



vhs



Kreisvolkshochschule Landkreis St. Wendel

Programm Herbst 2018



www.kvhs-wnd.de



Grußwort des Landrates

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

was haben Kung Fu und Schach, Line Dance und Golf, Yoga und Nähen, Gymnastik und Kochen gemeinsam? Es sind Themen, zu denen unsere Kreisvolkshochschule Kurse anbietet! Und sie stellen nur eine kleine Auswahl aus dem vielfältigen und abwechslungsreichen Programm für das Herbstsemester 2018 dar. Bewährtes und Neues, Interessantes und Überraschendes gilt es zu entdecken, um Ihr persönliches Fortbildungsprogramm zusammenzustellen. Schließlich lernt man nie aus – und Bildung beginnt mit Neugierde. Dies gilt insbesondere bei der Erwachsenenbildung: Kompetenzen festigen oder neue erwerben, den Horizont erweitern, sich geistig und körperlich entfalten, fit werden, fit bleiben, dabei persönlich und auch beruflich wachsen. Und nicht zuletzt: Freude am Lernen, am Erreichen neuer Ziele gemeinsam mit Gleichgesinnten empfinden. Das alles bietet die Kreisvolkshochschule des Landkreises St. Wendel unseren Bürgerinnen und Bürgern.

Daher ist es wichtig, dass es unsere Kreisvolkshochschule als Ort des lebenslangen Lernens gibt. Sie steht allen offen, unabhängig von Alter und Geschlecht, Bildung und Glauben, Nationalität, beruflicher und gesellschaftlicher Stellung. Sie ist wohnortnah: In jeder unserer Gemeinden gibt es mindestens eine Außenstelle. Sie ist kompetent, zertifiziert, seit 1971 eine staatlich anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung.

Ich lade Sie ein, das Angebot Ihrer Kreisvolkshochschule zu nutzen, die Kurse, Seminare und Einzelveranstaltungen zu besuchen, neue Erfahrungen zu sammeln, Ihr Wissen zu erweitern.

Bleiben Sie neugierig – viel Freude beim Lernen!

St. Wendel, im August 2018

Udo Recktenwald
Landrat



Grußwort des Ministers für Bildung und Kultur

Liebe Leserin, lieber Leser,

unter dem Stichwort »Digitalisierung« wird in der Öffentlichkeit eine Entwicklung diskutiert, die unser Leben zunehmend verändert. Menschen können mit Internetzugang und Laptop, Tablet oder Smartphone an jedem Ort und zu jeder Zeit lernen. Digitale Medien erweitern die Möglichkeiten zu lernen, einerseits durch eine immense Zahl verfügbarer Inhalte und Themen, andererseits durch zusätzliche räumliche, zeitliche und methodische Lehr- und Lernumgebungen. Eine wichtige Aufgabe von Weiterbildungseinrichtungen ist es daher, den Menschen Kompetenzen im Umgang mit Technik und Anwenderprogrammen zu vermitteln, um über den technischen Anschluss hinaus den gesellschaftlichen Anschluss zu ermöglichen. Denn Medienkompetenz ist zu einer wesentlichen Voraussetzung sozialer und beruflicher Teilhabe geworden. Neue Lernformen werden möglich, z. B. über Online-Lernplattformen, Webinare oder die Einbindung digitaler Anwendungen in den Unterricht. Dazu gehören aber insbesondere auch der kritische Umgang mit digitalen Medien und die Wahrung des Datenschutzes. Es sind große Herausforderungen, denen sich Ihre Kreisvolkshochschule St. Wendel widmet.

Und dennoch: Die ganz überwiegende Angebotsform von Weiterbildung ist der Präsenzunterricht, die tatsächliche Interaktion von Menschen, die mehr und mehr digitale Anwendungen nutzen.

Das vorliegende Programm enthält viele Angebote, die Sie kulturell bereichern und Ihr Miteinander mit anderen fördern und gleichzeitig den neuen digitalen Möglichkeiten nahebringen. Sie finden in diesem Programm sicherlich Vieles, das Ihren Interessen und Bedarfen entspricht.

Ihr

Ulrich Commerçon
Minister für Bildung und Kultur



Kreisvolkshochschule Landkreis St. Wendel
Auskunft: Geschäftsstelle St. Wendel, KuBI
Werschweilerstraße 14
66606 St. Wendel
Telefon 06851 801-4011
oder 06851 801-4012

Internet: www.kvhs-wnd.de
E-Mail: kvhs@lkwnd.de

Geöffnet:
Montag bis Donnerstag 7.30 bis 15.30 Uhr
Freitag 7.30 bis 15.00 Uhr

Neue und bewährte Angebote der KVHS St. Wendel



KVHS-Außenstelle Alswelier Kurs 0305

Zumba Ü50

Ein Kurs für Neueinsteiger, ältere Personen oder Personen, die länger sportlich inaktiv waren, aber trotzdem Spaß an Tanz und Bewegung zu lateinamerikanischer Musik in einem moderaten Tempo haben. Die Bewegungen wiederholen sich und werden erklärt. Erforderlich sind lockere und leichte Kleidung.



KVHS-Außenstelle Marpingen Kurse 0406, 0407, 0408 und 0409

Hatha-Yoga

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen. Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für Einsteiger in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch sanft angeleitete Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit und Kraft finden. Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagtauglichen Weg sind, um wieder mehr im Augenblick anzukommen und die eigene Kraft zu spüren. Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Decke und eine Matte mit.



KVHS-Außenstelle Nohfelden Kurs 0717

Tai Chi

Körper, Seele und Geist werden gleichermaßen angesprochen. Der ganze Körper wird sanft trainiert, alle Gelenke gelockert, wodurch der Qi-Fluss im Körper aktiviert wird. Mit dem konzentrierten Erlernen der Tai Chi-Form geht tiefe Entspannung einher. Das Training beginnt mit Lockerungsübungen, danach folgen vorbereitende Tai Chi-, Qi Gong-Übungen. Im Anschluss erlernen die Kursteilnehmer die Yang Luchan Energieform Schritt für Schritt und sehr gewissenhaft.



KVHS-Außenstelle Nonnweiler Kurse 0816 und 0817

Shaolin Kung-Fu

Erlern wird Disziplin, Konzentrations- und Durchsetzungsvermögen. Sie erlangen ein außergewöhnliches Selbstbewusstsein, das Ihnen hilft, in entscheidenden Momenten ruhig und besonnen zu bleiben. Vermittelt werden u. a. Selbstverteidigungstechniken, die man in einer Notsituation erfolgreich mit Alltagsgegenständen anwenden kann. Der Körper wird geschmeidiger, kraftvoller, was zu einer besseren Gesundheit beiträgt.



KVHS-Außenstelle Oberthal Kurs 0905

Bandworkshop

Der Bandworkshop richtet sich an alle Interessierten im Bereich Musik, die bereits ein Instrument spielen können und zusammen mit anderen Musikern Erfahrungen sammeln möchten. Dabei ist es egal, um welches Instrument es sich handelt und ob der Teilnehmer (Semi-) Amateur oder Fortgeschrittener ist. Die Instrumente müssen jedoch selbst mitgebracht werden, da die Kreisvolkshochschule leider keine zur Verfügung stellen kann.

Im Verlauf des Kurses werden einige Titel ausgesucht, einstudiert und am letzten Termin vor Freunden und Verwandten aufgeführt.

Wichtig für unsere Kursteilnehmer

Anmeldungen

Melden Sie sich bitte zu unseren Kursen telefonisch oder schriftlich bei der jeweiligen Außenstelle an. Die Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn am ersten Termin mindestens 10 TeilnehmerInnen anwesend sind. Ihre Anmeldung ist also wichtig.

