr. 251-5015

MICROSOFT EXCEL MODUL 2 – FORMELN UND FUNKTIONEN

Eine der wichtigsten Anwendungsmöglichkeiten im Tabellenkalkulationsprogramm Excel ist das Rechnen. In diesem **Aufbaukurs** lernen Sie effektives Arbeiten mit Formeln und Funktionen. Im Kurs können Sie das Erlernte gleich üben. Dazu steht selbstverständlich ausreichend Zeit zur Verfügung.

Kursinhalt:

- Kurze Wiederholung der Grundlagen zu Formeln und Funktionen
- Absoluter und relativer Bezug von Formeln
- Prozentrechnen
- Ausgewählte Funktionen (z.B. SUMME, MITTELWERT; WENN, SVERWEIS)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Excel bzw. Teilnahme Modul 1

Rainer Holzner

Zeit: ab Montag, 17.02.2025,

weiterer Termin: 24.02.2025

18:00 - 20:30 Uhr

Ort: Uhingen, Haldenberg Realschule, PC Raum, Alte Holzhäuser Str. 20, 2. Stock, Uhingen

Dauer: 2 Termine

Teilnehmerzahl: ab 5

Kosten: 41,00 €

Nr. 251-5016

MICROSOFT EXCEL MODUL 3 - TABELLENGESTALTUNG

Der Aufbaukurs beschäftigt sich mit dem Thema Gestaltung von Listen und Tabellen. Texte und Zahlen können Sie durch verschiedene Mittel (Schriftfarbe, Schriftart, Gestaltung im Fett- oder Kursivdruck) hervorheben. Tabellen werden oft erst richtig eindrucksvoll, wenn man Zellbereichen oder der gesamten Tabelle Rahmen zuweist. Rahmen unterteilen die Tabelle optisch und lenken so den Blick auf die Zusammenhänge, die Sie mit der Tabelle verdeutlichen möchte.

Jahresübersicht		
	2024	
	1. Quartal	2. Q.
Kaiser	300	250
Müller	150	190
Jung	200	220
Meyer	190	200
Schneider	240	200

Kursinhalt:

- Grundlagen zur Tabellengestaltung
- Schriftformatierung
- Ausrichtung von Zelleninhalten (Textsteuerung)
- Rahmen (Art, Farbe, ...)

Voraussetzungen:

Grundkenntnisse in Excel bzw. Teilnahme am Excel Modul 1

Rainer Holzner

Zeit: ab Montag, 17.03.2025,

weiterer Termin: 24.03.2025

Ort: 18:00 - 20:00 Uhr
Haldenberg Realschule, PC Raum, Alte Holzhäuser Str., 20, 2. Stock, Uhingen

Dauer: 2 Termine

Teilnehmerzahl: ab 6

Kosten: 40,00 €

Nr. 251-5031

SMARTPHONE-KURS

Sie haben ein Smartphone oder Tablet und würden das auch gerne souverän bedienen können? Na dann mal los!

Inhalte:

- Grundsätzliche Bedienung, Einstellungen und wichtige Begriffe
- Cookies, Updates und Berechtigungen einfach zustimmen oder lieber nicht?
- Das Handy vor fremden Zugriffen schützen
- Kontakte und den Kalender verwalten, Fotografieren
- Internetverbindungen herstellen und das Thema Sicherheit
- Tipps für tolle Apps, wie man sie auf das Handy bekommt, was sie kosten und wie man sie evtl. bezahlen kann
- Eine E-Mail-Adresse braucht heute jeder und wer noch keine hat und eine möchte, bekommt sie im Kurs angelegt. (Falls vorhanden, bitte Passwort für Ihr Google-Konto mitbringen).

Der Kurs ist für alle Android-Nutzer ohne Vorkenntnisse geeignet.

Im Handy sollte die registrierte SIM-Karte eingelegt sein und auch die erstmalige Anmeldung am Handy sollte schon erfolgt sein.

Bitte eigenes Gerät (Android) und Ladekabel mitbringen.

Patricia Lippmann

Zeit: ab Montag, 10.03.2025,

09:00 - 12:00 Uhr

weiterer Termin: 17.03.2025

Ort: Uhingen, Friedrichstraße 2, Bücherei im Berchtoldshof- Brunnenstube

Dauer: 2 Termine

Teilnehmerzahl: ab 5

Kosten: 64,00 €

Nr. 251-5032

WAS IST EIN BENUTZUERKONTO (ACCOUNT)?

