

vhs

Volkshochschule
Oberberg

Frühjahr/Sommer 2019



www.vhs-oberberg.de

Programm
Wipperfürth



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

AMT FÜR SCHULE UND BILDUNG



Wipperfürth

Abteilungsleitung

Fragen, Anregungen, Wünsche zu unserem Programm in Wipperfürth richten Sie bitte an

Thorsten Stefer

Leiter der Volkshochschule in Wipperfürth
Telefon 02267 64-306, Telefax 02267 64-311
E-mail wipperfueth@vhs-oberberg.de
Kolpinghaus, Hochstraße 4, 51688 Wipperfürth



Informationen zur Anmeldung

Zu allen Kursen und Veranstaltungen der VHS Oberberg ist Ihre **verbindliche Anmeldung** (Online, per Fax oder schriftlich) mit Angabe der Kursnummer erforderlich. Sofern keine andere Anmeldefrist in der Kursausschreibung festgelegt ist, **muss** die Anmeldung **5 Werktage vor Kursbeginn vorliegen**.

Ihre Anmeldung richten Sie an:

Frau Ottofüllung, Marktplatz 1, 51688 Wipperfürth, wipperfueth@vhs-oberberg.de
Im Falle der **Online-Anmeldung** (www.vhs-oberberg.de) oder **E-Mail-Anmeldung** (wipperfueth@vhs-oberberg.de) erhalten Sie eine **Anmelde- und Buchungsbestätigung**.

Die VHS Oberberg benachrichtigt Sie darüber hinaus, wenn der Kurs belegt ist, nicht stattfindet oder eine Änderung eintritt.

Die **Gebühr zahlen Sie durch das SEPA-Lastschriftverfahren**, für Sie sicher und bequem und für die VHS Oberberg deutlich verwaltungsvereinfachend. Die Gebühr wird erst nach Veranstaltungsbeginn abgebucht. Ausführliche Informationen entnehmen Sie unseren Teilnahmebedingungen im Hauptheft und unserer Homepage www.vhs-oberberg.de.

Informationen zu ...

- Schulabschlüssen
- Grundbildung / Alphabetisierung
- Deutsch als Fremdsprache / Integrationskursen
- Berufl. Bildung / PC-Schulungen / Fremdsprachenkurse / Rhetorik u.a.
- Gewaltprävention
- Kunst und Kultur / Museumsausflügen

finden Sie im Programmheft unter Zentrale oder unter **www.vhs-oberberg.de**

Die VHS ist Bildungsberatungsstelle für Bildungsscheck und Bildungsprämie!

HINWEIS



VHS macht gesünder!

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind wichtige Voraussetzungen, um die privaten und beruflichen Herausforderungen des Alltags erfolgreich managen zu können.

Wenn Sie leistungsfähig und fit bleiben möchten und zugleich Anregungen wünschen, dem täglichen Stress wirksam zu begegnen, sind Sie bei uns richtig. Sie erfahren und erleben, was zu einem gesunden Lebensstil gehört und wie Sie Ihre **Gesundheitskompetenz** stärken können.

Der Fachbereich Gesundheitsbildung bietet Ihnen ein umfangreiches Angebot an Bewegungs- und Entspannungskursen. Informationen erhalten Sie unter **www.vhs-oberberg.de** oder unter **02261 8190-17**.

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE



Die VHS Oberberg bietet BAMF-Integrationskurse in der VHS-Zentrale Gummersbach-Niederseßmar, in Hückeswagen, Lindlar und Wipperfürth an. Weiterhin können Kurse für Asylbewerbernde und Selbstzahlende angeboten werden.

Zum Abschluss eines Integrationskurses findet die Prüfung Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) in der VHS-Zentrale statt. Der Test Leben in Deutschland (LiD) zum Abschluss des Orientierungskurses findet am jeweiligen Unterrichtsort statt.

In der Zentrale wird ein Kurs oberhalb des Niveaus B1 angeboten. Bitte beachten Sie die Informationen zu Deutsch als Fremdsprache im Gesamtprogrammheft unter Deutsch als Fremdsprache.

Das Programm finden Sie auch unter www.vhs-oberberg.de

Kein Kursbesuch ohne eine vorherige Beratung und Einstufung!

Terminabsprache bitte mit:

- Lilli Reichenbach
02261 819035, lilli.reichenbach@vhs.obk.de
- Andrea Rüppel
02261 819025, andrea.rueppel@vhs.obk.de
- Sarah Rüßmann
02261 819041, sarah.ruessmann@vhs.obk.de

Verantwortlich für die Organisation der Kurse, Beratung und Einstufung:

- Ewelina Pickhardt
02261 819050, ewelina.pickhardt@vhs.obk.de
- Sigrid Schuster
02261 819016, sigrid.schuster@vhs.obk.de

Kursangebot

Die VHS Oberberg bietet zur Zeit ca. 20 Deutschkurse an, größtenteils in der VHS-Zentrale. Da sich das Angebot auch noch während des Semesters häufig ändert (neue Kurse, Änderungen der Unterrichtszeiten etc.), wird auf einen Abdruck des aktuellen Kursangebots verzichtet. Sie finden das aktuelle Angebot im Internet auf www.vhs-oberberg.de.

Bitte nutzen Sie die Möglichkeit der persönlichen Beratung und Einstufung: Wir suchen mit Ihnen nach einem geeigneten Kurs! Vereinbaren Sie bitte einen Termin.

KUNST UND KULTUR



HINWEISE:

Radevormwald, Hückeswagen,
Wipperfürth



für regionale Industriegeschichte



A1903051 Vom Schmieden mit Feuer, Stahl und Amboss bis zum Kennenlernen des historischen Luft-Schmiedehammers der Firma Beche & Grohs

Das Schmieden von Hand gehört zu den ältesten Handwerkstechniken und Schmiedebetriebe haben auch unsere Bergische Region stark geprägt. Die Firma Beche & Grohs in Hückeswagen war z.B. international führend in der Herstellung von riesigen Schmiedehämmern und ihre einstige Fabrikhalle, in der sich das 3-Städte-Depot mit seiner umfangreichen Ausstellung technischer Maschinen, Geräte und historischen Werkzeuge jetzt befindet, wird ein interessant-spannendes Umfeld mit sinnenreicher, kreativer Atmosphäre und besonderer Erlebnisqualität für unser Schmiedeseminar sein. Jeder Teilnehmende soll verschiedene Schmiedetechniken ausprobieren. Zum Abschluss werden wir auch den historischen Luft-Schmiedehammer in Gang setzen und zum Schmieden nutzen. Während der praktischen Schmiedeeübungen werden die technisch-physikalischen Gesetze, die Geschichte und die Bedeutung des Schmiedens von Diplom-Ingenieur Albrecht Nunn fachkundig erklärt. - Bitte kommen Sie in Arbeits- oder Schutzklei-

Wipperfürth

dung. Im Kurs erfolgt eine Unfallschutzbelehrung und ggf. ist ein geringer Unkostenbeitrag für Material direkt an den Dozenten zu zahlen. Weitere Informationen unter www.3-Staedte-Depot.com

Albrecht Nunn

Samstag, 11.05.2019, 10:00 - 14:00 Uhr,
Hückeswagen, „3 - Städte - Depot“, Peterstraße 75
Gebühr: 20,00 EUR + geringe Materialkosten,
Anmeldung schriftlich bis 04.05.2019



A1903052 Von Bandwirkern und Mustersetzern - Ein praktischer Workshop zum Bandweben!

Sie interessieren sich für die Geschichte der Textiltechnik und möchten in einem praktischen Workshop wichtige Kenntnisse über das Weben bekommen, selbst an einem Handwebstuhl Techniken ausprobieren und ein selbst gewebtes, schönes Band mit nach Hause nehmen? Dann besuchen Sie uns und lernen Sie den gelernten „Bandwirker“ Ernst Köser kennen, der sein Handwerk exzellent versteht und unterhaltsam und anschaulich vermitteln kann. An unserem historischen Bandwebstuhl können Sie alle Arbeitsgänge - vom Erstellen des Kettbaumes bis zum Faden einlegen und verbinden - erlernen und selbst ausprobieren. So wird Ihnen schnell verständlich, wie in einer industriellen Weiterentwicklung des Webens Abläufe mechanisiert und die ersten Programmierungen mittels Lochkarten eingeführt wurden. Am Jacquard-Webstuhl wird gezeigt, wie Textiltechnik endgültig revolutioniert wurde und Webmuster jeder Art möglich wurden und neue Berufe, wie z.B. der Muster-setzer und der Programmierer für Textiltechnik, entstanden. Verschaffen Sie sich einen Einblick in die Industriegeschichte des Bergischen Landes, es lohnt sich und wird spannend! (Ab 6-8 Pers.) - Weitere Informationen unter www.3-Staedte-Depot.de, Anmeldung unter info@vhs-oberberg.de.