Kursdauer

Die Dauer der einzelnen Kurse ist jeweils im Programm angegeben. Eine Unterrichtsstunde entspricht 45 Minuten.

Entgelte

Für die Teilnahme an Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule werden Entgelte nach Bestimmungen der Entgeltordnung in der Fassung des Beschlusses des Kreistages St. Wendel vom 13.11.2017 erhoben.

Die Höhe der Entgelte richtet sich nach den für die einzelnen Veranstaltungen erforderlichen Aufwendungen und nach der Dauer der Lehrveranstaltungen. Die im Arbeitsplan angegebene Gebühr bezieht sich auf die erforderliche Teilnehmerzahl ab 10. Bei einer geringeren Teilnehmerzahl ist das Entgelt entsprechend umzulegen. Benötigte Materialien (z. B. Kreativkurse) oder Zutaten (z. B. Kochkurse) werden i. d. R. vom Dozenten gesondert berechnet. Die Entgelte für kulturelle Sonderveranstaltungen werden vom Landrat von Fall zu Fall festgesetzt, da es sich hierbei nicht um ein Entgelt im Sinne des § 156 Nr. 12 des Kommunalselfstverwaltungs-gesetzes handelt.

Zahlungspflicht

Alle TeilnehmerInnen der Kreisvolkshochschule begründen durch ihre Teilnahme ihre Zahlungspflicht, soweit einzelne Veranstaltungen nicht kostenlos angeboten werden. Bei der Teilnahme an Kursveranstaltungen wird eine Zahlungspflicht dann nicht begründet, wenn einzelne TeilnehmerInnen lediglich zur Information am ersten Kurstag teilnehmen und sich dann schriftlich noch vor dem zweiten Kurstag bei der Außenstelle abmelden. Eine Abmeldung bei den Kursleitern ist nicht ausreichend. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Bei der Teilnahme an mehr als einem Kurstag ist in der Regel das volle Entgelt für den Kurs zu entrichten. Eine Rückerstattung der Kursgebühr wegen Nichtteilnahme ist nur bei Vorliegen triftiger Gründe möglich. Bei Erkrankung ist ein ärztliches Attest vorzulegen. Die Entscheidung über eine Rückerstattung trifft die Geschäftsstelle nach dem Grundsatz der Verhältnismäßigkeit.

Ermäßigung

- An Kursen und Vortragsreihen aller Stoffgebiete können Jugendliche ohne eigenes Einkommen, deren Eltern Empfänger von Arbeitslosengeld-II sind, sowie TeilnehmerInnen, die Empfänger von Arbeitslosengeld-II (oder vergleichbare Leistungen wie bedarfsorientierte Grundsicherung im Alter, Erwerbsminderung, Hilfe zum Lebensunterhalt) kostenlos teilnehmen. Die Voraussetzungen sind vom Antragsteller durch Vorlage des entsprechenden Bescheides der zuständigen Stelle nachzuweisen.
- Auf das zu zahlende Entgelt für Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule wird außerdem eine Ermäßigung bei Jugendlichen bis 18 Jahren gewährt (außer bei berufsbildenden Maßnahmen); die Ermäßigung beträgt 15 % des Entgeltes.

Haftung

Bei Unfällen und beim Verlust von persönlichen Sachen wird gegenüber den TeilnehmerInnen keine Haftung übernommen.

Zeichenerklärung

A = Anfänger
F = Fortgeschrittene
Z = Zeitstunde

w. b. wird bekanntgegeben
n. B. nach Beteiligung
HM Hallenmiete
N.N. noch nicht benannt

a. A. auf Anfrage
TZ Teilnehmerzahl
E Eintritt
WE Wochenende



01 KVHS Außenstelle Freisen

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Nadine Schaadt
 06855 9967786
vhsfreisen@t-online.de



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Kunst und Kultur						
0101	Malen und Zeichnen	Freisen	Mehrgen.-raum	Di. 4.9.18 / 17.30	Frau Kochneva	10 x 2 Z	66,00
	Gesundheit						
0102	Selbstverteidigung für Kinder ab 10 J.	Schwarzerden	KiGa	Di. 14.8.18 / 17.30	Herr Linn	5 x 2	20,40
0103	Aqua-Jogging	Oberkirchen	Schwimmbad	Do. 16.8.18 / 19.00	Frau Becker	10 x 1 Z	33,00 + E
0104	Yoga der Einfachheit u. Meditation	Oberkirchen	KiGa	Mo. 20.8.18 / 18.45	Frau Ost	10 x 1 Z	33,00
0105	Yoga der Ruhe und Zentrierung	Oberkirchen	KiGa	Mi. 29.8.18 / 19.15	Frau Fröhlig	12 x 1 Z	39,60
0106	Yoga zur Entspannung	Schwarzerden	KiGa	Mi. 29.8.18 / 17.30	Frau Natter	10 x 2	48,00
0107	Yoga für den Rücken	Schwarzerden	KiGa	Mi. 29.8.18 / 19.00	Frau Natter	10 x 2	48,00
0108	Hatha-Yoga	Schwarzerden	KiGa	Do. 6.9.18 / 17.00	Frau Schöneberger	10 x 2	48,00
0109	Hatha-Yoga	Schwarzerden	KiGa	Do. 6.9.18 / 18.45	Frau Schöneberger	10 x 2	48,00
0110	Zumba	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Di. 21.8.18 / 18.15	Frau Ernst	12 x 1 Z	39,60
0111	Tai Chi Chuan für Senioren	Oberkirchen	Grundschule	Fr. 24.8.18 / 15.00	Herr Schmitt	10 x 1 Z	33,00
0112	Wirbelsäulengymnastik	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mo. 27.8.18 / 20.00	Frau Fröhlig	12 x 1 Z	39,60
0113	Wirbelsäulengymnastik	Oberkirchen	KiGa	Mi. 29.8.18 / 18.00	Frau Fröhlig	12 x 1 Z	39,60
0114	Wirbelsäulengymnastik	Oberkirchen	KiGa	Mo. 10.9.18 / 17.30	Frau Gilcher	10 x 1 Z	33,00
0115	Pilates	Schwarzerden	KiGa	Mo. 3.9.18 / 17.00	Herr Dusendann	10 x 1 Z	33,00
0116	Pilates	Schwarzerden	KiGa	Mo. 3.9.18 / 18.00	Herr Dusendann	10 x 1 Z	33,00
	Sprachen						
0117	Englisch	Freisen	GemS	Mo. 17.9.18 / 18.00	Herr Kraushaar	10 x 2 Z	66,00

03 KVHS Außenstelle Alsweiler

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Marianne Wegmann
 06853 8562681
vhsalsweiler@web.de

PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
0301	Sicherer Umgang m. Smartphone u. Tablet	Alsweiler	Vereinshaus	Do. 13.9.18 / 18.00	Herr Kadzioch	5 x 2	24,00
0302	Smartphone u. Tablet – Tipps u. Tricks F	Marpingen	GemS	Do. 8.11.18 / 18.00	Herr Kadzioch	1 x 2 Z	6,60
0303	Aktuelles zur Rentenbesteuerung	Marpingen	Vereinshaus	w. b.	Herr Schäfer	1 x 3	7,20
	Gesundheit						
0304	Pilates	Alsweiler	Vereinshaus	Do. 23.8.18 / 18.30	Herr Dusdendann	12 x 1 Z	39,60
0305	Zumba Ü50	Alsweiler	Turnhalle KiTa	Mo. 27.8.18 / 18.00	Frau König	10 x 1 Z	33,00
0306	Zumba Fitness	Alsweiler	Vereinshaus	Mi. 22.8.18 / 17.15	Frau Catalan	12 x 1 Z	39,60
0307	Zumba Fitness	Alsweiler	Vereinshaus	Fr. 24.8.18 / 17.45	Frau Catalan	12 x 1 Z	39,60
0308	Vinyasa Yoga	Alsweiler	Vereinshaus	Di. 28.8.18 / 17.30	Frau Brill	12 x 2	57,60