Die Anmeldung auf Internetseiten

Die Digitalisierung ist in nahezu allen Branchen angekommen. Das Angebot ist riesig:

- Krankenkassen haben eine App, Belege reichen Sie einfach mit dem Handy ein
- die Elektronische Patientenakte kommt Anfang 2025
- Terminvereinbarungen mit der Doctolib-App erspart Ihnen viel Zeit
- Viele Geräte, wie z.B. Smartwatches, Kochgeräte, Drucker, Blutzucker- oder Hörgeräte, lassen sich super mit dem Handy steuern
- Gehaltsabrechnungen bekommen viele über das Internet
- Fahrkarten und Eventtickets aller Art kaufen Sie per Klick in der App
- E-Books lesen Sie über die Onleihe, Tolino, Skoobe usw.
- Onlineshopping
- Wandern und Radfahren mit der App
- Bankgeschäfte online abwickeln zu können spart Zeit und Wege
- Facebook, WhatsApp, Instagram ...

Für all diese „Geschäfte“ braucht es eine Anmeldung mit Ihren Daten.

Inhalte:

Wieso heißt es „Konto“?

Fallen Kosten an?

Welche Daten werden benötigt?

Wie registriert man sich?

Ist das alles sicher?

Wir werden das alles klären, ein Konto registrieren und wenn Sie möchten auch wieder löschen. Bringen Sie gerne viele Fragen mit!

Android oder iOS (Apple) - Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.

Wenn möglich auch den Zugang zu Ihrem Email-Konto.

Patricia Lippmann

Zeit: Montag, 24.03.2025,

09:00 - 12:00 Uhr

Ort: Uhingen, Friedrichstraße 2, Bücherei im Berchtoldshof- Brunnenstube

Dauer: 1 Termin

Teilnehmerzahl: ab 5

Kosten: 32,00 €

Nr. 251-5033

NAVIGATION FÜR FUßGÄNGER UND RADFAHRER

Unbekannte Strecken fährt man mit Hilfe des Navis. Dabei sieht man immer den eigenen Standort und die gewünschte Route. Warum sollten Fußgänger und Radfahrer diesen Komfort nicht auch genießen? Das Smartphone in der Jackentasche oder am Fahrradlenker und los geht's

durchs Gelände oder durch die Stadt. Falls Sie Ihr Auto für die Anfahrt nutzen, merkt sich Ihr Handy auch gleich den Parkplatz. Planen Sie Ihre eigene Route oder lassen Sie sich inspirieren von bebilderten Tourenbeschreibungen. Schauen Sie sich an, wieviel Höhenmeter Sie bewältigen möchten, welche Highlights an der Strecke liegen und verpassen Sie unterwegs keine Einkehrmöglichkeiten! Jede Tour lässt sich gezielt auf Ihre Bedürfnisse zuschneiden, auch der Rückweg mit den Öffies. Wie kommen Sie nun zu diesem Service? Müssen Sie sich irgendwo anmelden? Welche Apps sind sinnvoll und kosten die etwas? Wie lösen Sie das Akku-Problem? Was machen Sie im Funkloch, wenn Sie keine Internetverbindung haben? Was ist wichtig bei der Fahrradhalterung uvm. Bringen Sie gerne Ihre Fragen dazu mit!

Android oder iOS (Apple) - Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.

Wenn möglich auch den Zugang zu Ihrem Email-Konto.

Patricia Lippmann

Zeit: Montag, 28.04.2025,
09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Uhingen, Friedrichstraße 2, Bücherei im Berchtoldshof- Brunnenstube
Dauer: 1 Termin
Teilnehmerzahl: ab 5
Kosten: 32.00 €

Nr. 251-5034
ONLINEBANKING - DIE BANK, DIE DURCHGEHEND GEÖFFNET HAT

Immer mehr Bankfilialen vor Ort schließen oder sie sind nur noch wenige Stunden in der Woche geöffnet. Ihre Internet-Filiale ist an 24 Stunden täglich für Sie da! Sie können Überweisungen in Ruhe zuhause erledigen oder Kontobewegungen zu jeder Zeit nachvollziehen. Die meisten Bankgeschäfte lassen sich online erledigen. Das entspannt ungemein. Oft wird man gefragt, ob man per PayPal, ApplePay oder GooglePay bezahlen möchte. Wie das alles funktioniert und was es dazu braucht, ein Onlinekonto einzurichten schauen wir uns am Beispiel eines Demo-Kontos an.