Ernst Köser

Samstag, 25.05.2019, 10:00 - 13:00 Uhr,
Hückeswagen, „3 - Städte - Depot“, Peterstraße 75
Gebühr: 16,00 EUR, Anmeldung schriftlich bis 18.05.2019

FREMDSPRACHEN



Informationen und Beratung zu allen Fremdsprachenkursen der VHS Oberberg erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung unter 02261 819070.

Weitere Sprachkurse sowie ausführliche Kursbeschreibungen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de

Hinweis: Bitte kaufen Sie das angegebene Lehrbuch erst, wenn sichergestellt ist, dass der Kurs stattfindet.

A1912252 EASY ENGLISH: Englisch Grundkurs A2.1 mit Vorkenntnissen

Sie haben bereits mehrere Semester mit dem modernen Lehrbuch „EASY ENGLISH“ erfolgreich gelernt und das Lernniveau A2.1 erreicht. - In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht werden Sie Schritt für Schritt befähigt, sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Sie üben z. B. wichtige Redewendungen, die Bildung von Sätzen und das Formulieren einfacher Fragen und Antworten, damit Sie sich mit Englisch sprechenden Menschen im Alltag und Beruf oder auf Auslandsreisen verständigen können. Darüber hinaus üben Sie ganz praktisch das Verstehen, Lesen und Schreiben kurzer Nachrichten, Briefe oder E-Mails. Ziel ist der sichere Umgang mit der englischen Sprache. „Great to see you!“ - Für Interessenten, die Vorkenntnisse aus der Schulzeit mitbringen, ist der Einstieg in diesen Kurs möglich. Wir starten ca. ab Lektion 3 des unten angegebenen Lehrbuches. Einen kostenlosen Online-Einstufungstest finden Sie unter sprachtest.cornelsen.de.

Informationen zum Lernstand der Gruppe erhalten Sie unter 02267 6499490. „Great to see you!“

Lehrbuch: EASY ENGLISH A2.1, Coursebook, Cornelsen Verlag

Eva Wachtler

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule, Unterer Eingang Ostlandstraße
14 Termine (28 Ustd.), Gebühr: 84,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912254 „Parler avec plaisir“ Französisch A1.1 für Anfänger/-innen mit ersten Vorkenntnissen - Am Vormittag -

„Comment ça va?“ - Sie lieben Frankreich und die französische Sprache und möchten die Gelegenheit nutzen, diese in einem Kleingruppenkurs von 6 bis maximal 10 Personen zu erlernen. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits 1 Semester bei der VHS er-

folgreich Französisch gelernt haben oder noch geringe Grundkenntnisse (z.B. aus der Schulzeit) mitbringen. Der Kurs eignet sich hervorragend für alle, die einen unterhaltsamen und qualifizierten Unterricht auswählen möchten mit dem Ziel, sich schon bald auf Reisen, in der Freizeit und/oder im Beruf auf Französisch verständigen zu können. In diesem abwechslungsreichen, kommunikativen Sprachunterricht üben Sie systematisch die wichtigsten Vokabeln und Verben, damit Sie schon bald einfache Sätze bilden können und z. B. in der Lage sind, sich vorzustellen, einzukaufen, nach dem Weg zu fragen und vieles mehr. Mit einem sanften Einstieg, regelmäßigen Wiederholungsphasen und überschaubaren Lernportionen lernen auch Sie die französische Sprache und bummeln mit mir im landeskundlichen Teil von der Normandie bis zur Cote d'Azur und erhalten ganz nebenbei Informationen zu den attraktivsten Regionen Frankreichs. Bitte melden Sie sich bei Interesse frühzeitig zu diesem Sprachkurs am Vormittag an. Informationen zum Kurs und zum Lernstand der Gruppe unter 02192 4398.

Lehrbuch: Voyages NEU A1, Kurs- und Übungsbuch Französisch mit 2 Audio CDs, Klett Verlag

Sabine Schmelzer-Beversdorff

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 10:30 - 12:00 Uhr,
Wipperfürth, Kulturpunkt, Wupperstr. 4
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



A1912255 Französisch für Fortgeschrittene ab A2 - B1: Konversationskurs mit Übungen und Sprachpraxis - Am Vormittag -

Sie haben Lust, Ihre bereits vorhandenen Französischkenntnisse im Rahmen eines praktischen und unterhaltsamen Sprachtrainings zu aktualisieren und zu erweitern? Neben Konversationsübungen und der bedarfsgerechten Vermittlung von Grammatik stehen interessante landeskundliche Themen, zeitgemäße authentische Texte und nach Absprache auch ausgewählte Lektüre auf unserem Programm. Detaillierte Beratung zum Kurs unter 02192 4398. - Eine Kursfortsetzung ist geplant. Neue Teilnehmende mit Vor-

kenntnissen, z.B. aus der Schulzeit, sind herzlich willkommen! Um eine frühzeitige, fristgerechte Anmeldung wird gebeten. (Kurs ab 10 Pers.)

Lehrbuch: Authentisches Textmaterial,
Ausgewählte Lektüre

Sabine Schmelzer-Beversdorff

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr,
Wipperfürth, Kulturpunkt, Wupperstr. 4
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 58,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912256 „Bella Italia!“ Italienisch Grundkurs A2 mit Vorkenntnissen

„Benvenuti! Willkommen! „- Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Italienisch bei der VHS gelernt und möchten Ihre bereits vorhandenen Sprachkenntnisse erweitern. Ziel dieses Italienischunterrichts ist es, Ihnen Sicherheit bei der aktiven Sprachanwendung zu vermitteln. Unterhaltsam und kommunikativ werden daher unsere Übungen und Wiederholungen in den Bereichen Wortschatz, Satzbildung, Grammatik, aktives Sprechen und Hörverständnis sein. Vermittelt wird ein zeitgemäßes, modernes Italienisch und in unserem auf Kommunikationsfähigkeit ausgerichteten Sprachunterricht werden Sie möglichst schnell und unkompliziert lernen, sich zunächst in einfachen Sätzen zu verständigen und Fragen stellen zu können. Dies ist eine gute Basis für eine Reise nach Italien und für (berufliche) Kontakte zu italienischsprachigen Menschen. Auch italienische Kultur und Lebensweise werden wir thematisieren. Der Einstieg in diesen Kurs ist möglich, wenn Sie über Grundkenntnisse A1 verfügen. Wir beginnen mit kurzen Wiederholungen und beginnen neu ab Lektion 4/5 des angegebenen Lehrbuches. Bitte setzen Sie sich vorab mit der Dozentin in Verbindung, wenn Sie neu in den Kurs kommen möchten und melden Sie sich frühzeitig zum Kurs bei der VHS an. „Ci vediamo!“ - Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02195 599098.

Lehrbuch: Nuevo Espresso A2, Hueber Verlag

Rosanna Tamburrelli

Beginn: 13.02.2019, mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912257 Russisch Grundkurs A1.1 mit ersten Vorkenntnissen Intensivlernangebot für Reise und Beruf

Erleben Sie das Abenteuer der kyrillischen Schrift und der russischen Sprache und Kultur. Diese neue Sprache kennen zu lernen ist nicht nur möglich, sondern

Wipperfürth

macht auch viel Spaß und weitet den eigenen Horizont. Sie erhalten eine systematische Einführung in Sprache und Schrift und üben mit mir als Muttersprachlerin die richtige Aussprache und das freie Sprechen. Kultur- und landeskundliche Themen sowie Anregungen für Reisen nach Russland werden ergänzend vermittelt. Auch berufsbezogenes Russisch wird auf Wunsch behandelt. Der Kurs eignet sich für alle, die Russischkenntnisse privat oder beruflich benötigen und zügig lernen möchten. Neue Teilnehmende, die Vorkenntnisse besitzen, können gern in diesen Kurs einsteigen. (Kleingruppenkurs ab 4 Personen mit intensiven Sprachtraining). Eine Kursfortsetzung ist geplant. Um eine frühzeitige, schriftliche Anmeldung wird gebeten.

