



Volkshochschule
Rhein-Pfalz-Kreis

Bitte beachten:
Das Programm für das 1. Semester 2025 wird
nur einmal komplett im Amtsblatt abgedruckt!



zukunftsorort vhs
Kompetenz für morgen

Bild: Gettyimages 1919231963



www.vhs-rpk.de

2025 Frühjahr
Sommer **1**
Verbandsgemeinde
Rheinauen

Vorträge – 1. Semester 2025

(Bitte merken Sie sich diese Termine vor!)

ALTRIP

Pflegebedürftig - Was nun?!?

Ein Überblick über das Leistungsrecht der Pflegeversicherung und die Hilfen ambulanter Versorgung in der Region

Bei Pflegebedürftigkeit stellen sich ganz plötzlich viele Fragen. Vieles ist zu erledigen, aber die ganze Thematik Pflege ist meist nicht bekannt: Wer bekommt einen Pflegegrad? Wie sieht es mit der Kostenübernahme aus? Wo beantrage ich was? Dies sind nur einige Fragen, die sich stellen, wenn man die Pflege eines Angehörigen zu organisieren hat.

Je früher man sich mit dem Thema beschäftigt, desto gründlicher kann die Vorbereitung sein, um im Fall der Pflegebedürftigkeit die richtigen Entscheidungen treffen zu können.

Referentinnen: Britta Schwarz & Christine Traxel, Pflegestützpunkt Limburgerhof (zuständig für Mutterstadt, Limburgerhof und Rheinauen)

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Britta Schwarz, Christine Traxel
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)

J103102A01 Termin(e): 1 x am Di. 04.02.25, 18.00 - 19.30 Uhr

NEUHOFEN

En passant par la Lorraine - Kunst und Kultur in Lothringen

Der Vortrag führt durch das „Salzland“ rund um Marsal in den Lothringer Naturpark, zu den Schlössern von Lunéville und Commercy und zu den Bädern am Fuße der Vogesen.

Wir besuchen die Künstler Marc Chagall, Georges de la Tour und Claude Lorrain, begeistern uns am Papier-Museum in Epinal, an der Place Stanislas in Nancy und dem dortigen Jugendstil-Museum und besichtigen das Centre Pompidou sowie die großartige Kathedrale in Metz.

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Ulrich Leist
Gebühr: 5,00 €

J109412N01 Termin(e): 1 x am Mi. 19.03.25, 19.00 - 20.30 Uhr

WALDSEE

Was macht die Gemeindegeschwester plus?

Themenschwerpunkt: Hausnotruf

Die meisten Menschen möchten auch im Alter so lange wie möglich in ihrem Haus oder ihrer vertrauten Wohnung leben, auch wenn der Alltag beschwerlicher wird.

Das Angebot der Gemeindegeschwester plus bietet individuelle Beratung und Hilfestellungen für Menschen, die noch nicht pflegebedürftig sind, damit dieser Wunsch unterstützt werden kann. In diesem Vortrag stellt die Gemeindegeschwester plus sich und ihr Angebot vor. Außerdem geht es um das Thema „Selbständig zu Hause bleiben mit dem Hausnotruf - wichtige Informationen rund um den kleinen roten Knopf“.

Referentin: Maren Schneider, Gemeindegeschwester plus (zuständig für die VG Rheinauen, GV Mutterstadt, GV Limburgerhof und GV Böhl-Iggelheim)

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum,
Kleiner Saal

Referent/in: Maren Schneider
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)

J103104W01 Termin(e): 1 x am Di. 28.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Friesland - zwischen Emsland und Jadebusen

An der deutschen Nordseeküste liegt eine Region mit Leuchttürmen hinter hohen Deichen, Häfen voller Krabbenkutter, einem der schiefsten Kirchtürme der Welt, Wasserburgen und romanischen Dorfkirchen, prachtvollen Städten wie Leer und Jever, dem See- und Militärhafen Wilhelmshaven und der Künstlerkolonie Dangast am Jadebusen. Man wadet durchs Wattenmeer und grüßt auch abends mit „Moin“.

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Ulrich Leist

Gebühr: 5,00 €

J109408W01 Termin(e): 1 x am Mi. 05.02.25, 19.30 - 21.00 Uhr

Zur Vogelbeobachtung nach Texel / Westfriesland

Die westlichste der Inseln vor der Küste der Niederlande ist auch die größte - und das nicht nur in geographischer Hinsicht: Texel ist nämlich ein Paradies für Ornithologen und Bird-watcher. Tausende, mitunter Zehntausende von Zugvögeln und Brutvögeln besuchen jedes Jahr das Eiland, um dort zu rasten oder zu brüten. Enten, Möwen und Reiher, Löffler, viele verschiedene Wat- und Singvögel können recht gut beobachtet werden. Auch Wanderer und Radler schätzen die Insel, ihre kleinen lebhaften Städtchen und ihre feinen Sandstrände.

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Ulrich Leist

Gebühr: 5,00 €

J109409W01 Termin(e): 1 x am Mi. 26.02.25, 19.30 - 21.00 Uhr

Mit spitzer Feder - Karikaturen in Wort und Bild

Gerard Hoffnung zum 100. Geburtstag

„Der Moralist pflegt seiner Epoche [...] einen Zerrspiegel vorzuhalten. Die Karikatur [...] ist das Äußerste, was er vermag.“ Dies wusste Erich Kästner wie seine Kollegen Wilhelm Busch, Lorient, e.o.plauen und andere mehr mit viel Humor und Menschenliebe ins Bewusstsein von Kindern und Kindgebliebenen wort- und bildgewaltig einzugravieren.