04

KVHS Außenstelle Marpingen

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Marianne Wegmann
 06853 8562681
marpingen.vhs@gmail.com

PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
0401	Sicherer Umgang m. Smartphone u. Tablet	Marpingen	GemS	Mi. 5.9.18 / 18.00	Herr Kadzioch	5 x 2	24,00
0402	Smartphone u. Tablet - Tips u. Tricks F	Marpingen	GemS	Do. 25.10.18 / 18.00	Herr Kadzioch	1 x 2 Z	6,60
0403	Aktuelles zur Rentenbesteuerung	Marpingen	Vereinshaus	w.b.	Herr Schäfer	1 x 3	7,20
	Kunst und Kultur						
0404	Malen in Öl, Aquarell u. anderen Techniken	Marpingen	GemS	Mo. 20.8.18 / 16.45	Frau Valentin	10 x 3	72,00
0405	Malen in Öl, Aquarell u. anderen Techniken 2	Marpingen	GemS	Mo. 20.8.18 / 19.00	Frau Valentin	10 x 3	72,00
	Gesundheit						
0406	Hatha-Yoga 1	Marpingen	Vereinshaus	Do. 6.9.18 / 18.00	Frau Engel	12 x 1 Z	39,60
0407	Hatha-Yoga 2	Marpingen	Vereinshaus	Do. 6.9.18 / 19.00	Frau Engel	12 x 1 Z	39,60
0408	Hatha-Yoga 3	Marpingen	Vereinshaus	Di. 4.9.18 / 8.30	Frau Engel	12 x 1 Z	39,60
0409	Hatha-Yoga 4	Marpingen	Vereinshaus	Di. 4.9.18 / 9.30	Frau Engel	12 x 1 Z	39,60
0410	Wirbelsäulengymnastik, Rückenschulung	Alsweiler	kleine Turnhalle	Mi. 12.9.18 / 18.30	Frau Recktenwald	10 x 1 Z	33,00
0411	Orientalischer Frauentanz	Marpingen	Vereinshaus	Di. 4.9.18 / 18.30	Frau Rein	10 x 2	48,00

05

KVHS Außenstelle Urexweiler

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Edith Keßler
 06827 8455



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Kunst und Kultur						
0501	Nähen und Zuschneiden	Urexweiler	Vereinsraum	Do. 6.9.18 / 18.30	Frau Guth	10 x 3	72,00
0502	Töpfern, freies Gestalten mit Ton	Urexweiler	Vereinsraum	Sep. 2018 / 19.00	Frau Holzer	5 x 3	36,00
0503	Töpfern für Kinder und Jugendliche	Urexweiler	Vereinsraum	Sep. 2018 / 16.00	Frau Holzer	5 x 2	20,40
0504	Aquarellmalen	Urexweiler	Vereinsraum	Sep. 2018 / 19.00	Frau Kochneva	10 x 3	72,00
	Gesundheit						
0505	Bodyforming, Wirbelsäulengymnastik F	Urexweiler	Mehrweckhalle	Do 13.9.18 / 19.30	Frau Recktenwald	15 x 1 Z	49,50
0506	Seniorengymnastik	Urexweiler	Mehrweckhalle	Do 9.8.18 / 10.00	Frau Scheerer	15 x 1	36,00
0507	Wirbelsäulengymnastik	Urexweiler	Mehrweckhalle	Do 9.8.18 / 18.30	Frau Scheerer	15 x 1	36,00
0508	Aquarobic, Pfleg. Wassergymnastik	Urexweiler	Schwimmbad	Mo 6.8.18 / 18.30 und 19.30	Frau Gutzke	15 x 1 Z	49,50 + E
0509	Zumba	Urexweiler	Mehrweckhalle	Mi 5.9.18 / 19.00	Frau König	10 x 1 Z	33,00

Bitte melden Sie sich für die Kurse ausschließlich bei der jeweiligen Außenstelle an.

06

KVHS Außenstelle Namborn

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Nadine Schuld
0163 6404090
vhsnamborn@web.de



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
0601	Qigong (Tai Chi)	Namborn	Grundschule	Do. 30.8.18 / 19.00	Frau Paliot	12 x 1 Z	39,60
0602	Wirbelsäulengymn. – Seniorengymn.	Namborn	Grundschule	Fr. 7.9.18 / 17.00	Frau Backes	12 x 1 Z	39,60
0603	Dance-Fit Bauch-Beine-Po & Tanzen	Namborn	Grundschule	Do. 6.9.18 / 17.30	Frau Cancemi	12 x 1 Z	39,60
0604	»Fit mit Eva«, Zirkeltraining Anfänger	Namborn	Grundschule	Fr. 7.9.18 / 18.00	Frau Wagner	12 x 1 Z	39,60
0605	»Fit mit Eva«, Zirkeltraining Fortgeschr.	Namborn	Grundschule	Fr. 7.9.18 / 19.00	Frau Wagner	12 x 1 Z	39,60
0606	Partygebäck – knusprig, salzig, raffiniert	Namborn	Grundschule	Di. 4.9.18 / 18.00	Frau Buschauer	5 x 1	12,00 + Verz.

07

KVHS Außenstelle Nohfelden

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Dagmar Haben
06852 7807
dagmar-haben@
onlinehome.de