Sviatlana Khalaimava-Freitag

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 144,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich



A1912259 „Aqui hablamos español!“ Spanisch Grundkurs A1.1 mit ersten Vorkenntnissen

„Hola que tal?“ - Sie haben bereits 1 Semester erfolgreich Spanisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen. Dieser Kurs eignet sich für alle Interessierten, die Grundkenntnisse der spanischen Sprache für Urlaub und Reise sowie Freizeit, Schule und Beruf benötigen. Sie erarbeiten einen Wortschatz, trainieren Aussprache und Hörverstehen und üben das Sprechen in zunächst einfachen Sätzen. In diesem abwechslungsreichen, kommunikativen Fremdsprachenunterricht erhalten Sie natürlich auch landeskundliche und interessante Informationen über die spanisch sprechende Welt. - „Hasta luego!“ Eine Kursfortsetzung ist geplant. Bitte melden Sie sich bei Interesse frühzeitig zum Kurs an. (Ab 6 Pers.)
Informationen zum Lernstand der Gruppe unter 02192 934907 oder 0152 31071309.
Lehrbuch: Caminos hoy A1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD, Klett Verlag - ISBN 978-3-12-515770-5

Elsa Ortman

Beginn: 07.02.2019, donnerstags, 18:30 - 20:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912260 „Aqui hablamos español!“ Spanisch A2 intensiv mit Vorkenntnissen

Sie haben bereits mehrere Semester erfolgreich Spanisch gelernt und möchten nun Ihre Sprachkenntnisse in Form praktischer Übungen und alltagsrelevanter Anwendungen weiter vervollständigen. Neben dem Lesen und Schreiben von Texten üben Sie das sichere und richtige Verstehen sowie das korrekte, freie Sprechen. Der Kurs eignet sich auch für Schüler/Studenten und alle, die Spanisch auf Reisen oder beruflich benötigen und gern und abwechslungsreich mit einer Muttersprachlerin Spanisch lernen wollen. Teilnehmende mit Vorkenntnissen sind immer willkommen, eine Fortsetzung des Kurses ist geplant. (Ab 6 Pers.) - „Hasta luego!“ Informationen zum Kurs und zum Lernstand der Gruppe unter 02192 934907 oder 015231071309.

Lehrbuch: Caminos hoy A2, Lehr- und Arbeitsbuch
Spanisch, Klett Verlag

Elsa Ortman

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr,
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Unterer Eingang Ostlandstraße
12 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

COMPUTER



A1912350 Arbeiten mit dem Laptop für die Generation 60+: Grundlagen MS-Windows / Internet

Nach einer kurzen Einführung in die Arbeit mit einem PC mit MS-Windows 7 erhalten Sie Informationen über den Aufbau des Internets, Systeme und Programme und erlernen den Umgang mit Internetadressen, die gezielte Abfrage von Informationen, den Umgang mit Suchmaschinen, das Versenden/Empfangen von E-Mail.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Christoph Blechmann

Dienstag, 07.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Donnerstag, 09.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Dienstag, 14.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Donnerstag, 16.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Dienstag, 21.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Donnerstag, 23.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
6 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 113,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912358 Computer Grundlagen kompakt (Abendkurs) Office

In diesem zusammenhängenden Kompaktseminar, erwerben Sie jene Computer-Grundkenntnisse, die heute benötigt werden, um die in Büro/Verwaltung vorwiegend eingesetzten Standardanwendungen nutzen zu können. Sie erhalten eine Einführung - in die allgemeine Grundbedienung eines PCs mit Windows - in das computergestützte Schreiben/Gestalten von Texten mit Microsoft Word und in die Tabellenkalkulation mit Excel. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Christoph Blechmann

Beginn: 12.03.2019, dienstags, 18:00 - 21:00 Uhr und
donnerstags, 18:00 - 21:00 Uhr
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
10 Termine (40 Ustd.), Gebühr: 160,00 EUR,
Anmeldung schriftlich bis 27.02.2019

A1912360 Word 2010 - Arbeiten mit Serienbriefen

Briefe mit gleichem Inhalt an verschiedene Adressen oder auch andere Serientexte, Etiketten, Umschläge etc. lassen sich mit der Seriendruckfunktion von MS-Word erstellen. Sie lernen in diesem Kurs alle notwendigen Schritte von der Erstellung/Bearbeitung der Datenquelle über den Aufbau eines Hauptdokumentes mit Feldern und Abfrageoptionen kennen. Inhalte: Serienbriefe erstellen, Adressetiketten erzeugen; Briefumschläge bedrucken. Adressen aus verschiedenen Datenquellen verarbeiten und nach Kriterien selektieren, Serienbriefe mit unstrukturierten Datenquellen erstellen (Ansprechpartner fehlen teilweise, Mischung aus Privat- und Firmenadressen). Voraussetzung: MS-Word Grundkenntnisse (entsprechend Kurs: Einführung in MS-Word) Sie arbeiten mit MS-Word 2010.

Christoph Blechmann

Samstag, 06.07.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
1 Termine (8 Ustd.), Gebühr: 33,00 EUR,
Anmeldung schriftlich bis 25.06.2019

A1912366 Themenspecial: Excel - effektives Arbeiten mit Formeln

Sie haben schon fundierte Excel Kenntnisse und möchten Ihr Wissen um professionelle Funktionen der Tabellenkalkulation erweitern? Erlernen Sie das effektive Arbeiten mit Formeln (z.B. Wenn-Dann-Formeln,

Text, Datum, Rundungen und Logik).
Voraussetzung: MS-Excel Kenntnisse.

Christoph Blechmann

Samstag, 29.06.2019, 09:00 - 16:00 Uhr
Wipperfürth, H-V-Realschule,
Eingang Parkplatz, Am Mühlenberg 2
1 Termine (8 Ustd.), Gebühr: 44,00 EUR,
Anmeldung schriftlich bis 18.06.2019

ERNÄHRUNG



A1912501 „Karnevals-Buffer“ Kochen mit Einsatz von Küchenmaschine oder Thermomix®

NEU!

Dieser Kurs eignet sich für alle, die eine Küchenmaschine oder einen Thermomix® besitzen und ihr Gerät möglichst häufig und bei vielen verschiedenen Gelegenheiten sinnvoll nutzen möchten. Zur Vorbereitung auf die närrischen Tage bereiten wir heute ein buntes Brunch-Buffer mit einer schmackhaften Käsesuppe, gefüllten Crepes und einer pikanten Brot-Torte zu. Darüber hinaus werden wir eine herzhafte Kartoffelpizza, köstlichen Eiersalat und selbstgebackene süße Berliner zubereiten. Hierbei zeige ich Ihnen, wie schnell dies mit einer guten Küchenmaschine oder mit dem Thermomix® geht. Moderne Küchenmaschinen ersetzen zwar i.R. keine Pfanne oder den Backofen, sind aber u. a. für warmes und kaltes Rühren, Kneten und Aufschäumen immer bestens geeignet. Beim gemeinsamen Essen werden wir Rezeptvariationen und Ergänzungen besprechen, damit Ihr Brunch-Buffer ein toller Erfolg wird. Bitte bringen Sie Ihre Küchenmaschine/ Ihren Thermomix® zum Kurs mit - falls vorhanden - damit Sie zügig arbeiten können und denken Sie an ein Geschirrhandtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose. - Die Kosten für die Lebensmittel sind direkt an die Dozentin zu zahlen. Infos unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 06.02.2019, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,

Wipperfürth

Küche, Am Mühlenberg 1, Eingang Ostlandstraße!
4 Ustd., Gebühr: 18,00 EUR + Lebensmittelumlage
Anmeldung schriftlich bis 30.01.2019

A1912502 **Köstliche Ideen für eine Einladung zum Osterbrunch 2019** **NEU!**

Der Begriff „Brunch“ setzt sich zusammen aus „Breakfast“ und „Lunch“. Diese Form des Essens ist eine ideale Erfindung für Langschläfer und für die genussvolle Gestaltung von Feiertagen, die man mit der Familie oder guten Freunden verbringt. Das Essen beim Brunch ist unvergleichlich vielseitig und besteht aus einer Mischung von Süßem und Herzhaftem. So farbenfroh, wie das Osterfest selbst, wird auch unser Brunchbuffet sein: Es erwartet Sie ein bunter Salatteller mit dreierlei Topping: Forellen-Mousse, Avocadocreme und Edelpilzkäse-Creme, dazu ein Baguette aus Weizensauerteig, eine feine französische Kartoffel-Lauch-Suppe, ein gefülltes Schweinefilet mit Zucchini-Puffern und Entenbrüstchen in Orangensauce. Als Dessert und süßen Abschluss genießen wir fruchtig-frische Himbeer-Sauerrahm-örtchen. Viele Arbeitsschritte für unsere Zubereitungen lassen sich prima einen Tag vor dem Festtagsbrunch stressfrei vorbereiten, so dass Sie in Ruhe die Zeit und das gemeinsame Essen mit Ihren Gästen genießen können. - Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose mit. Die Kosten für die Lebensmittel sind direkt an die Dozentin zu zahlen. Informationen zum Kurs unter www.BergischesKochstudio.de oder 0174 1357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 27.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,
Küche, Am Mühlenberg 1, Eingang Ostlandstraße!
4 Ustd., Gebühr: 18,00 EUR + Lebensmittelumlage
Anmeldung schriftlich bis 20.03.2019