Android, iOS (Apple) oder Laptop - Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.

Patricia Lippmann

Zeit: Montag, 05.05.2025,
09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Uhingen, Friedrichstraße 2, Bücherei im Berchtoldshof- Brunnenstube
Dauer: 1 Termin
Teilnehmerzahl: ab 5
Kosten: 32.00 €

Nr. 251-5035
KI (ChatGPT) – FÜR DEN PRIVATEN EINSATZ? – UNBEDINGT!

Lassen Sie sich die Welt erklären von ChatGPT. KI ist zu gut, um sie nicht zu nutzen. Wann setzen Sie nun Google ein und was macht die KI anders? Fragen Sie einfach ChatGPT und Sie werden eine Lösung offeriert bekommen, die Sie wahrscheinlich überraschen wird. Egal ob sie eine Reise planen, Fremdsprachen üben möchten, kreative Texte oder Gedichte schreiben wollen, Kochtipps brauchen oder etwas reparieren oder basteln möchten, die KI unterstützt Sie gezielt zu Ihren Wünschen. Und so einfach – Sie brauchen Ihre Fragen nicht mal mehr zu tippen.

Android oder iOS (Apple) - Bitte eigenes Gerät und Ladekabel mitbringen.

Wenn möglich auch den Zugang zu Ihrem Email-Konto.

Patricia Lippmann

Zeit: Montag, 12.05.2025,
18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Uhingen, Friedrichstraße 2, Bücherei im Berchtoldshof- Brunnenstube
Dauer: 1 Termin
Teilnehmerzahl: ab 5
Kosten: 32.00 €

Anmeldungen und Auskünfte werden im Rathaus Uhingen, Kirchstraße 2, von Frau Martina Veith, Tel. 07161/ 9380-121, per FAX 07161/ 9380-109 oder per Email martina.veith@uhingen.de entgegengenommen.

Geschäftsbedingungen der Volkshochschulen Albershausen, Ebersbach, Schlierbach und Uhingen

Anmeldung

Für die Teilnahme an Kursen, Seminaren und Exkursionen ist eine vorherige Anmeldung bei der veranstaltenden Volkshochschule erforderlich. Sie haben folgende Möglichkeiten sich anzumelden:

1. Sie füllen bei uns eine Anmeldekarte aus und erteilen uns eine Abbuchungsermächtigung. In Ausnahmefällen ist Barzahlung möglich.
2. Sie schicken uns vor Kursbeginn eine Anmeldekarte mit Abbuchungsermächtigung.
3. Eine telefonische Anmeldung ist möglich. Sie geben uns dazu die Kursbezeichnung, die Kursnummer und Ihre Bankverbindung an.
4. Eine Anmeldung mit E-Mail ist möglich. Sie geben uns dazu die Kursbezeichnung, die Kursnummer und Ihre Bankverbindung an. Bitte beachten Sie dabei, dass Ihre persönlichen Daten noch nicht gesichert übermittelt werden können.

In allen Fällen erfolgt keine zusätzliche Bestätigung oder Zusendung einer Teilnahmekarte. Sollte die Veranstaltung oder der Kurs bereits belegt sein oder nicht stattfinden können, werden Sie von uns benachrichtigt.

Einige Kurse können nur mit einer nach oben begrenzten Teilnehmerzahl durchgeführt werden. Andererseits können Kurse und Exkursionen aber auch nur stattfinden, wenn eine Mindestzahl von Anmeldungen vorliegt. Wir bitten deshalb um eine rechtzeitige Anmeldung. Andernfalls muss die jeweilige Veranstaltung abgesagt werden. Auf Wunsch der Teilnehmer können Veranstaltungen auch bei Unterschreiten der Mindestbelegungszahl durchgeführt werden bzw. bei Sprachkursen gilt die „Gebührenordnung Sprachkurse“.

Hinweis

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung oder zu einem Kurs der VHS werden die Geschäftsbedingungen anerkannt.