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
0701	Umgang mit dem Smartphone für ältere TN (begr. TN-Zahl)	Gonnesweiler	Grundschule	Mo. 10.9.18 / 18.00	Herr Zimmer	5 x 2 Z	41,30
0702	Gutes Bier selber brauen	Walhausen	Braustübchen	Sa. 20.10.18 / 9.00	Herr Simon	1 x 6 Z	19,80 + Verz.
0703	Gutes Bier selber brauen	Walhausen	Braustübchen	Sa. 27.10.18 / 9.00	Herr Simon	1 x 6 Z	19,80 + Verz..
	Kunst und Kultur						
0704	Malkreis »Aquarell«	Türkismühle	GemS	Mo. 20.8.18 / 18.30	Frau Bick	12 x 2	57,60
0705	Nähkurs A + F (begr. TN-Zahl)	Türkismühle	GemS	Mo. 3.9.18 / 18.00	Frau Groß	7 x 3	63,00
0706	Nähkurs A + F (begr. TN-Zahl)	Türkismühle	GemS	Fr. 7.9.18 / 18.00	Frau Groß	7 x 3	63,00
	Gesundheit						
0707	Pfleg. Gymnastik für Frauen	Türkismühle	GemS	Mo. 3.9.18 / 19.00	Frau Schmeier	12 x 1 Z	39,60
0708	Autogenes Training 50 +	Neunkirchen	DGH	Di. 14.8.18 / 16.45	Frau Müller	12 x 1 Z	39,60
0709	Autogenes Training	Neunkirchen	DGH	Di. 14.8.18 / 18.00	Frau Müller	12 x 1 Z	39,60
0710	Pilates 50 + (TN mit Grundkenntnissen)	Gonnesweiler	MZR	Fr. 10.8.18 / 14.00	Frau LoGiudice	15 x 1 Z	49,50
0711	Wirbelsäulengymnastik	Türkismühle	GemS	Mi. 22.08.18 / 18.25	Herr Seibert	12 x 1 Z	39,60
0712	Yoga für einen starken Rücken	Gonnesweiler	MZR	Mi. 8.8.18 / 18.00	Frau Wolter	14 x 2	67,20
0713	Yoga für einen starken Rücken	Gonnesweiler	MZR	Mi. 8.8.18 / 19.30	Frau Wolter	14 x 2	67,20
0714	Allg. Fitnessgymnastik für Frauen	Gonnesweiler	Turnhalle	Di. 21.8.18 / 8.30	Frau Fries	13 x 1 Z	42,90
0715	Allg. Fitnessgymnastik für Frauen	Gonnesweiler	Turnhalle	Di. 21.8.18 / 17.00	Frau Fries	13 x 1 Z	42,90
0716	Allg. Fitnessgymnastik für Frauen	Gonnesweiler	Turnhalle	Di. 21.8.18 / 18.00	Frau Fries	13 x 1 Z	42,90
0717	Tai Chi	Nohfelden	Turnhalle	Do. 16.8.18 / 19.15	Herr Schmidt	14 x 1 Z	46,20
0718	Zumba	Walhausen	Köhlerhalle	Mo. 3.9.18 / 19.30	Frau Fox	10 x 1 Z	33,00 + HM
0719	Golf-Platzreife-Kurs	Eisen	Golfpark	Sa. 18.8.18 / 9.30	Herr Sahin	7 x 2 Z	125,00
0720	Ich nehme ab (INA) begr. TN-Zahl	Türkismühle	GemS	Mo. 3.9.18 / 18.30	Frau Klein	10 x 2	60,00
0721	Ges. Brot selber backen m. Sauerteig	Türkismühle	GemS	Mi. 24.10.18 / 17.30	Frau Kramer	1 x 5	12,00 + Verz.
0722	Asiat. Küche, gesund, lecker, einf. (14-tg.)	Türkismühle	GemS	Mo. 5.11.18 / 18.45	Frau Kohl	3 x 3	21,60 + Verz.



Sprachen

0723	Englisch 50+ F 2	Türkismühle	GemS	Mo. 20.8.18 / 15.00	Herr Röhrig	13 x 2	62,40
0724	Spanisch A u. TN mit geringen Kenntn.	Türkismühle	GemS	Di. 4.9.18 / 18.00	Frau Kläsner	10 x 2	48,00
0725	Spanisch F 15	Türkismühle	GemS	Mi. 22.8.18 / 16.30	Herr Flores	13 x 2	62,40
0726	Spanisch F 13	Türkismühle	GemS	Mi. 22.8.18 / 18.00	Herr Flores	13 x 2	62,40
0727	Französisch Konversation, Niveau B 1 +	Türkismühle	GemS	Mi. 22.8.18 / 19.30	Herr Gashi	13 x 1 Z	42,90
0728	Italienisch F, auch Wiedereinst. (Niv. A2)	Türkismühle	GemS	Mi. 22.8.18 / 18.30	Herr Röhrig	13 x 2	62,40

08

KVHS Außenstelle Nonnweiler

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Annette Reiter
06873 7535



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Kultur und Kunst						
0801	Nähkurs (Erwachsene) A + leicht F	Otzenhausen	Schule	Di. 11.9.18 / 19.00	Frau Müller	10 x 3	72,00
	Gesundheit						
0802	Qi-Gong (mit kleiner Tai Chi-Form)	Otzenhausen	Schule	Do. 6.9.18 / 18.15	Frau Lauck-Schneider	11 x 1 Z	36,30
0803	Yoga I	Otzenhausen	Schule	Mi. 5.9.18 / 19.30	Frau Bremer	10 x 2	48,00
0804	Yoga II	Otzenhausen	Schule	Do. 30.8.18 / 19.45	Herr Haßdenteufel	13 x 2	62,40
0805	Pilates	Otzenhausen	Schule	Fr. 10.8.18 / 17.30	Frau Endres	15 x 1 Z	49,50
0806	Aufrecht ins Alter mit Kraft u. Ausdauer	Otzenhausen	Turnhalle	Do. 9.8.18 / 9.00	Frau Bohn	10 x 2	48,00
0807	Fit in den Morgen	Otzenhausen	Turnhalle	Mi. 8.8.18 / 8.30	Frau Anlauff	10 x 1 Z	33,00
0808	Bodyfitness-Mix	Braunshausen	Turnerheim	Fr. 31.8.18 / 9.00	Frau Haupenthal	12 x 1 Z	39,60
0809	Bodyfitness-Mix	Braunshausen	Turnerheim	Mi. 8.8.18 / 18.30	Frau Rouse	15 x 1 Z	49,50
0810	Haltung und Bewegung	Braunshausen	Turnerheim	Mi. 22.8.18 / 17.30	Frau Stemmler	14 x 1 Z	46,20
0811	Faszien-Training	Otzenhausen	Schule	Fr. 10.8.18 / 10.00	Frau Endres	15 x 1 Z	49,50
0812	Autogenes Training	Otzenhausen	Schule	Mo. 3.9.18 / 19.45	Frau Müller	10 x 1 Z	33,00
0813	Mutter-Kind-Turnen (2 1/2 – 4 Jahre)	Otzenhausen	Turnhalle	Mi. 8.8.18 / 16.15	Frau Nebert	15 x 1 Z	42,00
0814	Aqua-Gymnastik	Nonnweiler	Hallenbad	Do. 30.8.18 / 15.00	Frau Haupenthal	12 x 1	28,80
0815	Aerobic und Step	Otzenhausen	Schule	Mo. 6.8.18 / 18.30	Frau Rouse	15 x 1 Z	49,50
0816	Shaolin Kungfu f. Jugendl. (ab 12 J.)	Braunshausen	Turnerheim	Mo. 3.9.18 / 16.00	Herr Schmidt	10 x 1 Z	28,10
0817	Shaolin Kungfu f. Erwachsene	Otzenhausen	Turnhalle	Di. 4.9.18 / 18.00	Herr Schmidt	10 x 1 Z	33,00
0818	Let's dance F6	Kastel	Castellum	Do. 9.8.18 / 18.30	Herr Wegmeyer	10 x 2	48,00
0819	alternativ: Let's dance A/F1	Kastel	Castellum	Do. 9.8.18 / 18.30	Herr Wegmeyer	10 x 2	48,00
0820	Let's dance (weit fortgeschritten)	Kastel	Castellum	Do. 9.8.18 / 20.00	Herr Wegmeyer	10 x 2	48,00
0821	Tanz dich fit (Line-Dance m. mod. Choreo)	Braunshausen	Turnerheim	Mo. 10.9.18 / 18.00	Frau Brachmann	10 x 1 Z	33,00
0822	Asiatische Küche	Primstal	GemS	Di. 23.10.18 / 19.00	Frau Kohl	5 x 3 Z	49,50 + Verz.
0823	Backen für Kids (8 – 9 Jahre) A	Primstal	GemS	Do. 18.10.18 / 17.30	Frau Bidner	3 x 2 Z	16,80 + Verz.
0824	Backen für Kids Anschlusskurs A	Primstal	GemS	Do. 15.11.18 / 17.30	Frau Bidner	3 x 2 Z	16,80 + Verz.
0825	Kochen für Männer (1. Montag im Monat)	Primstal	GemS	Mo. 6.8.18 / 18.30	Frau Buschauer	5 x 5	60,00 + Verz.
0826	Highlights der amerikanischen Küche	Primstal	GemS	Di. 11.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0827	Brötchen, Brot mit Urgetreide backen	Primstal	GemS	Di. 18.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0828	Richtig essen will gelernt sein	Primstal	GemS	Di. 16.10.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0829	»Wilde Küche«	Primstal	GemS	Di. 30.10.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0830	Die Kunst des Fermentierens	Primstal	GemS	Di. 13.11.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0831	Weihnachtliche Küche	Primstal	GemS	Di. 11.12.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
	Sprachen						
0832	Englisch F	Otzenhausen	Schule	Di. 4.9.18 / 18.00	Herr Paulus	10 x 2	48,00
0833	Englisch A	Otzenhausen	Schule	Di. 4.9.18 / 20.00	Herr Paulus	10 x 2	48,00
0834	Englisch für Kinder Anschlusskurs A	Otzenhausen	Schule	Mi. 12.9.18 / 15.30	Frau Pockeleit	8 x 1	16,30
0835	Groetjes uit Holland (Holländisch A)	Otzenhausen	Schule	Fr. 7.9.18 / 19.00	Frau Schnapka	10 x 2	48,00