A1912503 **Die thailändische Küche - frisch, aromatisch und sehr beliebt!**

Die thailändische Küche vereint Einflüsse aus Indien, China und Indonesien und behält dennoch ihren ganz eigenständigen Charakter. Exotische Zutaten machen

sie zu einem besonderen Geschmackserlebnis mit fruchtigen, scharfen und sehr aromatischen Bestandteilen. Zutaten wie Kokosnuss, Ingwer, Currypasten, fermentierte Soja- und Fischsaucen, Gewürz- und Zitrusaromen sowie Cashew- und Erdnüsse sorgen für einen außergewöhnlichen Duft und Geschmack der Speisen. Wenn Sie die thailändische Küche kennen lernen möchten oder bereits lieben, erhalten Sie in diesem Kochkurs eine Vielzahl an Anregungen für das asiatische Kochen Zuhause. Wir werden eine Kokossuppe mit grünem Spargel und Zitronengras zubereiten und Sommerrollen aus selbst hergestelltem Reispapier kosten, die wir mit allerlei fein geschnittenem Gemüse füllen und mit verschiedenen Saucen und Dips abschmecken. Satesspieße mit Hühnerfleisch und zwei verschiedenen Saucenvarianten werden zu Reis gereicht, wie es für die thailändische Küche typisch ist. Als krönender Abschluss wird Kokos-Eis mit Ingweräpfeln gereicht. Die Zubereitung unserer frischen Speisen erfolgt - ähnlich wie in den Garküchen Thailands - meist im Wok. Wer einen eigenen Wok hat, darf diesen gern zum Kochen mitbringen. Bitte bringen Sie auch ein Geschirrtuch, ein Weinglas und ggf. eine Vorratsdose mit. - Die Kosten für die Lebensmittel sind direkt an die Dozentin zu zahlen. Infos zum Kurs erhalten Sie unter www.BergischesKochstudio.de oder 01741357039.

Doris Seidl

Mittwoch, 10.04.2019, 18:00 - 21:00 Uhr,
Wipperfürth, Konrad Adenauer Hauptschule,
Küche, Am Mühlenberg 1,
Eingang Ostlandstraße!
4 Ustd., Gebühr: 18,00 EUR + Lebensmittelumlage
Anmeldung schriftlich bis 03.04.2019

GESUNDHEITSBILDUNG



A1912550 **Kundalini-Yoga - ein Weg zu körperlichem Wohlbefinden und seelischer Ausgeglichenheit**

Der Kundalini-Yoga-Unterricht ist ganzheitlich ausgerichtet und verbindet dynamische kräftigende Übungen mit geistiger Konzentration, Atemtechnik, Meditation, Gesang und Entspannungsübungen. Kundalini-Yoga bringt Körper, Geist und Seele in Einklang und fördert die eigenen Ressourcen, um Herausforderungen in Beruf und Alltag zu bewältigen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: lockere bequeme Kleidung, rutschfeste Matte, Decke, evtl. Sitzkissen, stilles Wasser.

Susanne Franken

Beginn: 17.01.2019, donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr,
Wipperfürth, Begegnungszentrum Daiseion-ji,
Am Stauweiher 1

16 Termine (32 Ustd.),
Gebühr: 96,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912551 Pilates - Kraft aus der Körpermitte

Die Pilates-Methode wurde bereits im Jahr 1883 von dem deutsch-amerikanischen Athleten Joseph Pilates entwickelt, um primär seine eigene körperliche Verfassung zu verbessern. Es handelt sich um ein ganzheitliches Körpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, insbesondere der Bauch-, Rücken- und der Beckenbodenmuskulatur. Weitere nennenswerte Ziele des Trainings wären die Verbesserung der Körperhaltung und der Koordination sowie der Leistungsfähigkeit (Kondition). Grundlage aller Übungen ist das sogenannte Powerhouse, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt, gleichzeitig wird die Atmung geschult.

Stefanie Diegmann

Beginn: 10.01.2019, donnerstags, 18:00 - 19:00 Uhr,
Wipperfurth, AWO, Erna-Schmitz-Kindergarten, Gartenstr. 9
14 Termine (19 Ustd.), Gebühr: 46,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

GYMNASTIK



Aquagymnastik

Wassergymnastik ist mehr als Gymnastik im Wasser! Die bremsende Kraft des Wassers wird dabei für eine sehr gelenkschonende Kräftigung der Muskulatur eingesetzt. Der Auftrieb schützt vor übermäßiger Belastung der Gelenke. Der Wasserdruck verbessert die Durchblutung, fördert den venösen Rückfluss zum Herzen und den Sauerstoffaustausch im Gewebe. Somit ergeben sich beste Bedingungen für diese gesundheitsfördernde Aktivität.

Alexandra Gossmann

Wipperfurth, Walter-Leo-Schmitz-Hallenbad, Ostlandstr. 34
20 Termine (27 Ustd.), Gebühr: 95,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912600

Beginn: 17.01.2019, donnerstags, 15:30 - 16:30 Uhr

A1912601

Beginn: 17.01.2019, donnerstags, 16:30 - 17:30 Uhr

Wassergymnastik

Für Menschen, die sich gesund erhalten und Verspannungen vorbeugen möchten, ist Wasser das ideale Element für gelenkschonende Gymnastik und effizien-

tes Bewegungstraining. Bei der Wassergymnastik vereinen sich viele positive Aspekte: Eine Entlastung der Gelenke durch den permanenten Wasserwiderstand, eine vertiefte Atmung und Vorbeugung venöser Erkrankungen. Die Freude an der gemeinsamen Bewegung im Wasser ist ebenfalls nicht zu unterschätzen.

Gaby Zacher

Wipperfurth, Walter-Leo-Schmitz-Hallenbad, Ostlandstr. 34
20 Termine (20 Ustd.),
Gebühr: 78,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1912602

Beginn: 16.01.2019, mittwochs, 14:45 - 15:30 Uhr

A1912603

Beginn: 16.01.2019, mittwochs, 15:30 - 16:15 Uhr

GEWALTPRÄVENTION



Die Arbeitsgemeinschaft Emanzipatorische Jugendarbeit (AG em-jug) führt gewaltpräventive Trainings mit dem Ziel durch, dass Kinder und Jugendliche weder Opfer noch Täter/in werden.

Die AG em-jug hat für die Trainings und Qualifizierungen zur Durchführung von Trainings 2012 den Landespräventionspreis NRW erhalten. Die Qualifizierungen sind hochschulzertifiziert (inkl. 32 Credit-Points für Student/innen).

Kooperationspartner sind auch das Informations- und Bildungszentrum Schloss Gimborn der International Police Association und die Steinbeis Business Academy der Steinbeis Hochschule Berlin.

Alle Trainings und Qualifizierungen der AG em-jug wurden nach wissenschaftlichen Kriterien von Dr. Hövel, Universität zu Köln, evaluiert und von der AG em-jug überarbeitet und erweitert. In der Evaluation von Mut tut gut wurde die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit nachgewiesen. Die Zusage der Aufnahme in die „Grüne Liste“ liegt vor.

In Ihrer Gemeinde/Stadt werden in jedem Semester in vielen Kindergärten, Schulen, etc. vormittags Trainings zur Gewaltprävention durchgeführt. Fragen Sie im Kindergarten oder in der Schule nach.

- **Mut tut gut-Trainings für Vorschul- und Grundschulkindern von 5 -10 Jahre**
- **Soziales Lernen für eine gute Klassengemeinschaft für 10 bis 14 Jährige**
- **Selbstsicherheitstraining für Frauen und Mädchen ab 14 Jahre**
- **Konflikttrainings für Jungs ab 14 Jahren**

Informationen, Anmeldung, Gebühren, Flyer siehe unter www.em-jug.de.

Zentrale



Auf den folgenden Seiten finden Sie Veranstaltungen der VHS Oberberg in der Zentrale in Gummersbach-Niederseßmar, Mühlenbergweg 3.

Ihre schriftliche Anmeldung für die Kurse A1913000 bis A1913999 richten Sie bitte an die VHS Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach.

Bitte beachten Sie, dass die Kurssausreibungen der Kurse A1913000 - A1913999 z.T. stark gekürzt sind. Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch des Kurses, Materialhinweise und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de oder im Gesamtprogrammheft.

Informationen erhalten Sie auch unter 02261 8190-0 bei der Zentrale der VHS Oberberg oder unter einer der angegebenen Telefonnummern.

ZWEITER BILDUNGSWEG



Hauptschulabschluss nach Klasse 9

28.08.2019 - 18.06.2020

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 300,00 EUR

Hauptschulabschluss nach Klasse 10 a

28.08.2019 - 30.01.2020

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 150,00 EUR

Fachoberschulreife (FOR)

Lehrgang 2019: 04.02.2019 - 10.07.2019

Lehrgang 2020: 03.02.2020 - 25.06.2020

montags - freitags, jeweils 17:30 - 20:45 Uhr
Pauschale für U-Material einmalig: 150,00 EUR

Die Lehrgänge sind **nicht** BaFöG-fähig!
Information, Beratung und Anmeldung:

Renée Scheer

VHS Oberberg, Klasse 9/10a
02261 8190-15

Dominik Clemens

VHS Gummersbach, FOR
02261 87-1539

Abendgymnasium Rhein-Sieg Standort Gummersbach

Erwerben Sie die Fachhochschulreife (Fachabitur) oder die Allgemeine Fachhochschulreife (Abitur).
Voraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre, 2-jährige Berufstätigkeit oder Vergleichbares.
Weitere Informationen unter:
www.abendgymnasium-siegburg.de
ag-rhein-sieg.sekretariat@t-online.de

GESUNDHEITSBILDUNG



A1913550 **Burnout und Depression durch Stress**

NEU!