Insbesondere der aus Berlin stammende Gerard Hoffnung zählt zu den bekanntesten Schöpfern von Cartoons vor allem im Bereich der klassischen Musik, welche er in den 1950er Jahren mit kultigen Festivals in altherwürdigen Londoner Konzertsälen zum Leben erweckte.

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum

Referent/in: Dr. Anja Pohnsner

Gebühr: 5,00 €

J200107W01 Termin(e): 1 x am Di. 25.03.25, 19.00 - 21.00 Uhr

Mit Hochsensibilität achtsam leben

Sind Ihnen Lärm und grelles Licht schnell zu viel? Benötigen Sie regelmäßigen Rückzug aus der lauten und hektischen Welt? Haben Sie intensive Gefühle und sehr viel Phantasie? Hochsensibilität ist eine besondere Charaktereigenschaft, sehr „fein“ wahrzunehmen und zu fühlen. Diese Begabung kann unseren Alltag vielfältig bereichern. Gleichzeitig stellt uns solche Feinsinnigkeit immer wieder vor Herausforderungen und braucht unseren besonderen Schutz vor Reizüberflutung.

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum,
Kleiner Saal

Referent/in: Daniela Heil

Gebühr: 12,00 €

J106001W01 Termin(e): 1 x am Di. 27.05.25, 18.30 - 20.45 Uhr

„Faust“ multimedial - Thomas Mann zum 150. Geburtstag

Der durch Goethes Meisterwerk als „urdeutsch“ einverleibte Stoff des geheimnisumwobenen mittelalterlichen Schwarzkünstlers Dr. Johann Faustus, der zur Wiedererlangung seiner Jugend sogar einen Pakt mit dem Teufel eingeht, regte von jeher auch die Phantasie von Komponisten aller Nationalitäten an.

Insbesondere im romanischen Raum setzten sich zahlreiche Bearbeiter wie Berlioz, Gounod oder Arrigo Boito in verschiedenen musikalischen Gattungen mit dem dankbaren Sujet auseinander.

Aber auch im jüngeren Medium Film wurde der Stoff sehr inspiriert und vielfältig umgesetzt, von Murnaus Stummfilm über die Gründgens-Inszenierung bis hin zu freien Adaptionen wie „Mephisto“ von István Szabó.

Einen Höhepunkt bildet Thomas Manns Roman von 1947, in welchem er die Figur des Dr. Faustus als wahren „Repräsentanten der deutschen Seele“ zum Musiker werden lässt.

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum
Referent/in: Dr. Anja Pohnsner

Gebühr: 5,00 €
J200107W02 Termin(e): 1 x am Fr. 06.06.25, 19.00 - 21.00 Uhr

Arthrose Hüfte-Knie-Schulter

Professor Dr. med. Johannes Stöve, Chefarzt der Orthopädischen und Unfallchirurgischen Klinik im St. Marienkrankenhaus Ludwigshafen, beleuchtet in diesem Vortrag Arthrose und was Betroffene selbst tun können, um ihre Lebensqualität zu verbessern.

Ort: Waldsee, Kath. Pfarrzentrum
Referent/in: Prof. Dr. Johannes Stöve
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)
J304221W01 Termin(e): 1 x am Di. 04.02.25, 18.30 - 20.00 Uhr



Verbandsgemeinde Rheinauen

Die neuen VHS-Programme für das 1. Semester 2025 treffen am 11. Dezember 2024 ein, Anmeldungen sind ab diesem Zeitpunkt möglich.

Sie liegen wie immer in den Rathäusern, bei Ärzten, Apotheken, in Büchereien,
im PC-Treff und verschiedenen Geschäften aus!

Altrip

Anmeldungen unter:
online www.vhs-rpk.de
oder
Brigitte Domke
Tel. 06236 4182-103
E-Mail: KVHS-Rheinauen@vhs-rpk.de
Örtl. Leiterin: Sibylle Hagedorn

- Investmentfonds als Alternative zur Einzelanlage

Ort: Online + Altrip, Waldpark
Referent/in: Rainer Daumann
Gebühr: 140,00 €

inkl. Verbrauchsmaterial und Geräte-
nutzung (Kettensäge, Kraftstoff und
Betriebsmittel, benötigtes Instandset-
zungs- und sonstiges Werkzeug,
Übungsholz, Sägeböcke)

Für die persönliche Schutzausrüstung
(Helm mit Visier und Gehörschutz,
Handschuhe, Schnitenschutzstiefel,
Schnitenschutzhose) werden zusätzlich
je nach individuellem Bedarf bis zu
20,00 Euro vom Referenten in Rech-
nung gestellt.

J104115A01 Termin(e): Fr. 07.02.25, 19.00 - 21.15 Uhr
Sa. 08.02.25, 09.00 - 12.45 Uhr

GESELLSCHAFT UND UMWELT

Motorsägenkurs für Brennholz-Selbstwerber*innen (teilweise online)

Der Dozent ist Diplom-Bankbetriebswirt und beleuchtet unter anderem folgende Themen:

- Grundbegriffe der Börse
- Basiswissen über Wertpapiere
- Was ist eine Aktie?
- Anleihen und Inflation
- Beachtenswertes beim Handel über die Bank

Alles über Aktien & Co.: Lernen Sie Börse!

Dieses Seminar richtet sich an alle, die bankenunabhängig Grundlegendes über die Geldanlage und Vermögensbildung erfahren wollen.

- Grundbegriffe der Börse
- Basiswissen über Wertpapiere
- Was ist eine Aktie?

- Anleihen und Inflation
 - Beachtenswertes beim Handel über die Bank
 - Investmentfonds als Alternative zur Einzelanlage
- Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Harald Drescher
Gebühr: 13,00 / 19,00 € (6-7 TN) /
23,00 € (5 TN)

J103005A01 Termin(e): 1 x am Di. 18.02.25, 18.00 - 21.30 Uhr

KULTUR UND GESTALTEN

Malen nach Bob Ross® - Tagesseminar „Kirschblüten“

Ölmalerei in Nass-in-Nass-Technik

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher.