Gebührenordnung Sprachkurse

Ein Sprachkurs kostet, soweit im Programm nicht anders angegeben, bei einer **Mindestbelegung** von 10 Teilnehmern (TN) je Kurs (90 Minuten) und

	15 Termine	12 Termine	10 Termine	
	69.- €	59.- €	49.- €	
Für Kurse mit weniger als 10 TN gelten folgende Gebühren für				
	15 Termine	12 Termine	10 Termine	
9 TN	77.-	66.-	55.-	€
8 TN	86.-	74.-	61.-	€
7 TN	98.-	84.-	70.-	€
6 TN	114.-	97.-	81.-	€
5 TN	136.-	116.-	96.-	€

Abmeldung, Rücktritt, Gebührenerstattung

Abmeldungen bei Dozent/innen sind unwirksam!

Wenn eine Gebührenerstattung erfolgen soll, muss der **Rücktritt** eines Teilnehmers **bis spätestens 3 Werktage vor Kursbeginn** persönlich oder schriftlich bei der jeweiligen **Geschäftsstelle der VHS** erfolgen. Nach Kursbeginn ist eine Gebührenerstattung auch im **Krankheitsfall nicht möglich.**

Tages- und Wochenendseminare: Rücktritt bis 14 Tage vor Kursbeginn möglich, wenn Rückzahlung erfolgen soll.

Kurzurse (1-3 Abende): Rücktritt bis 2 Werktage vor Kursbeginn, wenn Rückzahlung erfolgen soll.

Kurse mit Materialbestellung wie Kochkurse, Kreativkurse o. a.: Rücktritt bis 5 Werktage vor Kursbeginn. Materialkosten werden unabhängig von der Kursgebühr in Rechnung gestellt bzw. können mit dem zu zahlenden Betrag verrechnet werden.

Exkursionen: Rücktritt bis 14 Tage vor der Veranstaltung. Danach ist der volle Teilnehmerbetrag zu entrichten oder eine Ersatzperson zu benennen. Eine Verwaltungsgebühr kann erhoben werden.

Wenn diese Rücktrittsbedingungen vom angemeldeten Teilnehmer nicht eingehalten werden, ist in jedem Fall die volle Gebühr zu zahlen.

Ausnahme: Der in der Kursausschreibung genannte Anmeldeschluss ist in jedem Fall der letzte **Rücktrittstermin.**

Haftung

Die Teilnahme an VHS-Veranstaltungen geschieht auf eigenes Risiko. Die VHS haftet nur in Fällen, in denen ihr Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last gelegt werden kann. Sie übernimmt Teilnehmenden gegenüber keine Haftung bei Unfällen während der Veranstaltung und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort oder bei Verlust oder Beschädigung von Gegenständen aller Art, einschließlich Garderobe. Bei Kursen für Kinder in Begleitung Erwachsener liegt die Aufsichtspflicht bei der/ dem Erwachsenen. Der Haftungsausschluss gilt auch für Druckfehler im Programmheft.

Hausordnung

Die VHS ist Gast in den Veranstaltungsgebäuden. Es gelten die jeweiligen Hausordnungen. In allen öffentlichen Gebäuden ist das Rauchverbot zu beachten.

Datenschutzerklärung

Information zum Datenschutz (DSGVO)
Für die Durchführung der VHS-Kurse werden die angegebenen Daten verarbeitet. Die Daten sind zur Erfüllung der Aufgabe erforderlich und nach Art. 6 DSGVO lediglich bei der jeweiligen Stadt/Gemeinde/VHS gespeichert. Eine Übermittlung an Dritte erfolgt nur zur Durchführung der einzelnen Veranstaltung. **Mit der Anmeldung wird die Verarbeitung der Daten zugestimmt.**

Sie haben das Recht Ihre Einwilligung jederzeit ohne Angabe von Gründen gegenüber der VHS zu widerrufen, z.B. durch eine Mitteilung auf einem genannten Kontaktwege (siehe Anmeldung).

Im Falle des Widerrufs werden Ihre in der Anmeldung genannten personenbezogenen Daten mit Wirkung für die Zukunft nicht mehr für die folgenden genannten Zwecke verarbeitet:

- Ihre Anmeldung zu unseren Kursen zu bearbeiten
- Sie zu kontaktieren
- Personenabbildungen von Ihnen, die im Rahmen der Veranstaltung angefertigt werden, zu veröffentlichen.