Erfahrungsaustausch über die psychischen Folgen von Stress, die sich häufig durch Antriebslosigkeit und Nicht-Wahrnehmung der eigenen Grenzen zeigen. Unter Leitung einer Diplom-Sozialarbeiterin werden für Betroffene und Angehörige Möglichkeiten aufgezeigt, der Spirale von Burnout und Depression zu entkommen.

Tanja Sprave

Beginn: 06.02.2019, mittwochs, 18:00 - 20:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Termine (22 Ustd.), Gebühr: 75,00 EUR,
SchriftlicheAnmeldung erforderlich

„Auszeit“ - Ein Tag nur für dich!

Sie werden Erfahrungen mit dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung, dem Body-Scan, der Meditation und vielem mehr machen. Entspannen Sie sich! Infos unter 02263 60698.

Heike Falkenhain

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 35,00 EUR,
SchriftlicheAnmeldung erforderlich

A1913551

Samstag, 16.02.2019, 10:00 - 15:30 Uhr

A1913552

Samstag, 16.03.2019, 10:00 - 15:30 Uhr

A1913553 **„Emotionale Befreiung“ Wie wir Stress in Lebenskraft umwandeln**

Gestresst? Von Alltagsanforderungen überfordert? Voller Anspannung und Angst? Ihre Gefühle gehen mit Ihnen durch und verführen Sie zu Handlungen, die Sie hinterher bereuen? In diesem Kurs aus dem Bereich Lebenshilfe, Entspannung, Gesundheit und Er-

fahrung arbeiten wir mit diesen belastenden Emotionen und den daraus resultierenden Schwierigkeiten. Lebensnah und praktisch lernen Sie anhand vieler Übungen, wie Sie Emotionen anhand eines einfachen 3-Schritte-Programmes so begegnen können, dass sie weder verdrängt noch ausagiert, sondern aufgelöst werden. Achtsamkeitsübungen, Meditation und Selbstreflektion helfen dabei, Stress in Lebenskraft zu befreien.

Christian Kiefer

Beginn: 05.02.2019, dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr,
Engelskirchen, Praxis für seelische Gesundheit,
Lepperhammer 19
8 Termine (16 Ustd.), Gebühr: 78,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

KREATIVES GESTALTEN



A1913710 Schmuckgestaltung mit Art Clay Silver®(ASC)(Feinsilber) Verwirklichen Sie ihre individuellen Schmuckwünsche!

Sie lernen unterschiedliche Techniken, die Sie bei der Schmuck- und Ringgestaltung nutzen können, kennen. Infos unter www.schmeichelhaft.net oder 02247 9219877. Anke Schmeichel-Kreitschmer
Samstag, 11.05.2019, 10:00 - 17:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
10 Ustd., Gebühr: 45,00 EUR + Materialkosten
Anmeldung schriftlich bis 04.05.2019

Urban Sketching: Zeichnen aus Leidenschaft! - Schnupperkurs

NEU!

Beim Urban Sketching geht es darum, im Alltag regelmäßig zu zeichnen und dabei die eigene Lebenswelt in Momentaufnahmen zu skizzieren, in einem Skizzenbuch festzuhalten und ggf. mit einer weltweiten Community zu teilen. Dabei gilt es - nach einer kurzen Einführung in Zeichentechniken zunächst einfach und mit viel Begeisterung drauflos zu zeichnen und ganz entspannt den künstlerisch, erzählenden und bildenden Wert des Vor-Ort-Zeichnens für sich zu entdecken, grafisch zu experimentieren und sich mit anderen auszutauschen. Dieser Einstiegskurs richtet sich ausdrücklich an alle, die Zeichnen lernen und dabei erleben möchten, wie befriedigend es sein kann, mit Stift und Skizzenbuch täglich kreativ zu sein. Infos erhalten Sie vorab unter www.chrisa.de/urban-sketching oder unter 02261 819070 (VHS) und 01723284026 (Doz.). Für den Einstieg benötigen Sie zunächst nur einen Skizzenstift und Papier. Das Zeichenmaterial wird Ihnen für eine Materialkostenpauschale von 5,00 EUR zur Verfügung gestellt.

Hans-Christian Sanladerer

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

A1913701

Beginn: 12.03.2019, dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr
4 Termine (12 Ustd.),
Gebühr: 48,00 EUR + geringe Materialkosten
Anmeldung schriftlich bis 05.03.2019

A1913702

Beginn: 30.04.2019, dienstags, 18:00 - 20:15 Uhr
5 Termine (15 Ustd.),
Gebühr: 60,00 EUR + Materialkosten
Anmeldung schriftlich bis 23.04.2019

Bildhauerseminar: „Hau rein! Hau Stein“ Kleine Skulpturen und Objekte aus Tuffstein

Unter Anleitung der Bildhauerin Dana van Rijssen erlernen künstlerisch Interessierte solide Grundlagen der Bildhauerei und werden entspannt ihr eigenes, dreidimensionales Objekt aus einem weichen Tuffstein schlagen.

Informationen zum Kurs unter 0157 83176169 oder unter www.vanrijssen.de
Dana van Rijssen

Werkstatt für Bildhauerei, Marienheide,
Kempershöher Str.12
16 Ustd.,
Gebühr: 64,00 EUR + Materialkosten
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1913705

Samstag, 16.03.2019, 11:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 17.03.2019, 11:00 - 17:00 Uhr

A1913706

Samstag, 06.04.2019, 11:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 07.04.2019, 11:00 - 17:00 Uhr

Werkstattkurs: Geben Sie Gas! Einführung in die Kunst und die Techniken des Schweißens

Sie lernen folgende Schweißverfahren kennen und probieren sie aus: Autogenschweißen, Elektrohandschweißen, MAG-Schweißen und WIG - Schweißen. Informationen: 022618190-70

Peter Herrig, Udo Ristau

Kunstschlosserei Udo Ristau,
Überdorfstr. 22, 52783 Eitorf
7 Ustd., Gebühr: 104,00 EUR,

A1913715

Samstag, 09.03.2019, 09:00 - 14:15 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 01.03.2019

A1913716

Samstag, 23.03.2019, 09:00 - 14:15 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 15.03.2019

TEXTILES GESTALTEN



A1913750 Kinderkleidung nähen

NEU!

Sie haben keine Lust auf langweilige Kinderkleidung von der Stange? Dann nähen Sie pfiffige und individuelle Kinderklamotten und Accessoires doch einfach selber. In diesem Kurs nähen wir gemeinsam einzigartige Unikate nach Ihren Wünschen. Der Kurs ist auch für Anfängerinnen geeignet. Bitte mitbringen: Stoffe, Schnitt, Nähzubehör und Ihre Nähmaschine. Weitere Infos bei der Dozentin unter 02261 946668.

Melanie Eicks

Beginn: 15.01.2019, dienstags, 18:45 - 21:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1913751 Nähen für Anfänger

Nähen liegt voll im Trend, fördert die Kreativität und verbindet Gleichgesinnte! Vielleicht haben Sie sich schon mit Ihrer Nähmaschine vertraut gemacht, ein Schnittmuster heruntergeladen und ein paar entsprechende Youtube-Filme geschaut. In diesem Kurs lernen Sie mit individueller Betreuung und entsprechend Ihren Vorkenntnissen ein Unikat ganz nach Ihren Vorstellungen zu erstellen - in Ihrem Stil, der gewünschten Farbe und einem persönlichen Lieblingsstoff. Gemeinsam realisieren wir Ihr Wunsch-Nähprojekt. Bitte mitbringen: Stoffe, Schnitt, Nähzubehör und Ihre Nähmaschine. Informationen unter 02261 946668.

Melanie Eicks

Beginn: 30.04.2019, dienstags, 18:45 - 21:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Termine (24 Ustd.), Gebühr: 72,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

A1913752 Patchwork-Workshop

Anfänger und Fortgeschrittene können hier in netter Runde Ufo's fertigstellen oder sich ein Kissen, eine Decke oder ähnliches anfertigen und Erfahrungen und Tipps mit den anderen austauschen. Es werden Projekte mit der Maschine, mit der Hand oder über Papier genäht. Bitte reservieren Sie folgende Termine: 13.02., 13.03., 10.04., 08.05., 12.06. und 10.07.2019. Der Workshop wird im nächsten Semester fortgesetzt. Informationen bei der Kursleitung: 02261 9784826.