Alle sonstigen notwendigen Materialien werden gegen eine Materialumlage, die in der Gebühr enthalten ist, zur Verfügung gestellt: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Sonja Blügel
Gebühr: 62,00 / 78,00 € (6-7 TN)

inkl. 36,00 € Materialkosten
(in der Kursgebühr enthalten)

J207220A01 Termin(e): 1 x am So. 09.02.25, 10.30 - 17.00 Uhr

Malen nach Bob Ross® - Tagesseminar „Ballon“

Ölmalerei in Nass-in-Nass-Technik

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher. Alle sonstigen notwendigen Materialien werden gegen eine Materialumlage, die in der Gebühr enthalten ist, zur Verfügung gestellt: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Sonja Blügel
Gebühr: 62,00 / 78,00 € (6-7 TN)

inkl. 36,00 € Materialkosten
(in der Kursgebühr enthalten)

J207220A02 Termin(e): 1 x am So. 06.07.25, 10.30 - 17.00 Uhr

Kalligrafie: Schwungbuchstaben nach Sherri Kiesel

Bitte mitbringen: wasserfeste Fineliner (schwarz, Stärke 1 und/oder 0,5), Bleistift, Lineal, Radiergummi, Skizzenpapier, Aquarellfarben und Pinsel und – wenn vorhanden: Redis- und Bandzugfedern, Tinte, Buntstifte, farbige Fineliner.

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)
zzgl. 5,00 € Materialkosten
(an die Dozentin)

J207729A01 Termin(e): Sa. 10.05.25, 10.00 - 16.00 Uhr
So. 11.05.25, 10.00 - 13.00 Uhr

Industriekultur: Blaue Stunde am Rheinufer

Bitte mitbringen: eigene Kamera, Fernauslöser, stabiles Stativ, geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten. Nützlich sein können eine kleine Taschenlampe sowie eine Regenschutzhülle für die Kamera (Plastiktüte und Schere reichen auch).

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Ulrich Oberst
Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) /
39,00 € (5 TN)
(nicht ermäßigbar)

J211301A01 Termin(e): 2 x ab Fr. 04.04.25, 18.00 - 21.00 Uhr

Morgenrot am Rheinufer

Die Fotografie in der Morgendämmerung und bei wenig Licht hat einen besonderen Reiz. Sie erfordert meist lange Belichtungszeiten und ist ein spannungsreiches Feld für fotografische Versuche.

Die Welt erscheint in einem ganz anderen Licht und wirkt zu dieser Zeit besonders reizvoll.

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Ulrich Oberst
Gebühr: 19,00 / 28,00 € (6-7 TN) /
33,00 € (5 TN)
(nicht ermäßigbar)

J211301A02 Termin(e): Fr. 07.03.25, 06.15 - 08.15 Uhr
Fr. 14.03.25, 18.00 - 21.00 Uhr

Mundharmonika: Folk- & Countryharp 1

Wie kein anderes Instrument lässt sich die Mundharmonika leicht überall hin mitnehmen und ist vor allem einfach zu erlernen, weil keine besondere Begabung oder Notenkenntnisse vorausgesetzt werden - der ideale Musik-Einstieg für Anfänger*innen! Bitte mitbringen: Getränk und eine Harp in C-Dur mit 10 ungeteilten Kanälen nach dem System Richter (kann auch im Kurs ab 30,- € erworben werden)

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Didi Neumann
Gebühr: 39,00 / 55,00 € (6-7 TN)

J213302A02 Termin(e): 1 x am Sa. 11.01.25, 11.00 - 18.00 Uhr

Mundharmonika: Bluesharp 1

Bitte mitbringen: Getränk und eine Harp in C-Dur mit 10 ungeteilten Kanälen nach dem System Richter (kann auch im Kurs ab 30,00 € erworben werden)

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Didi Neumann
Gebühr: 39,00 / 55,00 € (6-7 TN)

J213302A03 Termin(e): 1 x am Sa. 03.05.25, 11.00 - 18.00 Uhr

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Hatha-Yoga - in allen Ebenen des Seins

Bitte mitbringen: Übungsunterlage wie z.B. Yoga- oder Campingmatte und Decke; die zu tragende helle Kleidung soll bequem sein.

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Ernst Frattini
Gebühr: 96,00 / 120,00 € (8-9 TN) /
176,00 € (6-7 TN)
(nicht ermäßigbar)

J301106A01 Termin(e): 16 x ab Di. 14.01.25, 16.00 - 17.30 Uhr

J301106A02 Termin(e): 16 x ab Di. 14.01.25, 17.45 - 19.15 Uhr

J301106A03 Termin(e): 16 x ab Di. 14.01.25, 19.30 - 21.00 Uhr

J301106A04 Termin(e): 16 x ab Mi. 15.01.25, 17.45 - 19.15 Uhr

J301106A05 Termin(e): 16 x ab Mi. 15.01.25, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Seniorinnen und Senioren

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) /
63,00 € (5 TN)
(nicht ermäßigbar)

J301108A01 Termin(e): 6 x ab Di. 14.01.25, 10.00 - 11.30 Uhr

Gebühr: 59,00 / 87,00 € (6-7 TN) /
104,00 € (5 TN)

J301108A03 Termin(e): 10 x ab Di. 29.04.25, 10.00 - 11.30 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm
Referent/in: Nicole Burmann

- Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) / 63,00 € (5 TN)
- J301109A02** Termin(e): 6 x ab Di. 25.02.25, 10.00 - 11.30 Uhr
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
- J302166A01** Termin(e): 6 x ab Do. 16.01.25, 10.00 - 11.00 Uhr
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
- J302166A02** Termin(e): 6 x ab Do. 27.02.25, 10.00 - 11.00 Uhr
Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN)
- J302166A03** Termin(e): 7 x ab Do. 08.05.25, 10.00 - 11.00 Uhr

Whisky-Seminar: Faszination des Augenblicks - Einzelfassabfüllungen

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Kerstin und Martin Scholl
Gebühr: 48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 7 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

- J305725A01** Termin(e): 1 x am Sa. 01.02.25, 19.00 - 22.00 Uhr

Whisky-Seminar: Mystery Tasting

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Kerstin und Martin Scholl
Gebühr: 48,00 / 59,00 € (6-7 TN) / 62,00 € (5 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 7 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

- J305727A01** Termin(e): 1 x am Fr. 21.03.25, 19.00 - 22.00 Uhr

Whisky-Seminar: Open Bottle - Open Whisky Talk

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3
Referent/in: Kerstin und Martin Scholl
Gebühr: 43,00 / 49,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (5 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 7 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

- J305728A01** Termin(e): 1 x am Fr. 04.04.25, 19.00 - 22.00 Uhr

SPRACHEN

English B1.3

Learning and practising English in a relaxed atmosphere: a mix of learning on the basis of the course book and talking about topics and recent events in the English speaking world.

We work with newspaper articles, songs, poems, inspiring pictures and many other additional material on regional studies and focus on free conversation as well as our study book.

Lerntempo: entspannt

Bitte mitbringen: Fairway 2; ab Unit 12/13

Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Annette Neidlinger-Hefe
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) / 97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

- J406332A16** Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 19.00 - 20.30 Uhr

- J406332A17** Termin(e): 10 x ab Di. 01.04.25, 19.00 - 20.30 Uhr

Talking Time - English Conversation B1/B2

We love to talk! A conversation class in a relaxed and friendly atmosphere. This course is a fun way to practice and improve your speaking and listening skills and promotes interesting conversation for students. Feel free to join us when your level of English understanding is B1/B2. Class will take place during autumn holidays.

- Ort: Altrip, Max-Schule
Referent/in: Samantha Beadle
Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) / 107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)
- J406372A07** Termin(e): 11 x ab Fr. 17.01.25, 10.00 - 11.30 Uhr
Gebühr: 39,00 / 57,00 € (6-7 TN) / 68,00 € (5 TN) / 98,00 € (4 TN)
- J406372A08** Termin(e): 7 x ab Fr. 16.05.25, 10.00 - 11.30 Uhr

Neuhofen

Anmeldungen unter:
online www.vhs-rpk.de

oder

Fabienne Lorenz oder Simone Schmitt

Tel. 06236 4182-0

E-Mail: KVHS-Rheinauen@vhs-rpk.de

Örtl. Leiterin: Fabienne Lorenz

ENTSPANNUNG & GESUNDHEIT

Hatha-Yoga für den Rücken

Mit Yoga-Übungen speziell für den Rücken werden Verspannungen gelöst und die betroffene Muskulatur gekräftigt. Ihre individuellen körperlichen Thematiken werden dabei gerne berücksichtigt. Durch den Fokus auf Achtsamkeit, Bewegung und Atmung kann sich der Körper langfristig besser entspannen und zur Ruhe kommen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Decke

Ort: Neuhofen, Sporthalle Jahnstraße

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) / 63,00 € (5 TN)

- J301134N01** Termin(e): 6 x ab Mi. 15.01.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) / 63,00 € (5 TN)

- J301134N02** Termin(e): 6 x ab Mi. 26.02.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Gebühr: 59,00 / 87,00 € (6-7 TN) / 104,00 € (5 TN)

- J301134N03** Termin(e): 10 x ab Mi. 30.04.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie auf schonende Weise effizient ihren Rücken stärken können. Sie lernen, mit gezielter Wirbelsäulengymnastik, Wahrnehmungsübungen und Anleitungen zur Entspannung den notwendigen Ausgleich für die Belastungen Ihres Rückens im Alltag zu schaffen. Praxisnahe Tipps werden durch Informationen über die Zusammenhänge ergänzt. Ziel ist die Förderung Ihrer Gesundheit und die Vermeidung von Rückenbeschwerden. Um eine Therapie handelt es sich nicht. Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Ort: Neuhofen, Sporthalle Jahnstraße

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN) / 42,00 € (5 TN)

- J302120N01** Termin(e): 6 x ab Mi. 15.01.25, 10.40 - 11.40 Uhr

Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN) / 42,00 € (5 TN)

- J302120N02** Termin(e): 6 x ab Mi. 26.02.25, 10.40 - 11.40 Uhr

Gebühr: 40,00 / 58,00 € (6-7 TN) / 69,00 € (5 TN)

J302120N03 Termin(e): 10 x ab Mi. 30.04.25, 10.40 - 11.40 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Stehen, Gehen und Sitzen

Einfache Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnungs-Übungen im Stehen, Gehen und Sitzen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Keine Bodenübungen!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Turnschuhe

Ort: Neuhofen, Sporthalle Jahnstraße

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 18,00 / 26,00 € (6-7 TN)

J302169N01 Termin(e): 6 x ab Mi. 15.01.25, 11.45 - 12.30 Uhr

Gebühr: 18,00 / 26,00 € (6-7 TN)

J302169N02 Termin(e): 6 x ab Mi. 26.02.25, 11.45 - 12.30 Uhr

Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)

J302169N03 Termin(e): 10 x ab Mi. 30.04.25, 11.45 - 12.30 Uhr

SPRACHEN

Join us! - Englisch A1.1

Erster Folgekurs des im September gestarteten Anfängerkurses für Teilnehmer*innen ohne oder mit nur ganz geringen Vorkenntnissen. Wir arbeiten uns entspannt durch das Buch „At your Leisure - Englisch mit Zeit und Muße“ A1 und bauen uns in gemütlicher Runde spielerisch ein stabiles Fundament für ein brauchbares Alltagsenglisch, das uns zu einfachen Unterhaltungen befähigt.