Änderungen

Die VHS behält sich Änderungen des Programms vor.



Dieses Produkt wurde auf einem Papier produziert, welches mit dem „Blauen Engel“ zertifiziert wurde.

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich <input type="radio"/> weiblich <small>(bei Kinderkursen Geb. Datum)</small>	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz		Datum und Unterschrift	

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich <input type="radio"/> weiblich <small>(bei Kinderkursen Geb. Datum)</small>	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz		Datum und Unterschrift	

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich <input type="radio"/> weiblich <small>(bei Kinderkursen Geb. Datum)</small>	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung (bei Lastschrift ausfüllen)			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz		Datum und Unterschrift	

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich <input type="radio"/> weiblich <small>(bei Kinderkursen Geb. Datum)</small>	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung (bei Lastschrift ausfüllen)			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz		Datum und Unterschrift	

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich (bei Kinderkursen Geb. Datum) <input type="radio"/> weiblich	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
<small>Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz</small>		Datum und Unterschrift	

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich (bei Kinderkursen Geb. Datum) <input type="radio"/> weiblich	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung (bei Lastschrift ausfüllen)			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
<small>Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz</small>		Datum und Unterschrift	

e-mail: info@loewen-apotheke-uhingen.de
www.loewen-apotheke-uhingen.de



LÖWEN-APOTHEKE
Apotheker e.K.
Hans-Ulrich Welte
Stuttgarter Str. 7
73066 Uhingen
Tel. 07161 / 3 73 52
Fax 07161 / 939368

e-mail: info@sonnen-apotheke-albershausen.de
www.sonnen-apotheke-albershausen.de





SONNEN-APOTHEKE
Apothekerin e.K.
Antje Welte
Uhinger Str. 22
73095 Albershausen
Tel. 07161 / 9 33 15 11
Fax 07161 / 9 33 15 15

**Fragen Sie uns - wir beraten Sie gerne!
Nutzen Sie die Vorteile der Kundenkarte!**

- Allopathie
- Homöopathie
- Kosmetik und Körperpflege
- Tee- und Heilkräuter
- Blutdruckmessgeräte
- Babywaagen-Verleih
- Blutzuckermessgeräte
- Milchpumpen-Verleih
- Inhaliergeräte
- Pflegehilfsmittel
- Produkte zur Krankenpflege
- Inkontinenz-Versorgung

Wir bringens - auch zu Ihnen nach Hause!

Anmeldekarte		Semester:	
Kurs-Nummer:			
Kurstitel:		Kursgebühr: €	
Persönliche Daten:			
Name:		Vorname	
Straße:		Haus-Nr.	
PLZ:	Wohnort:		
Handy-Nr.:		Telefon Festnetz:	
E-Mail:		Geburtsjahr: <input type="radio"/> männlich (bei Kinderkursen Geb. Datum) <input type="radio"/> weiblich	
Für Anmeldungen, Zahlungen und Teilnahme sind die im aktuellen Programm abgedruckten AGBs verbindlich. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich internen Zwecken der VHS.			
Bankverbindung (bei Lastschrift ausfüllen)			
Kontoinhaber/in:			
Bank:			
IBAN DE			
<small>Verbindliche Anmeldung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift . Hiermit ermächtige/n ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen entsprechend der hier angegebenen Summe und über o.g. Konto durch Lastschrift einzuziehen. Die Informationspflichten gem. der DSGVO finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Stadt/Gemeinde v. Ebersbach, Schlierbach oder Uhingen unter: Datenschutz</small>		Datum und Unterschrift	

Mobil auf 3 Rädern und E-Motor
sicher unterwegs – Arbeits- und
Lebensgemeinschaft Bad Boll e. V.



WIRWUNDER erfüllt Wünsche



Mit WIRWUNDER – der Spendenplattform der Sparkassenorganisation und betterplace – unterstützen wir Vereine und soziale Projekte.

Jetzt Projekte einstellen unter www.wirwunder.de/goepplingen.

LBEBW

LBS

SV Sparkassen
Versicherung



Kreissparkasse
Göppingen

Weil's um mehr als Geld geht.