Kerstin Alznauer-Hötten

Beginn: 13.02.2019, mittwochs, 17:00 - 19:30 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
6 Termine (18 Ustd.), Gebühr: 54,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung erforderlich

MODE UND KOSMETIK



Individuelle Farbtypberatung

Pünktlich zum Frühlingsbeginn bietet die VHS Oberberg Angebote zum Thema „Farbtypberatung“ an, um ganz besonders Frauen bei der Auswahl ihrer Saison-Bekleidung fachlich zu beraten und zu unterstützen.

Mirja Peters

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 58,00 EUR,

A1913801

Samstag, 16.03.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 09.03.2019

A1913802

Samstag, 23.03.2019, 10:00 - 16:00 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 16.03.2019

Schön geschminkt in Alltag und Beruf Mit Tipps und Anleitungen einer jungen, professionell arbeitenden Vigagistin

NEU!

Jedes Gesicht ist von Natur aus schön, kann aber unter Einsatz professioneller Anleitung und der Auswahl passender Farben und Schminktechniken in seiner Ausstrahlung optimiert werden. In diesem Schmink-Workshop zeige ich Ihnen, wie Sie die optischen Stärken Ihres Gesichtes dezent hervorheben und ggf. kleinere Schwächen mit einem guten Make-up kaschieren können. Lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für ein perfekt geschminktes Gesicht von einer professionellen Vigagistin, damit Sie sich wohl und sicher fühlen und sich selbstbewusst mit einem schönen Make-up in Alltag und Beruf in Szene setzen können. Der Kurs eignet sich für alle Frauen, die neue Ideen und Beratung für das persönliche Schminken suchen, Schminktechniken erlernen möchten oder anlassbezogene Empfehlungen für das Schminken - z.B. für Bewerbungen und die Anfertigung von Fotos - benötigen. Info: www.dianaschulte-makeup.de.

Diana Schulte

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
4 Ustd., Gebühr: 24,00 EUR + 10,00 EUR Materialkosten
(Pflege- und Schminkprodukte) die direkt am
Veranstaltungstag an die Dozentin zu zahlen sind.

A1913805

Samstag, 16.03.2019, 10:00 - 13:00 Uhr
Anmeldung schriftlich bis 09.03.2019

A1913806

Samstag, 30.03.2019, 10:00 - 13:00 Uhr
Anmeldung schriftlich bis 23.03.2019

UMWELT UND NATUR



A1913450 :metabolon - Bergisches Energiekompetenzzentrum Energiecafé: Der Energie-Check - Wie geht es meinem Haus wirklich?

Die Energieberater/innen des Bergischen Energiekompetenzzentrums :metabolon möchten die Hausbesitzer aufklären und bei der Entscheidungsfindung zu energiesparenden Maßnahmen unterstützen.

Dienstag, 12.03.2019, 17:30 - 19:00 Uhr,

:metabolon, Bergisches Energiekompetenzzentrum,
Am Berkebach, 51789 Lindlar,
gebührenfrei,

Anmeldung bis 06.03.2019 unter 02261 8190-13
oder unter www.vhs-oberberg.de

FREIZEITSPORT



A1913451 Wandern und Biken mit GPS und freien Karten

In diesem Kurs lernen Sie, was Ihre Handgeräte alles können, wie Sie diese richtig einsetzen und was Ihnen die Anzeigen sagen wollen. Sie lernen den Umgang mit einem hervorragenden und frei verfügbaren Planungstool und wie und wo Sie die für Sie passende und kostenlose Karte beziehen können. Bitte bringen Sie ein GPS Handgerät mit.

Bastian Friedrich

Montag, 11.03.2019, 18:15 - 21:00 Uhr

Dienstag, 12.03.2019, 18:15 - 21:00 Uhr

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

2 Termine (6 Ustd.), Gebühr: 24,00 EUR

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.02.2019

A1913460 Bridge Einführung

Bridge gilt als „Königin der Kartenspiele“. Es ist ein abwechslungsreiches Spiel und der Erfolg ist nur in geringem Maße vom Kartenglück abhängig. Bridge hält die grauen Zellen fit, es werden hohe Anforderungen an die Konzentration und an das strategische Denkvermögen gestellt. Wer einmal mit dem Bridgevirus infiziert ist, mag das Spiel nicht mehr missen. In Kooperation mit dem Bridgeclub Gummersbach.

Sigrid Pikart

Beginn: 14.03.2019, donnerstags, 18:30 - 20:45 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

12 Termine (36 Ustd.), Gebühr: 108,00 EUR

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 01.03.2019

TECHNIK



A1913453 Amateurfunk Schnupperabend

Freitag, 29.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

A1913455 Arduino Workshop

Beginn: 03.05.2019, freitags, 18:00 - 21:00 Uhr,

4 Termine (16 Ustd.),

XPERT BUSINESS



A1913301 Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“

Das Zertifikat Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ ist besonders geeignet für :

- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und in der Verwaltung, die im Rechnungswesen tätig sind oder in Zukunft tätig sein wollen,
- Beschäftigte aus dem nicht kaufmännischen Bereich (z.B. Meister/-innen, technische Angestellte),
- Selbstständige,
- Wiedereinsteiger/-innen in das Erwerbsleben.

Sie lernen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bedingungen und Verordnungen zu verarbeiten. So können Sie Ihre berufliche Qualifikation erweitern und verbessern. Der Kurs besteht je aus drei Modulen, die jeweils mit einer bundeseinheitlichen Prüfung abschließen.

Nach Bestehen der Prüfungen „Finanzbuchführung 2“ und „Finanzbuchführung 3 EDV (Lexware)“, erhalten Sie das **Zertifikat Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“**. Zudem erhalten Sie jeweils ein Xpert Business-Zertifikat für das erfolgreiche Bestehen der einzelnen Prüfungen.

Sie arbeiten im Kurs mit Lexware financial office basis.

Marietta Kropaß

Beginn: 08.04.2019, montags, 18:00 - 21:00 Uhr,

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

35 Termine (140 Ustd.),

Gebühr: 914,00 EUR inkl. Prüfungsgebühr (216,00 EUR),

inkl. Lehrbücher (137,71 EUR)

Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 22.03.2019

Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de.

BERUFLICHE BILDUNG



A1913321 „Gespräche wertschätzend führen“

NEU!

Gelungene Kommunikation ist ein wichtiger Schlüssel zum Erfolg. Wir führen jeden Tag Gespräche, am Arbeitsplatz, in der Familie, mit Freunden und Bekannten. Das ist manchmal schwierig, denn oft redet man aneinander vorbei oder missversteht sich. In diesem Seminar stärken Sie Ihre Fähigkeit durch wertschätzende und aussagekräftige Kommunikation die Empfangsbereitschaft für Ihre Botschaft zu fördern. So erreichen Sie Ihre Gesprächsziele leichter und besser.

Evelyn Schuy

Samstag, 30.03.2019, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 18.03.2019

A1913322 „Ärgern macht Ärger noch ärger“ (Anti-Ärger Training)

NEU!

Obwohl unendlich oft erklärt - Kunde XY kapiert den korrekten Bestellablauf einfach nicht. Die Kollegin ist wieder mal krank, denn es ist Montag und der Chef hat zum x-ten Mal einem Kunden Dinge zugesagt, deren Ablauf absolut nicht realisierbar ist. Wenn Ihnen dann noch jemand zuruft: „Hey, entspann Dich mal“, dann würden Sie ihm am liebsten den nächstbesten harten Gegenstand an den Kopf an den Kopf schmeißen. In diesem Workshop steigern Sie Ihre Fähigkeit mit dem alltäglichen Ärger konstruktiv umzugehen, zu agieren statt zu reagieren. Sie verbessern Ihre Arbeits- und Alltagsqualität und können schnell und souverän mit sich und Ihrem Umfeld umgehen.

Evelyn Schuy

Samstag, 06.04.2019, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.03.2019

A1913323 Keine Macht der Niedertracht - schwarze Rhetorik und Manipulationstechniken

Kommen Sie sich manchmal ausgenutzt vor? Hatten Sie nach einem Gespräch oder einer Verhandlung das Gefühl, dass man Sie wieder mal über den Tisch gezogen hat? Hat der Kunde, Kollege oder Vorgesetzte es geschafft, Ihnen Zusagen zu entlocken, die Sie ihm eigentlich schon lange nicht mehr gewähren wollten? Ihr Gefühl sagt Ihnen, dass man Sie reingelegt hat, dass Sie wieder mal fies manipuliert wurden. Dieses

Seminar erklärt die üblen Strategien und Tricks der Manipulatoren und zeigt Ihnen Strategien und Maßnahmen, wie Sie sich schützen und dagegen erfolgreich wehren können.

Eine Veranstaltung für alle, die sich besser durchsetzen möchten oder müssen.