Bitte mitbringen: At your leisure. Englisch mit Zeit und Muße A1, Hueber Verlag

ISBN 978 3 19 009599 5, ab Lektion 3 oder 4

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Carmen Haag

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J406111N02 Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 11.15 - 12.45 Uhr

Join us! - Englisch A1.2

Bitte mitbringen: At your leisure. Englisch mit Zeit und Muße A1, Hueber Verlag

ISBN 978 3 19 009599 5, voraussichtlich ab Lektion 5

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Carmen Haag

Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) /

117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)

J406121N03 Termin(e): 12 x ab Di. 08.04.25, 11.15 - 12.45 Uhr

Let's Enjoy English A2.3

Bitte mitbringen: Let's enjoy English A2.2, Klett Verlag

ISBN 978-3-12-501638-5

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Uwe Schulz

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J406231N13 Termin(e): 10 x ab Do. 16.01.25, 17.30 - 19.00 Uhr

J406231N14 Termin(e): 10 x ab Do. 10.04.25, 17.30 - 19.00 Uhr

English - Refresher Course B2

Bitte mitbringen: A new Start - Refresher B2, Cornelsen Verlag; Lektion 7; Zusatzmaterialien wie z.B. Murphy: English Grammar in Use; Spotlight; BBC 6 mins English werden in den Kurs integriert.

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Dr. Joachim Feldes

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J406452N19 Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 09.00 - 10.30 Uhr

J406452N20 Termin(e): 10 x ab Di. 29.04.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Italienisch für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse A1.1

Ein Italienischkurs für Interessierte ohne Vorkenntnisse in der italienischen Sprache: Die muttersprachliche Dozentin erarbeitet mit Ihnen mithilfe des Kursbuchs Dieci einen Grundwortschatz und macht Sie mit der ersten, grundlegenden Grammatik vertraut. Bitte mitbringen: Dieci A1, Hueber Verlag, ISBN 978-319-005647-7 ab Lektion 1

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Deborah Ferreri

Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) /

117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)

J409101N01 Termin(e): 12 x ab Mo. 13.01.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Italienisch A1.1 Folgekurs

Folgekurs des im Januar 2025 neu gestarteten Anfänger*innenkurses.

Bitte mitbringen: Dieci A1, Hueber Verlag, ISBN 978-319-005647-7; voraussichtlich ab Lektion 3

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Deborah Ferreri

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J409101N02 Termin(e): 10 x ab Mo. 28.04.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Italienisch A2.2

Bitte mitbringen: Dieci - lezioni di italiano A2, Hueber Verlag, ab Lektion 4/ 5

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J409221N11 Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 17.30 - 19.00 Uhr

Gebühr: 66,00 / 97,00 € (6-7 TN) /

117,00 € (5 TN) / 168,00 € (4 TN)

J409221N12 Termin(e): 12 x ab Di. 08.04.25, 17.30 - 19.00 Uhr

Spanisch B1.2

Bitte mitbringen: Impresiones B1, Hueber Verlag + Material der Dozentin (Videos, Bücher, Spiele, etc.), voraussichtlich ab Lektion 3

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Silvia Albert Abella

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

***vhs - Hier ist für JEDEN
etwas dabei!***

J422321N16 Termin(e): 10 x ab Mo. 13.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr
Gebühr: 39,00 / 57,00 € (6-7 TN) /
68,00 € (5 TN) / 98,00 € (4 TN)

J422321N17 Termin(e): 7 x ab Mo. 05.05.25, 18.00 - 19.30 Uhr

JUNGE VHS

Selbstbehauptung für Mädchen und Jungen im Grundschulalter (6-10)

In diesem Training wird das Selbstbewusstsein und natürliche Selbstvertrauen der Kinder gestärkt.

Durch spezielle Übungen und altersgerechte Rollenspiele erfahren die Jungen und Mädchen, wie sie sich verbal frühzeitig abgrenzen können, damit sie erst gar nicht in eine kritische Situation kommen.

Ziel des Kurses ist es, solche Situationen bereits im Vorfeld zu erkennen und durch Einsatz verbaler und nonverbaler Mittel zu entschärfen, bspw. durch deutliches Abgrenzen mit Worten und Körpersprache („Stopp - nicht mit mir!“).

Für den Notfall lernen die Kinder sich mit ausgewählten Selbstverteidigungs- und Selbstschutztechniken zu wehren.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer
über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Simone Schalkowsky

Gebühr: 27,00 / 33,00 € (6-7 TN)
inkl. Begleitheft „Papperlapapp! -
Das Magazin für starke Kinder“

J909178N01 Termin(e): 4 x ab Mi. 14.05.25, 16.30 - 17.30 Uhr

Otterstadt – Waldsee

Anmeldungen unter:
online www.vhs-rpk.de

oder

Brigitte Domke

Tel. 06236 4182-103

E-Mail: KVHS-Rheinauen@vhs-rpk.de

Örtl. Leiterin: Gitta Eckrich

KULTUR UND GESTALTEN

Aquarell für Einsteiger*innen

Aquarell ist eine der faszinierendsten Techniken der Malerei. Wir erlernen die Grundtechniken der Aquarellmalerei und malen sowohl vom Foto ab, als auch in der freien Natur.

Die Auswahl der Motive wird dabei variieren, und wir werden die Ergebnisse in der Gruppe besprechen.