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
0901	Schach – Gehirnjogging für Jedermann	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 12.9.18 / 18.30	Herr Schmidt	10 x 2 Z	66,00
	Kultur und Kunst						
0902	Nähen, Zuschneiden, Stylen u. Designen nur für Kids 11–16 J. in kl. Gruppe 5–6 TN	Oberthal	Bliestalschule	Mo. 20.8.18 / 16.30	Frau Christian	8 x 3	97,90
0903	Nähen, Zuschneiden, Stylen u. Designen für Erwachsene A + F	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 5.9.18 / 19.00	Frau Christian	8 x 4	76,80
0904	Nähen, Zuschneiden, Stylen u. Designen für Erwachsene A + F	Güdesweiler	Pfarrhaus	Mi. 5.9.18 / 18.30	Frau Guth	12 x 4	115,20
0905	Bandworkshop	Gronig	DGH	Di. 2.10.18 / 19.00	Herr Seubert	10 x 4	96,00
0906	Häkeln für Alle, wieder voll im Trend (morgens)	Gronig	DGH	Mo. 17.9.18 / 9.00	Frau Wendels	5 x 3 Z	49,50
0907	Häkeln für Alle, wieder voll im Trend (14 tägig)	Oberthal	Bliestalschule	Do. 6.9.18 / 18.30	Frau Wendels	5 x 3 Z	49,50
	Gesundheit						
0908	Tai Chi Chuan - NEU	Oberthal	Bliestalschule	Mo. 10.9.18 / 18.30	Herr Schmidt	10 x 1 Z	33,00
0909	Yoga	Gronig	DGH	Di. 21.8.18 / 9.30	Frau Recktenwald	13 x 2	62,40
0910	Yin - Yoga	Gronig	DGH	Do. 23.8.18 / 16.45	Frau Recktenwald	13 x 1	31,20
0911	Yoga	Gronig	DGH	Do. 23.8.18 / 17.45	Frau Recktenwald	13 x 2	62,40
0912	Yoga	Gronig	DGH	Do. 23.8.18 / 19.30	Frau Recktenwald	13 x 2	62,40
0913	Asiatische Küche (15.11; 29.11; 13.12)	Oberthal	Bliestalschule	Do. 15.11.18 / 19.00	Frau Kohl	3 x 4	28,80
0914	Kochclub für Gourmetmänner (immer Mi. 8.8; 5.9; 17.10; 7.11; 5.12)	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 8.8.18 / 18.30	Frau Buschauer	5 x 5	60,00 + Verz.
0915	Kochclub für Gourmetmänner (immer Do. 9.8; 6.9; 18.10; 8.11; 6.12)	Oberthal	Bliestalschule	Do. 9.8.18 / 18.30	Frau Buschauer	5 x 5	60,00 + Verz.
0916	One Pot – alles aus 1 Topf oder Pfanne	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 12.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0917	Fingerfood – neue Rezepte	Oberthal	Bliestalschule	Fr. 7.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0918	Hüttenschmankerl – Köstl. von der Alm	Oberthal	Bliestalschule	Fr. 14.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0919	Suppen + Eintöpfe – herbstl. Herzwärmer	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 26.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0920	Trendige Burger zum Reinbeißen	Oberthal	Bliestalschule	Fr. 21.9.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
0921	Martinsgans	Oberthal	Bliestalschule	Fr. 26.10.18 / 18.30	Frau Buschauer	1 x 4 Z	13,20 + Verz.
0922	LowCarb war gestern – jetzt dauerhaft Abnehmen mit richtig angeregtem Stoffwechsel	Oberthal	Bliestalschule	Mi. 14.11.18 / 18.30	Frau Buschauer	3 x 5	36,00 + Verz.
0923	Weihnachtl. Küche – tradit. Gerichte	Oberthal	Bliestalschule	Fr. 7.12.18 / 18.30	Frau Buschauer	2 x 4 Z	26,40 + Verz.
	Sprachen						
0924	Englisch F Network 2 Unit 4	Oberthal	Bliestalschule	Mo. 3.9.18 / 18.00	Frau Zeiger	12 x 2	57,60

KVHS-Außenstelle Oberthal Kurs 0914/0915 Kochclub für Gourmetmänner

Das Kochen gehört zu den ältesten und wichtigsten Kulturtechniken des Menschen. Die frühesten Spuren von Nahrungszubereitung mit Werkzeugen sind 1,5 Millionen Jahre alt. blieb die Nahrungszubereitung in früheren Zeiten meist den Frauen vorbehalten, hat sich das Kochen mittlerweile längst »emanzipiert«. In der Spitzengastronomie etwa findet man kaum Frauen hinterm Herd. Woran liegt das?



10

KVHS Außenstelle Ostertal

Ihre Ansprechpartnerin
Frau Martina Lang
0176 51976565
vhs.ostertal@gmail.com



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesundheit						
1001	Wirbelsäulengymnastik	Niederkirchen	Grundschule	Mo. 3.9.18 / 18.30	Frau Müller	13 x 1	31,20
1002	Pilates	Niederkirchen	Grundschule	Fr. 24.8.18 / 18.30	Frau Schwenk	11 x 1 Z	36,30
1003	Latin Dance Workout 1	Niederkirchen	Grundschule	Di. 21.08.18 / 19.00	Frau Weyrich	15 x 1 Z	49,50
1004	Latin Dance Workout 2	Niederkirchen	Grundschule	Fr. 24.8.18 / 18.30	Frau Weyrich	15 x 1 Z	49,50
1005	Progressive Muskelentspannung	Osterbrücken	DGH	Fr. 14.9.18 / 18.00	Frau Lambert	1 x 3 / 9 x 2	50,40
1006	Entspannung to go	Osterbrücken	DGH	Sa. 20.10.18 / 14.00	Frau Lambert	1 x 3	7,20
1007	Meditation	Osterbrücken	DGH	Sa. 17.11.18 / 14.00	Frau Lambert	1 x 3	7,20
1008	Autogenes Training f. Kinder (7–11 J.)	Niederkirchen	Grundschule	w.b.	Fr. Meier-Morgenstern	8 x 2	32,60
1009	Asiatische Küche	St. Wendel	KuBI	Do. 25.10.18 / 19.00	Frau Kohl	3 x 3	21,60 P