Evelyn Schuy

Samstag, 11.05.2019, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 29.04.2019

A1913324 Zielführende Kommunikation im Konflikt

In diesem Workshop erarbeiten wir wirkungsvolle Deeskalationsstrategien, lernen Methoden des Selbstmanagements und Strategien für die Wahrung einer situationsangemessenen, fairen Interaktion und Kommunikation mit unseren Kollegen/-innen im (Berufs-) Alltag. Ziel des Kurses ist es, Ihnen konkrete, alltags-taugliche Strategien, Techniken, Formulierungshilfen etc. zu vermitteln, die es Ihnen auch in schwierigen Situationen ermöglichen, auch in Stress- und Belastungsphasen, mit anderen Menschen gut zu kooperieren und gelassen und wertschätzend mit ihnen umzugehen bzw. zu arbeiten. Diese Veranstaltung richtet sich an alle, die ihren Konfliktstil erkennen und durch geeignetere Strategien verbessern möchten, um sich im Beruf oder im privaten Umfeld wohler zu fühlen.

Evelyn Schuy

Samstag, 18.05.2019, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 75,00 EUR inkl. Skript
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 03.05.2019

A1913325 Prüfungsangst und Prüfungsvorbereitung

Die Life in Balance Coach Birgit Friedrichs zeigt Wege auf, die Ihnen helfen können mit Prüfungsangst besser umzugehen und ein besseres Ergebnis zu erzielen. Konkret geht es um Hilfestellungen und Übungen zur eigenen Wahrnehmung und den Abbau von Angstreaktionen. Der Workshop richtet sich an alle, die innerhalb der nächsten Wochen oder Monate eine Führerscheinprüfung, eine Klassenarbeit, eine Klausur, das Abitur, eine IHK-Prüfung, eine Meisterprüfung, die Examenprüfung oder Ähnliches absolvieren müssen.

Birgit Friedrichs

Samstag, 23.03.2019, 10:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Ustd., Gebühr: 48,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 11.03.2019

Ausführliche Beschreibung der Kursinhalte, Voraussetzungen zum Besuch der Kurse und Sonderkonditionen finden Sie unter www.vhs-oberberg.de.

A1913326 **Lampenfieber** - Lerne damit umzugehen!

Im Workshop lernen Sie die Auslöser von Lampenfieber kennen und die Life in Balance Coach Birgit Friedrichs zeigt Ihnen, wie Sie dieser Situation gezielt begegnen und ohne Angst reden können.

Birgit Friedrichs

Samstag, 11.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Ustd., Gebühr: 48,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 29.04.2019

A1913327 **„Professionell Azubi sein“**

Du wirst bald oder bist schon Azubi und möchtest einen guten Eindruck hinterlassen? In diesem Workshop sprechen wir über die Sprache, eure Haltung sowie über eure Werte und Wertvorstellungen. Wir durchleuchten euren Auftritt im Innen und Außen. Auch wie Ihr auf das Ausbildungsunternehmen wirkt.

Birgit Friedrichs

Samstag, 18.05.2019, 10:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Ustd., Gebühr: 48,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.05.2019

A1913349 **Das Universitätsstudium an der FernUniversität in Hagen**

Heidrun Schröter

Dienstag, 04.06.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
kostenfrei, Schriftliche Anmeldung bis 28.05.2019

FOTO AM PC



A1913350 **Möglichkeiten der Digitalfotografie**

Ziel dieses Kurses ist es, Ihnen Mut zu machen den „Automatikmodus“ Ihrer Kamera abzuschalten und die vielen Möglichkeiten zu nutzen, die Ihre Digitalkamera wirklich bietet! Die Grundlagen der Fotografie wie Perspektive, Weißabgleich, Zeiten, Blenden und Tiefenschärfe werden eingehend erklärt.

Im Kurs kann Ihnen nicht Ihre Digitalkamera erklärt werden. Dafür nutzen Sie bitte die ausführliche Bedienungsanleitung.

Maxx Hoenow

Montag, 11./18./25.03.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
Donnerstag, 14./21./28.03.2019, 19:00 - 20:30 Uhr
Samstag, 23.03.2019, 11:00 - 13:15 Uhr, Exkursion
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Termine (15 Ustd.), Gebühr: 83,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 25.02.2019

A1913351 **Bessere Digitalfotos** - Wochenendseminar im Fotostudio

Inhalte ähnlich wie bei A1913350.
Im Kurs kann Ihnen nicht Ihre Digitalkamera erklärt werden. Dafür nutzen Sie bitte die ausführliche Bedienungsanleitung.

Maxx Hoenow

Samstag, 02.03.2019, 14:00 - 18:30 Uhr
Sonntag, 03.03.2019, 14:00 - 18:30 Uhr
Bergneustadt, Fotostudio Hoenow, Kölner Str. 139
12 Ustd., Gebühr: 88,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 18.02.2019

A1913352 **Portraitfotografie** - Wochenendseminar im Fotostudio

Sie erfahren, wie man schon mit einfachen Mitteln zu effektvollen Portraits in Schwarz-Weiß oder Farbe kommen kann. Sie werden mit verschiedenen Lichtquellen arbeiten, angefangen mit Kunstlicht und einem „Baumarkt-Strahler“, über das Kompaktblitzgerät, draußen bei Tageslicht mit Aufhellern und im Fotostudio mit professionellen Studio-Blitzanlagen.

Maxx Hoenow

Samstag, 16.03.2019, 14:00 - 18:30 Uhr
Sonntag, 17.03.2019, 14:00 - 18:30 Uhr
Bergneustadt, Fotostudio Hoenow, Kölner Str. 139
12 Ustd., Gebühr: 88,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 04.03.2019

A1913353 **Digitalfotografie spezial** - Lightpainting

Malen mit Licht und Kamera ist etwas Spezielles, macht riesen Spaß und verleitet zu vielen kreativen Ideen. Infos unter www.vhs-oberberg.de. Bei sehr schlechtem Wetter fällt die Veranstaltung aus. Bitte geben Sie bei der Anmeldung eine Telefonnummer und eine Email-Adresse an, unter der Sie am Morgen der Veranstaltung erreichbar sind, damit wir Sie ggf. entsprechend informieren können.

Bastian Friedrich

Dienstag, 26.02.2019, 18:00 - 21:45 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (5 Ustd.), Gebühr: 24,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.02.2019

A1913354 **Digitalfotografie spezial** - Bewegung und Wasser

Sie sind von der Fotografie fasziniert und haben den Wunsch, Bilder von sich bewegenden Objekten zu fotografieren und Bewegungsunschärfe gezielt als Stilmittel einzusetzen? Bitte bringen Sie ihre eigene Digitalkamera (kein Smartphone) mit Stativ, Speicherkarte und ausreichender Akkuleistung mit, wer hat auch einen ND Filter. Sie sollten schon einen Grund-

Zentrale

lagentkurs digitale Fotografie besucht haben.

Bastian Friedrich

Montag, 20.05.2019, 18:00 - 21:45 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
5 Ustd., Gebühr: 24,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.05.2019

Weitere Angebote:

A1913356 Ganz einfach - Digitalfotografie Kleingruppenkurs

Montag, 11./18./25.03.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
Sonntag, 24.03.2019, 10:00 - 12:15 Uhr, Exkursion
Engelskirchen, Elke Erben, Wieselweg 13,
51677 Engelskirchen

A1913357 Faszination SW-Fotografie

Freitag, 15.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 16.03.2019, 10:00 - 17:00 Uhr

A1913358 Ganz einfach - ein Fotobuch

Mittwoch, 20. und 27.03.2019, 14:00 - 17:00 Uhr

A1913359 Faszination Makrofotografie

Samstag, 06.07.2019, 10:00 - 17:00 Uhr

A1913360 Ganz einfach -

Bildbearbeitung am PC

Montag, 06./13./20.05.2019, 18:00 - 21:00 Uhr

COMPUTER



A1913370 und A1913373 Fit im Büroalltag - kompakt und praxisnah! Windows 10, Word/Excel 2016, Internet

NEU!

In diesem Kurs werden die wichtigsten Grundlagenkenntnisse für den Büroalltag kompakt vermittelt. Anhand von praxisnahen Beispielen wird das erforderliche Wissen zu Dateimanagement, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Internetnutzung erarbeitet. Zahlreiche Übungen unterstützen die Teilnehmerinnen dabei, das erworbene Wissen zu festigen und schnell bei Ihrer täglichen Arbeit umsetzen zu können.