Angesprochen sind neben Erwachsenen auch Jugendliche.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellblock DIN A3 (250 g), verschiedene Pinsel, Bleistift, Radiergummi, verschließbares Wassergefäß (z.B. Gurkenglas), Lappen.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller
Eingang: Schulstraße gegenüber
Haus-Nr. 38
Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Valentin Krayl

Gebühr: 57,00 / 83,00 € (6-7 TN)

J207258W01 Termin(e): Sa. 08.03.25 10.00 - 15.00 Uhr
Sa. 22.03.25 10.00 - 15.00 Uhr
Sa. 05.04.25 10.00 - 15.00 Uhr

J207258W02 Termin(e): Sa. 10.05.25 10.00 - 15.00 Uhr
Sa. 24.05.25 10.00 - 15.00 Uhr
Sa. 07.06.25 10.00 - 15.00 Uhr

Visual Storytelling

Auf dem Weg zum „Bilder erzählen lassen“

Bilder bleiben im Gedächtnis.

Wir können Bilder viel besser zur Kommunikation nutzen als Schrift oder Sprache. Jedes Comic, jeder Cartoon, jede Bilder-geschichte ist „Visual Storytelling“.

Angesprochen sind neben Erwachsenen auch Jugendliche.

Bitte mitbringen: Materialien wie Zeichenblock, DinA3, Lieblingsstifte (Buntstifte, Fasermarker...), Bleistifte, evtl. Tusche und Feder, Aquarellfarben.

Alles Weitere wird beim ersten Termin geklärt.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller

Eingang: Schulstraße gegenüber
Haus-Nr. 38

Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Valentin Krayl

Gebühr: 77,00 / 110,00 € (6-7 TN)

J207610W01 Termin(e): Sa. 08.03.25 16.00 - 19.00 Uhr
Sa. 22.03.25 16.00 - 19.00 Uhr
Sa. 05.04.25 16.00 - 19.00 Uhr
Sa. 10.05.25 16.00 - 19.00 Uhr
Sa. 24.05.25 16.00 - 19.00 Uhr
Sa. 07.06.25 16.00 - 19.00 Uhr

Kalligrafische Buchstabenspiele

Aus 26 Möglichkeiten des Alphabets wählen Sie Ihre Lieblingsbuchstaben aus. Mit diesen einzelnen Buchstaben werden Sie viele gestalterische Möglichkeiten entwickeln.

Bei Kursende verfügen Sie über eine Ideensammlung in Form eines Leporello-Büchleins. Für die Leporello-Hülle und die Papiere entstehen Materialkosten in Höhe von 3,00 €.

Bitte mitbringen: verschiedene Fineliner, Bleistift, Lineal, Radiergummi und, wenn vorhanden, Redis- und Bandzugfedern, Tinten, Buntstifte, Aquarellfarben und Pinsel.

Weitere benötigte Arbeitsmaterialien stehen im Kurs zur Verfügung.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller

Eingang: Schulstraße gegenüber
Haus-Nr. 38

Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Gudrun Gratz-Fister

Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)

zzgl. 3,00 € Materialkosten
(an die Dozentin)

J207725W01 Termin(e): Sa. 17.05.25 10.00 - 16.00 Uhr
So. 18.05.25 10.00 - 13.00 Uhr

Bildhauerei in Sandstein

Workshop im Freien

Aus dem einheimischen roten pfälzischen Sandstein gestalten Sie innerhalb von drei Tagen eine ausgearbeitete Skulptur. Mit Hilfe von einfachem Werkzeug wie Fäustel und Meißel, Ihrer Fantasie, ein bisschen Kraft und Geduld und der Erfahrung des Dozenten, können Sie eine Skulptur erschaffen.

Jede*r bearbeitet den Stein nach seinem/ihrer eigenen Tempo. Der Dozent berät und unterstützt die Teilnehmenden bezüglich der persönlichen Bedürfnisse, Arbeitsweise und Vorstellungen. Auf dem großzügigen Gelände der Sommerfesthalle in Waldsee kann unter freiem Himmel und am Rande des Waldes, inspiriert von der Natur gearbeitet werden.

Dieser Kurs richtet sich speziell an Anfänger*innen.

Werkzeug und Material müssen selbst besorgt und mitgebracht werden. Für Tipps zum Kauf von Stein und Anweisungen zum

Mitbringen der richtigen Materialien steht der Dozent zur Verfügung.

Ort: Waldsee, an der Sommerfesthalle, Wörthstraße (Außenbereich)
Referent/in: Fabian Bruske
Gebühr: 75,00 / 110,00 € (6-7 TN)
nicht ermäßigbar, zzgl. Materialkosten

J208002W01 Termin(e): Do. 19.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Fr. 20.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Sa. 21.06.25 10.00 - 16.00 Uhr

Bildhauerei in Sandstein

Workshop im Freien

Aus dem einheimischen roten pfälzischen Sandstein gestalten Sie innerhalb von fünf Tagen eine ausgearbeitete Skulptur.

Mit Hilfe von einfachem Werkzeug wie Fäustel und Meißel, Ihrer Fantasie, ein bisschen Kraft und Geduld und der Erfahrung des Dozenten, können Sie eine Skulptur erschaffen.

Jede*r bearbeitet den Stein nach seinem/ihrer eigenen Tempo. Der Dozent berät und unterstützt die Teilnehmenden bezüglich der persönlichen Bedürfnisse, Arbeitsweise und Vorstellungen. Auf dem großzügigen Gelände der Sommerfesthalle in Waldsee kann unter freiem Himmel und am Rande des Waldes, inspiriert von der Natur gearbeitet werden.

Dieser Kurs richtet sich speziell an Fortgeschrittene, die zuvor mindestens zwei Kurse zum Thema Bildhauerei in Stein besucht haben.