11

KVHS- Geschäftsstelle St. Wendel

06851 801-4012
kvhs@lkwnd.de

PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
1101	Einführung in die Philosophie	St. Wendel	KuBI	Mo. 3.9.18 / 19.45	Herr Crummenauer	13 x 2 Z	85,8
	Kultur und Kunst						
1102	Literaturgesprächskreis	St. Wendel	KuBI	Mi. 22.8.18 / 18.00	Herr Planz	je 2 Z	frei
	Gesundheit						
1103	Pasta selbst gemacht	St. Wendel	KuBI	Di. 25.9.18 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
Kurse des Seniorenbeauftragten [Informationen und Anmeldungen zu den Kursen im Seniorenbüro unter (06851) 801-5201]							
1104	Computerkurs A	St. Wendel	KuBI	Mi. 19.9.18 / 15.00	Herr Lauck	7 x 3	50,40
1105	Internetkurs A	St. Wendel	KuBI	Fr. 16.11.18 / 15–19 Sa. 17.11.18 / 9–13	Herr Keller	2 x 4 Z	26,40
Kurse der Frauenbeauftragten [Informationen und Anmeldungen zu den folgenden Kursen im Frauenbüro vormittags unter (06851) 801-2071]							
1106	Englisch lernen für Urlaub und Alltag	St. Wendel	UTZ	Do. 13.9.18 / 18.00	Frau Lieske	5 x 3	36,00
1107	Englisch lernen für Urlaub und Alltag	St. Wendel	Landratsamt	Fr. 14.9.18 / 9.00	Frau Lieske	5 x 3	36,00

Das Angebot der St. Wendeler Volkshochschule

Außer den hier angekündigten Kursen der Kreisvolkshochschule werden auch Kurse von der **St. Wendeler Volkshochschule** angeboten.

Auskunft hierüber erteilt: Kulturabteilung der Stadt St. Wendel im Rathaus I, Schloßstraße 7, Telefon 06851 809-1931

Dort kann auch der Arbeitsplan dieser Erwachsenenbildungseinrichtung angefordert werden.



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
1201	Trauer braucht Raum und Wärme	Theley	GemS	Mi. 24.10.18 / 18.30	Frau Schmidt-Jakobs	1 x 2 Z	6,60
1202	Amazon, ebay & Co. – Was ich beim Kauf im Internet beachten muss!	Theley	GemS	Do. 18.10.18 / 18.30	Herr Kirsch	1 x 2 Z	6,60
1203	Das Kündigungsschutzrecht	Theley	GemS	Do. 8.11.18 / 18.30	Herr Kirsch	1 x 2 Z	6,60
1204	Vorsorgevollmacht im Krankheitsfall und Patientenverfügung	Theley	GemS	Do. 15.11.18 / 18.30	Herr Kirsch	1 x 2 Z	6,60
1205	Prävention Burn Out – wie Sie sich schützen können	Theley	GemS	Do. 11.10.18 / 18.00	Herr Bastuck	1 x 3 Z	9,90
1206	Bewerbungsmanagement – Finde Deinen Traumjob	Theley	GemS	Do. 8.11.18 / 18.00	Herr Bastuck	1 x 3 Z	9,90
1207	Was ist eigentlich die Aufgabe einer freien Trauerrednerin?	Theley	GemS	Do. 15.11.18 / 18.30	Frau Schmidt-Jakobs	1 x 1 Z	3,30
1208	Kommunikation – mehr als 4-Ohren-Model	Theley	GemS	Do. 6.9.18 / 18.00	Herr Bastuck	1 x 3 Z	9,90
1209	Ernährungstrends im Überblick (Paleo-Vegan-Clean Eating-Low Carb+ Co.)	Theley	GemS	Do. 16.8.18 / 18.00	Frau Theobald	1 x 2 Z	6,60
1210	Datenschutzverordnung (DSGVO) für Vereine und Fragerunde	Theley	GemS	Di. 16.10.18 / 18.00	Herr Längler	1 x 2	4,80
	Kultur und Kunst						
1211	Wir nähen einen Leseknochen! (auch für Anfänger)	Theley	GemS	Mo. 27.8.18 / 18.30	Frau Schnapka	1 x 3 Z	9,90
1212	Traumtaschen selbst gemacht!	Theley	GemS	Do. 30.8.18 / 18.30	Frau Schnapka	4 x 3 Z	39,60
1213	Nähkurs A + F	Theley	GemS	Mo. 4.9.18 / 18.00	Frau Guth	10 x 2 Z	66,00
	Gesundheit						
1214	Osteoporoseprophylaxe 1	Theley	Pfarrheim	Do. 30.8.18 / 9.15	Frau Becker	15 x 1	36,00 + HM
1215	Osteoporoseprophylaxe 2	Theley	Pfarrheim	Do. 30.8.18 / 10.15	Frau Becker	15 x 1	36,00 + HM
1216	Osteoporoseprophylaxe 3	Theley	Pfarrheim	Do. 30.8.18 / 11.15	Frau Becker	15 x 1	36,00 + HM
1217	Wirbelsäulengymnastik	Theley	GemS	Mo. 6.8.18 / 17.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1218	Bodystyling Bauch Beine Po	Theley	GemS	Do. 21.8.18 / 17.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1219	Zirkeltraining	Theley	GemS	Di. 21.8.18 / 18.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1220	Bauch-Express	Theley	GemS	Di. 21.8.18 / 19.00	Frau Theobald	15 x 1/2 Z	24,80
1221	Pilates 1	Theley	GemS	Di. 21.8.18 / 19.30	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1222	Pilates 2	Theley	GemS	Do. 23.8.18 / 18.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1223	Faszien Training	Theley	GemS	Mi. 22.8.18 / 17.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1224	HIIT – Geheimwaffe zur Fettverbrennung	Theley	GemS	Do. 23.8.18 / 17.00	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1225	Salsa-Aerobic	Theley	GemS	Do. 23.8.18 / 19.15	Frau Theobald	15 x 1 Z	49,50
1226	Qi Gong 1	Theley	GemS	Di. 4.9.18 / 18.00	Frau Lauck-Schneider	11 x 1 Z	36,30
1227	Qi Gong 2	Theley	GemS	Di. 4.9.18 / 19.00	Frau Lauck-Schneider	11 x 1 Z	36,30
1228	Bodyforming – Tanz mit rhythmischen Bewegungen und Rücken-Fit	Theley	KiGa	Mo. 10.9.18 / 19.00	Frau Kammer	10 x 1 Z	33,00
1229	Yoga	Theley	GemS	Mi. 12.9.18 / 18.00	Frau Wirtz	12 x 2	57,60
1230	Fitnesssport Thai Fit	Theley	Sporthalle	Do. 9.8.18 / 18.00	Frau Zuschlag	15 x 1 Z	49,50 + HM
1231	Fitnessgymnastik	Theley	Sporthalle	Do. 9.8.18 / 19.00	Frau Zuschlag	15 x 1 Z	49,50 + HM
1232	Skigymnastik	Theley	Sporthalle	Do. 13.9.18 / 20.00	Frau Zuschlag	10 x 1 Z	33,00 + HM
1233	Indian Balance – Den Körper bewegen, während die Seele ausruht!	Theley	GemS	Di. 28.8.18 / 18.00	Frau Recktenwald	11 x 1 Z	36,30
1234	50 + Na und?	Theley	GemS	Do. 23.8.18 / 18.30	Frau Schnapka	10 x 1 Z	33,00
1235	Entspannungsabend plus Reiki	Theley	GemS	Di. 16.10.18 / 18.00	Frau Ames	5 x 2	24,00