Inhalte:

- Windows 10 (Einführung, Grundlagen des Dateimanagements)
- Word (Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen, Zeichnungselemente/Grafiken, Serienbriefe/-etiketten)
- Excel (Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen, Diagramme)
- Internet (Emailverkehr, Internetrecherche)

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Kornelia Diehl, Udo Frevel

VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
12 Termine (48 Ustd.), Gebühr: 192,00 EUR,

A1913370 Von Frau für Frauen

Beginn: 19.02.2019, dienstags, 08:30 - 11:30 Uhr
und donnerstags, 08:30 - 11:30 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 08.02.2019

A1913371 Von Frau für Frauen

Beginn: 06.05.2019, montags, 08:30 - 11:30 Uhr
und mittwochs, 08:30 - 11:30 Uhr
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 23.04.2019

A1913373

Mittwoch, 08./15./22./29.05.2019, 05./12./19./
26.06.2019, 03.07.2019 und Montag, 27.05.2019,
03.06.2019, jeweils 17:45 - 21:00 Uhr
11 Termine (48 Ustd.), Gebühr: 192,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 24.04.2019

A1913372

Beginn: 12.03.2019, dienstags, 17:30 - 21:00 Uhr
und donnerstags, 17:30 - 21:00 Uhr
10 Termine (47 Ustd.), Gebühr: 188,00 EUR,
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 21.02.2019

A1913374 Effektiv im Büro - optimales Arbeiten mit Word und Excel

Sie haben bereits Word- und Excelkenntnisse, wollen jedoch Ihre Kenntnisse erweitern, Ihre Arbeitsabläufe optimieren und Ihre alltäglichen Arbeiten effizienter gestalten? Dann ist „Effektiv im Büro“ der richtige, aufbauende Kurs für Sie!

Der Kursinhalt des Kurses Effektiv im Büro kann je nach Wünschen der Kursteilnehmenden variieren.

Feste Inhalte in Word sind :

- Seriendruck
 - für Serien-Umschläge und Etiketten
 - für Serienbriefe mit unterschiedlichem Einsatz der Wenn-Dann-Regel
 - für Serien-E-Mails Schnellbausteine / AutoTexte (früher: Textbausteine)
 - für wiederholende Textpassagen
 - für Kopf- /Fußzeile
 - für Schnelltabellen Formatvorlagen
- Einsatz der Überschriftenformatvorlagen für ein Inhaltsverzeichnis
- Erstellung eigener Formatvorlagen

Feste Inhalte in Excel sind:

- Datenlisten in Excel sortieren und filtern
- Verknüpfungen zwischen Zellen, Tabellenblätter, Exceldateien, MS-Anwendungen
- Zellschutz auf verschiedenen Ebenen
- Weitere Formeln: u.a. Verweisfunktionen und Funktionen mit Bedingungen Bedingte Formatierung.

Kornelia Diehl

freitags und donnerstags, 18:00 - 21:00 Uhr
Termine: 03./09./10./16./17./23./24.05.2019
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
7 Termine (28 Ustd.), Gebühr: 154,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 23.04.2019

A1913376 Dokumente und Dateien verwalten unter Windows

Udo Frevel

Dienstag, 19.02.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
Mittwoch, 20.02.2019, 18:00 - 20:15 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
2 Termine (6 Ustd.), Gebühr: 33,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.02.2019

A1913380 Kreatives Gestalten mit Microsoft Word

Das Gewicht dieser Schulungstage liegt eindeutig auf einem Gestalten von ansehnlichen, meist einseitigen Texten, wie z.B. Infoblätter, Handzettel, Flyer, Prospekte, Unterrichtsmaterialien, Einladungen und Plakaten. In vielen Übungsbeispielen trainieren Sie den Umgang mit Grafiken, Formen, Textfeldern, Word- und Smart-Arts.

Kornelia Diehl

Beginn: 17.06.2019, montags, 18:00 - 21:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
3 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 66,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 03.06.2019

A1913381 Umfangreiche Dokumente mit MS-Word

Kornelia Diehl

Beginn: 18.03.2019, montags, 18:00 - 21:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
3 Termine (12 Ustd.), Gebühr: 66,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 05.03.2019

A1913382 Textverarbeitung mit MS-Word Arbeiten mit Serienbriefen

Kornelia Diehl

Samstag, 18.05.2019, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.), Gebühr: 44,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 06.05.2019

A1913384 Tabellenkalkulation mit MS-Excel - Einführung

Kornelia Diehl

Freitag, 22.03.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 23. und 30.03.2019, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3

3 Termine (20 Ustd.),
Gebühr: 110,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 10.03.2019

A1913385 Themenspezial Excel: Effektives Arbeiten mit Formeln

Martina Wilsinger

Samstag, 25.05.2019, 09:00 - 16:00 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
8 Ustd., Gebühr: 44,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 13.05.2019

A1913388 Organisation und Kommunikation mit Outlook

Ingo Wilsinger

Samstag, 11.05.2019, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
1 Termin (8 Ustd.),
Gebühr: 44,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 28.04.2019

A1913389 Präsentationsgestaltung mit MS-PowerPoint Einführung

Ingo Wilsinger

Freitag, 14.06.2019, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 15.06.2019, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
12 Ustd.,
Gebühr: 66,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 03.06.2019

A1913390 IT-Sicherheit für ältere Anwender

Sie sind durchaus noch fit und aktiv, fühlen sich aber mit der neuen Technik nicht immer ganz sicher? Sie wollen wissen, wie Sie Ihr Smartphone richtig nutzen und absichern können? Der Virenschanner und eine Firewall auf Ihrem privaten PC sind für Sie ein Buch mit sieben Siegeln? Diese und viele andere Fragen werden wir in diesem Kurs gemeinsam besprechen und klären.

Bastian Friedrich

Montag, 18.03.2019, 14:00 - 16:45 Uhr,
VHS Oberberg, Gummersbach, Mühlenbergweg 3
3 Ustd.,
Gebühr: 15,00 EUR
Schriftliche Anmeldung/Abmeldung bis 04.03.2019

Informationen zu den Computerkursen der VHS Oberberg erhalten Sie

- unter 02261 8190-13
- unter www.vhs-oberberg.de
- im Gesamtprogrammheft.

Anmeldung

Ihre **Anmeldung** ist verbindlich und wird von der VHS Oberberg nicht bestätigt. Mit Ihrer Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung der Kursgebühr. Bitte beachten Sie, dass eine Kursbuchung nur mit der Erteilung der **SEPA-Einzugsermächtigung** (siehe SEPA-Mandat) möglich ist.

Ihre Anmeldung muss **bis 5 Werktage vor Kursbeginn** vorliegen. Die Gebühr wird nach Kursbeginn eingezogen.

Eine **kostenfreie Abmeldung** kann nur **bis 5 Werktage vor Kursbeginn** - sofern keine anderen Fristen ausgeschrieben sind - unter Angabe der Kursnummer **schriftlich** ohne Angabe von Gründen bei der **Volkshochschule Oberberg, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach** erfolgen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Senden Sie bitte Ihre Anmeldung zusammen mit dem umseitig ausgefüllten SEPA-Mandat in einem verschlossenen Umschlag an die Volkshochschule Oberberg in Ihrer **Stadt** oder **Gemeinde**. Sollten Sie bereits in den letzten 36 Monaten ein SEPA-Mandat erteilt haben, brauchen Sie das SEPA-Mandat nicht erneut erteilen!

Bitte beachten Sie auch die Möglichkeit einer Online-Anmeldung unter www.vhs-oberberg.de

Ihre Anmeldung mit Lastschriftermächtigung (Siehe SEPA-Mandat)

Bitte gut lesbar ausfüllen!

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs der VHS Oberberg an und akzeptiere die allgemeinen Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung: (* = Pflichtfelder)

Kurs-Nummer* Geburtsjahr*: _____ Geschlecht*: männlich weiblich

Name, Vorname* _____

Straße, Hausnummer* _____

PLZ, Wohnort* _____

(Vorwahl) Telefon _____

Mobilfunknummer _____

E-Mail _____

Ihre Telefonnummer und E-Mail-Adresse hilft uns, Sie kurzfristig zu benachrichtigen!

Datum / Ort / Unterschrift* _____

Die ausführlichen Teilnahmebedingungen und die Datenschutzerklärung der VHS Oberberg finden Sie unter www.vhs-oberberg.de und im Hauptheft.

„Zeichen setzen“



Für Sie im Oberbergischen!

Das DRK Oberbergischer Kreis e.V. bietet neben vieler ehrenamtlicher Möglichkeiten auch soziale Dienste und Hilfe an!

Hier eine Auswahl mit Ihren Ansprechpartnern:



Deutscher Roter Hausnotruf

- Hausnotruf

Ansprechpartner
Frau Blumberg
Telefon 02261 309-25



Deutsches Rotes Pflaster

- Erste Hilfe Ausbildung

Ansprechpartner
Frau Janto
Telefon 02261 309-24



Deutsches Rotes Flugzeug

- Rückkehrberatung

Ansprechpartner
Herr Ufer
Telefon 02261 309-41



Deutsches Rotes Team

- Ehrenamt

Ansprechpartner
Herr Kurz
Telefon 02261 309-13

Viele weiteren Dienste und Hilfe finden Sie beim:

DRK Kreisverband Oberberg e.V.

Industriestraße 2 · 51643 Gummersbach · Telefon 02261 309-0