Werkzeug und Material müssen selbst besorgt und mitgebracht werden. Für Tipps zum Kauf von Stein und Anweisungen zum Mitbringen der richtigen Materialien steht der Dozent zur Verfügung.

Ort: Waldsee, an der Sommerfesthalle, Wörthstraße (Außenbereich)
Referent/in: Fabian Bruske
Gebühr: 125,00 / 184,00 € (6-7 TN)
nicht ermäßigbar, zzgl. Materialkosten

J208002W02 Termin(e): Mo. 23.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Di. 24.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Mi. 25.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Do. 26.06.25 10.00 - 16.00 Uhr
Fr. 27.06.25 10.00 - 16.00 Uhr

GESUNDHEIT

Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, eventuell Dusch-
tuch für die Matte und eine leichte Decke

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Ursula Mayer-Rentschler
Gebühr: 35,00 / 52,00 € (6-7 TN)

J301103W01 Termin(e): 7 x ab Mo. 13.01.25, 19.30 - 21.00 Uhr
Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)

J301103W02 Termin(e): 8 x ab Mo. 28.04.25, 19.30 - 21.00 Uhr
Gebühr: 25,00 / 37,00 € (6-7 TN)

J301103W03 Termin(e): 5 x ab Mo. 10.03.25, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Decke

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) /
63,00 € (5 TN)

J301110W01 Termin(e): 6 x ab Di. 14.01.25, 18.45 - 20.15 Uhr
Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) /
78,00 € (4-5 TN)

J301110W02 Termin(e): 6 x ab Di. 25.02.25, 18.45 - 20.15 Uhr
Gebühr: 59,00 / 87,00 € (6-7 TN) /

104,00 € (5 TN)

J301110W03 Termin(e): 10 x ab Di. 29.04.25, 18.45 - 20.15 Uhr

Hatha-Yoga - Einstieg bis leichte Mittelstufe

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Decke

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) /
69,00 € (5 TN)

J301113W01 Termin(e): 6 x ab Di. 14.01.25, 20.15 - 21.45 Uhr
Gebühr: 36,00 / 52,00 € (6-7 TN) /
69,00 € (5 TN)

J301113W02 Termin(e): 6 x ab Di. 25.02.25, 20.15 - 21.45 Uhr
Gebühr: 59,00 / 87,00 € (6-7 TN) /
104,00 € (5 TN)

J301113W03 Termin(e): 10 x ab Di. 29.04.25, 20.15 - 21.45 Uhr

Beckenbodenkräftigung mit Elementen aus Pilates und Wirbelsäulengymnast

Der Beckenboden ist das Fundament des Körpers - für Männer wie für Frauen.

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Katja Strunk
Gebühr: 47,00 / 69,00 € (6-7 TN)

J302115W01 Termin(e): 14 x ab Do. 16.01.25, 18.30 - 19.30 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Katja Strunk
Gebühr: 47,00 €

J302120W01 Termin(e): 14 x ab Do. 16.01.25, 09.00 - 10.00 Uhr

J302120W02 Termin(e): 14 x ab Do. 16.01.25, 10.15 - 11.15 Uhr

Rücken- und Funktionsgymnastik mit Pilateselementen

Sie stärken mit Hilfe von Kleingymnastikgeräten Rücken, Bauch, Beine und Po.

Neben der klassischen Gymnastik kommen Übungseinheiten zur Körperwahrnehmung und Atmung nach Josef Pilates zum Einsatz.

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Bettina Söfftte
Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)

J302124W01 Termin(e): 12 x ab Do. 16.01.25, 09.30 - 10.30 Uhr
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

J302124W02 Termin(e): 7 x ab Do. 08.05.25, 09.30 - 10.30 Uhr

RückenAktiv, bewegen statt schonen - nur für Männer

Ort: Otterstadt, Grundschule, Sporthalle
Referent/in: Bettina Söfftte
Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)

J302126W01 Termin(e): 12 x ab Mi. 15.01.25, 17.00 - 18.00 Uhr
Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN)

J302126W02 Termin(e): 9 x ab Mi. 07.05.25, 17.00 - 18.00 Uhr

Silver Sport:

Bewegung für Seniorinnen und Senioren

Sanfte Gymnastik zur Mobilisation der Gelenke; Erlernen von Übungen zur Stärkung der Muskulatur sowie zum Training von Koordination und Konzentration.

Eine kurze Entspannung am Ende rundet die Stunde ab.

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Bettina Söfftte
Gebühr: 40,00 / 59,00 € (6-7 TN)

J302165W01 Termin(e): 12 x ab Do. 16.01.25, 10.45 - 11.45 Uhr

Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)
J302165W02 Termin(e): 7 x ab Do. 08.05.25, 10.45 - 11.45 Uhr

Wie Mann Rücken- und Bauchmuskeln stärkt

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Katja Strunk
Gebühr: 47,00 / 69,00 € (6-7 TN)

J302170W03 Termin(e): 14 x ab Do. 16.01.25, 19.35 - 20.35 Uhr

Fit und Beweglich

Ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining für Frauen und Männer jeden Alters.

Die Referentin ist lizenzierte Übungsleiterin C/B.

Bitte mitbringen: Matte und ein Handtuch

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
Mehrzweckraum,
Eingang Schifferstadter Straße 4,
links neben der Kulturhalle

Referent/in: Birgit Bauer
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

J302192W01 Termin(e): 7 x ab Di. 14.01.25, 17.30 - 18.30 Uhr

J302192W02 Termin(e): 7 x ab Di. 11.03.25, 17.30 - 18.30 Uhr

J302192W03 Termin(e): 7 x ab Di. 13.05.25, 17.30 - 18.30 Uhr

Bodyworkout

In diesem Kurs lernen Sie Übungen kennen, die Ihre Fitness insgesamt verbessern.