1236	Ich Nehme Ab (INA)	Theley	GemS	Di. 28.8.18 / 18.00	Frau Klein	12 x 2	57,60
1237	Tanzen Stufe 2	Theley	Aula	Mo.17.9.18 / 20.00	Frau Krämer	10 x 2	48,00
1238	Tanzen Stufe 1	Theley	Aula	Do. 20.9.18 / 18.00	Frau Krämer	10 x 2	48,00
1239	Tanzen Stufe 3	Theley	Aula	Do. 20.9.18 / 19.30	Frau Krämer	10 x 2	48,00
1240	Fingerfood	Theley	Küche	Do. 13.9.18 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
1241	Herbstliche Gerichte	Theley	Küche	Do. 27.9.18 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 4 Z	13,20 + Verz.
1242	Chia – eine einzigartige Nahrungsquelle	Theley	Küche	Mi. 24.10.18 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + Verz.
1243	Wilde Küche	Theley	Küche	Do. 25.10.18 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 4 Z	13,20 + Verz.
1244	Weihnachtliche Küche	Theley	Küche	Do.15.11.18 / 18.00	Frau Buschauer	2 x 4 Z	26,40 + Verz.
1245	Motivtorten A	Theley	Küche	Mi. 9.1.19 / 17.30	Frau Ditchen	1 x 3	7,20 + Mat.



Sprachen

1246	Englisch F (auch für Neueinsteiger)	Theley	GemS	Di. 28.8.18 / 18.00	Frau Schnapka	12 x 2	57,60
1247	Englisch A	Theley	GemS	Di. 28.8.18 / 19.30	Frau Schnapka	12 x 2	57,60
1248	Business Deutsch	Theley	GemS	Mi. 29.8.18 / 18.00	Frau Schnapka	10 x 2	48,00
1249	Holländisch Groetjes uit Holland	Theley	GemS	Mi. 29.8.18 / 19.30	Frau Schnapka	10 x 2	48,00
1250	Spanisch F	Theley	GemS	Do. 18.10.18 / 17.30	Herr Torres	15 x 2	72,00
1251	Spanisch A	Theley	GemS	Do. 18.10.18 / 19.00	Herr Torres	15 x 2	72,00

13

KVHS-Außenstelle Bohental

Ihre Ansprechpartnerin

Frau Gabi Brachmann

06888 8828

gabi.tolazzi64@gmail.com



PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesellschaft						
1301	Wie vermiete ich meine Immobilie richtig!	Scheuern	Grundschule	Sa. 22.9.18 / 19.00	Herr Koch	1 x 2 Z	6,60
	Kultur und Kunst						
1302	Nähkurs	Lindscheid	Haus Biwer	Mo. 3.9.18 / 9.30	Frau Schneider	8 x 3	57,60
1303	Nähkurs	Lindscheid	Haus Biwer	Di. 4.9.18 / 18.15	Frau Schneider	8 x 3	57,60
	Gesundheit						
1304	Yoga	Scheuern	Grundschule	Di. 21.8.18 / 19.00	Frau Robert	15 x 2	72,00
1305	Aroha	Scheuern	Grundschule	Mi. 22.8.18 / 19.00	Frau Ludwig	13 x 1 Z	42,90
1306	Pilates	Scheuern	Grundschule	Do. 30.8.18 / 19.30	Frau Jung	12 x 1 Z	39,60
1307	Line-Dance	Scheuern	Grundschule	Fr. 24.8.18 / 18.00	Frau Brachmann	15 x 1 Z	49,50
1308	Kräuterwanderung	Scheuern	Grundschule	Sa. 8.9.18 / 14.00	Herr Geisen	1 x 3	7,20
1309	Die Brennnessel – »Königin des Gartens«	Scheuern	Grundschule	Sa. 29.9.18 / 14.00	Herr Geisen	1 x 2 Z	6,60
	Sprachen						
1310	»Take it Easy« – Englisch A 4	Lindscheid	Haus Biwer	Mo. 27.8.18 / 19.00	Frau Schumacher	15 x 2	72,00



KVHS-Außenstelle Bohental Kurs 1309 Die Brennnessel – »Königin des Gartens«

Die Brennnessel wird seit Menschengedenken in vielen Lebensbereichen eingesetzt. In der Heilkunde, wo sie zu den ältesten Heilkräutern der Menschheit zählt, im Gemüseanbau, wo man mit der sogenannten Brennnesseljauche höchst erfolgreich Gemüse düngt, in der Küche, wo sie in mageren Zeiten die Menschen vor dem Hungertod gerettet hat und sogar in der Textilindustrie, wo man aus den faserreichen Stängeln einst Nesselstoff herstellte.





PRO.-Nr.	THEMA	ORT	GEBÄUDE	BEGINN / UHRZEIT	DOZENT/IN	DAUER	GEBÜHR
	Gesundheit						
1401	Gymnastik und Sport	Tholey	Turnhalle	Fr. 24.8.18 / 19:00	Frau Eckert	20 x 1 Z	66,00
1402	Pilates	Tholey	Schule	Mo. 20.8.18 / 18:30	Frau LoGiudice	12 x 1 Z	39,60
	Sprachen						
1403	Italienisch F Konversation	Tholey	Schule	Do. 23.8.2018 / 17:30	Frau Dr. Piazza	10 x 2	48,00
1404	Italienisch F	Tholey	Schule	Di. 28.8.2018 / 19:30	Frau Dr. Piazza	6 x 2	28,80
1405	Italienisch A ohne Vorkenntnisse	Tholey	Schule	Do. 23.8.2018 / 19:00	Frau Dr Piazza	10 x 2	48,00
1406	Deutsch für Ausländer	Tholey	Schule	Do. 23.8.2018 / 19:00	Herr Thiry	10 x 2	48,00
1407	Arabisch A ohne Vorkenntnisse	Tholey	Schule	Mi. 22.8.2018 / 17:30	Frau Taifour	10 x 2	48,00

Die neue
Globus-Kundenkarte:
**Genau
meine
Welt!**

**Jetzt registrieren
und Vorteile sichern!**



**Meine Welt,
mein Einkauf,
meine Vorteile:
Mein Globus!**



Holen Sie Ihre **Globus-Kundenkarte** an der Information im Markt ab.



Aktivieren Sie Ihre Globus-Kundenkarte am **Kundenterminal in Ihrem Globus-Markt** telefonisch unter **0800-5154444*** oder online unter www.globus.de/mein-globus.

Für alle Fragen im Zusammenhang mit dem Programm erreichen Sie unser „Mein Globus“-Team montags bis samstags von 9.00 bis 18.00 Uhr telefonisch unter **0800-5154444*** oder per E-Mail unter mein-globus@globus.de.



Partner-
vorteile**



Viele tolle
Angebote***



Einladungen
zu Events***



Geschenke &
Überraschungen***

Die Teilnahmebedingungen für „Mein Globus“ finden Sie online unter www.globus.de/mein-globus. * Kostenfrei aus dem deutschen Mobil- und Festnetz. ** Die Leistungen des Partnerprogramms im Rahmen von „Mein Globus“ sind nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. *** Nur mit Werbeeinwilligung.

Weitere interessante Angebote der KVHS St. Wendel



KVHS-Außenstelle Oberthal Kurse 0906 und 0907 **Häkeln für alle**

Von Luftmaschen bis zum fertigen Topflappen bzw. Accessoire oder Kleidungsstück: Erleben Sie die Bereicherung Ihrer Entwürfe z.B. durch Häkelkanten oder Häkeleinsätze. Genießen Sie die Beschäftigung und gegenseitige Bereicherung durch die Arbeit in einer netten Gruppe. Häkeln entspannt und bietet die Gelegenheit, bei einfacheren Mustern einen Gang zurückzuschalten, in Ruhe seinen Gedanken nachzuhängen oder bei schwierigen Arbeiten seiner Kreativität freien Lauf zu lassen. Mitzubringen sind: Arbeitsmaterial nach Wahl und Schreibzeug.



KVHS-Außenstelle Oberthal Kurs 0908 **Tai Chi Chuan**

Tai Chi Chuan ist ein großer Segen für die Übenden. Es wirkt tiefgreifend entspannend und stimmungsaufhellend. Körper, Seele und Geist profitieren davon. Im Kurs beginnen wir mit Lockerungsübungen, wobei allen Gelenken besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird. Nach den darauf folgenden Tai Chi Qi Gong Übungen unterrichte ich Schritt für Schritt und sehr gewissenhaft unsere Yang Luchan Tai Chi Energie Form, die man bis ins hohe Alter praktizieren kann!

Außer lockerer und bequemer Kleidung wird nichts benötigt! Menschen aller Altersgruppen sind herzlich willkommen.



KVHS-Außenstelle Oberthal Kurs 0920 **Trendige Burger zum Reinbeißen**

Burger ist nicht gleich Burger! Lange Zeit nur in den einschlägigen Ketten zuhause erlebt er jetzt mehr und mehr eine Aufwertung durch frische Zutaten und phantasievolle Dressings. Aber wer hat schon mal so eine Luxusbulette selbst gemacht? Dieser Kurs gibt die Anleitung dazu - und auch die Burgerbrötchen werden selbst gemacht. Dazu noch die eine oder andere Überraschung - ja, man kann das Ganze auch als Dessert servieren - und schon ist die Burger-Partie geplant.



Geschäftsstelle St. Wendel Kurse 1106 und 1107 **Englisch lernen für den Urlaub und den Alltag**

Fremdsprachenkenntnisse sind heutzutage Vorbedingung für viele Berufe, aber auch für das alltägliche Leben. Beim Surfen im Internet stößt man immer wieder auf englischsprachige Seiten. Aber auch im Urlaub hilft die Weltsprache weiter, fast in jedem Land können Sie sich mit Englisch-Grundkenntnissen verständigen. Oft fällt die

Kommunikation trotz Kenntnissen in den Bereichen Grammatik und Wortschatz schwer. Um sich im englischsprachigen Ausland zurecht zu finden, muss man vielfältige Sprechsituationen meistern, wie zum Beispiel einkaufen, sich vorstellen, telefonieren, seine Meinung äußern und vieles mehr. Oftmals sind es gerade diese alltäglichen Situationen, die Probleme bereiten. Allzu oft fehlt einem das nötige Vokabular und man ist schlichtweg sprachlos. Um dem vorzubeugen, werden hier wichtige Phrasen und Vokabeln für diese Kommunikationssituationen geübt. Wir lernen aber auch die nötige Grammatik. Gelernt wird in einer angenehmen Atmosphäre und in einem Lerntempo, das Ihren Kenntnissen angepasst ist.



vhs Theley e.V. Kurs 1239 **Chia – eine einzigartige Nahrungsquelle**

Die Vitalstoffbombe Chia galt schon bei den Azteken als wahres Wundermittel. Diese Samen verbinden in einem, wozu sonst unterschiedliche Lebensmittel erforderlich sind: Heilsames und Genussvolles. Durch seine hohe Quellfähigkeit und seine Vitalstoffdichte schenkt Chia Energie, Flüssigkeit und Sättigung über einen längeren Zeitraum hinweg. Somit ist Chia auch für eine schlanke Linie bestens geeignet. Chia ist sehr vielseitig in der gesunden Küche verwendbar. Er lässt sich zum Frühstück, in herzhaften Hauptgerichten, in Kuchen und Desserts zu köstlichen Gerichten verarbeiten. Wie das geht, erfahren Sie in diesem Kurs.



vhs Theley e.V. Kurs 1243 **Motivtorten – Kurs für Anfänger**

In diesem Workshop lernen Sie die Geheimnisse des Tortendesigns kennen. Tortenversiegeln. Fondant, Farbenkunde, Füllungen, Blüten-Deko uvm. Lassen Sie sich darauf ein, eigene kreative Gestaltungen zu erstellen.



Deutsch lernen!

Die KVHS St. Wendel bietet **Integrationskurse für Zuwanderer** an, gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge. Ziel der Kurse ist es, sich im Alltag verständigen zu können, sodass Sie ohne Hilfe Dritter in allen Angelegenheiten des täglichen Lebens selbstständig handeln können. Außerdem lernen Sie die Grundlagen der deutschen Kultur kennen. Der Kurs umfasst 700 Unterrichtsstunden und schließt mit einer Sprachprüfung »Deutsch-Test für Zuwanderer« sowie dem Test »Leben in Deutschland« ab. Der erfolgreiche Abschluss des Integrationskurses erleichtert eine mögliche Einbürgerung. Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon 06851 801-4010 oder 801-4011.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Der Landkreis St. Wendel, Mommstraße 21-31, 66606 St. Wendel als Träger der KVHS St. Wendel ist Verantwortlicher im Sinne des Datenschutzrechts, maßgeblich der europäischen Datenschutzgrundverordnung und des Saarländischen Datenschutzgesetzes.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Vorname, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsdatum erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Baby- und Kinderkurse, kann die Angabe des Geburtsdatums ebenfalls zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die Bereitstellung Ihrer Pflichtdaten ist Voraussetzung für Ihre Anmeldung zu unseren Kurs- und Veranstaltungsangeboten.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz »BAMF«) weitergeben. Ferner kann bei drittmittelfinanzierten Kursen (z. B. durch Bund/Land/Agentur für Arbeit/Jobcenter) eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer

rechtlichen Verpflichtung.

Finden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an das Forderungsmanagement des Landkreises St. Wendel zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die KVHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

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

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der KVHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten Christian Kaster lauten: E-Mail: c.kaster@lkwnd.de, Telefon: 06851 / 801-2500

Datenschutzaufsichtsbehörde:

Unabhängiges Datenschutzzentrum Saarland, Fritz-Dobisch-Straße 12, 66111 Saarbrücken

E-Mail: info@datenschutz.saarland.de, Telefon: 0681 / 94781-0

Für Auskünfte und Anfragen, die unmittelbar die KVHS betreffen, wenden Sie sich an E-Mail: kvhs@lkwnd.de, Telefon: 06851 / 801-4012

Impressum

Kultur- und Bildungs-Institut (KuBI)

Herausgeber: Kreisvolkshochschule St. Wendel

Werschweilerstraße 14

66606 St. Wendel

Telefon 06851 801-4012

Rechtsträger: Landkreis St. Wendel

Leiterin: Fatma Hinsberger

Bankverbindung: Kreissparkasse St. Wendel

IBAN: DE78 5925 1020 0000 0846 40

BIC: SALADE51WND

Druck: Linus Wittich Medien KG, Föhren



Kultur und Natur erleben im Sankt Wendeler Land

Tourist-Information Sankt Wendeler Land
Am Seehafen 1, 66625 Nohfelden-Bosen
Tel. (06852) 9 01 10
E-Mail: tourist-info@bostalsee.de

www.sankt-wendeler-land.de





**Bequem
ist einfach.**



kswnd.de

**Wenn das Konto zu den
Bedürfnissen von heute
passt. Das Sparkassen-
Girokonto mit der
Sparkassen-App.**

Wenn's um Geld geht



**Kreissparkasse
St Wendel**