Nach einem Warm up folgt ein ganzheitliches Bodyworkout - teils mit Theraband, Kurzhanteln oder am Step.

Die Übungseinheit endet mit einem entspannenden Stretching.

Ort: Otterstadt, Jugendkeller
Referent/in: Gaby Flory

Gebühr: 54,00 / 72,00 € (6-7 TN)
(nicht ermäßigbar)

J302204W11 Termin(e): 12 x ab Mo. 13.01.25, 17.00 - 18.00 Uhr

Gebühr: 54,00 / 72,00 € (6-7 TN)
(nicht ermäßigbar)

J302204W12 Termin(e): 12 x ab Mo. 13.01.25, 18.15 - 19.15 Uhr

Gebühr: 41,00 / 54,00 € (6-7 TN)
(nicht ermäßigbar)

J302204W13 Termin(e): 9 x ab Mo. 28.04.25, 17.00 - 18.00 Uhr

Gebühr: 41,00 / 51,00 € (6-7 TN)
(nicht ermäßigbar)

J302204W14 Termin(e): 9 x ab Mo. 28.04.25, 18.15 - 19.15 Uhr

Tanz für Frauen

Tanzen ist ein Rundum-Fitness-Programm.

Bauchtanz ist nicht nur ein facettenreicher Tanz, der ganze Körper ist im Einsatz und hat einen besonderen Effekt auf die Rücken-, Bauch- und Beckenmuskulatur.

Der Kurs ist für Frauen jeden Alters geeignet, die Freude und Spaß an Tanz und Bewegung haben.

Durch das große Repertoire an Tanzelementen ist ein Einstieg jeder Zeit möglich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung zum Tanzen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
Mehrzweckraum, Eingang Schifferstadter Straße 4, links neben der Kulturhalle

Referent/in: Birgit Bauer
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN)

J302317W10 Termin(e): 7 x ab Mi. 15.01.25, 18.00 - 19.15 Uhr

J302317W11 Termin(e): 7 x ab Mi. 12.03.25, 18.00 - 19.15 Uhr

J302317W12 Termin(e): 7 x ab Mi. 14.05.25, 18.00 - 19.15 Uhr

SPRACHEN

English Conversation B2

Wir lesen aktuelle Zeitungsartikel, Beiträge aus Spotlight und anderen Englischsprachigen Materialien.

Teilweise lesen wir auch Ganzschriften, wenn z.B. im Pfalzbau Ludwigshafen das entsprechende Theaterstück gezeigt wird.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule,
hinteres Schulhaus, Saal 20

Referent/in: Kerstin Scholl
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J406471W17 Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr

J406471W18 Termin(e): 10 x ab Di. 01.04.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Français avancé B1.3/B2

Grâce à des exercices variés, nous gagnons en assurance dans la langue française, des possibilités de répétition individuelles sont offertes, de sorte que l'on peut rapidement s'appuyer sur les connaissances existantes.

Bitte mitbringen: Voyages neu B1, Klett Verlag - voraussichtlich ab Lektion 9

Ort: Waldsee, Altes Rathaus
Referent/in: Marie-Laure Fargeix-Claassen
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J408331W09 Termin(e): 10 x ab Do. 16.01.25, 10.00 - 11.30 Uhr

J408331W20 Termin(e): 10 x ab Do. 16.01.25, 11.30 - 13.00 Uhr

Français avancé B2

Grâce à des exercices variés, nous gagnons en assurance dans la langue française, des possibilités de répétition individuelles sont offertes, de sorte que l'on peut rapidement s'appuyer sur les connaissances existantes.

Bitte mitbringen: Voyages neu B1, Klett Verlag - voraussichtlich ab Lektion 10

Ort: Waldsee, Altes Rathaus
Referent/in: Marie-Laure Fargeix-Claassen
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J408411W10 Termin(e): 10 x ab Do. 27.03.25, 10.00 - 11.30 Uhr

J408411W21 Termin(e): 10 x ab Do. 27.03.25, 11.30 - 13.00 Uhr

Spanisch für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse - A1.1

Dieser Kurs richtet sich an echte Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse und bietet die Möglichkeit, die spanische Sprache von Beginn an kennenzulernen.

Auf Wunsch können gerne Urlaubssituationen im Unterricht ergänzt werden, um sich auch schon auf Anfängerniveau ein wenig auf die nächste Reise vorzubereiten.

Bitte mitbringen: Con Gusto Nuevo A1, Klett Verlag, ab Lektion 1

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Olga Leticia Barth
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J422101W01 Termin(e): 10 x ab Mi. 15.01.25, 19.45 - 21.15 Uhr

Spanisch A1.1 Folgekurs

Erster Folgekurs des im Herbst 2024 gestarteten Kurses für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die spanische Sprache von Beginn an kennenzulernen.

Auf Wunsch können gerne Urlaubssituationen im Unterricht ergänzt werden, um sich auch schon auf Anfängerniveau ein wenig auf die nächste Reise vorzubereiten.

Bitte mitbringen: Con Gusto Nuevo A1, Klett Verlag, voraussichtlich ab Lektion 4

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Olga Leticia Barth

Wir freuen uns auf SIE!

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J422111W02 Termin(e): 10 x ab Mi. 15.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Spanisch für Anfänger*innen - A1.2

Zweiter Folgekurs des im Herbst 2024 gestarteten Kurses für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die spanische Sprache von Beginn an kennenzulernen.

Auf Wunsch können gerne Urlaubssituationen im Unterricht ergänzt werden, um sich auch schon auf Anfängerniveau ein wenig auf die nächste Reise vorzubereiten.

Bitte mitbringen: Con Gusto Nuevo A1, Klett Verlag, voraussichtlich ab Lektion 6

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Olga Leticia Barth
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J422121W03 Termin(e): 10 x ab Mi. 02.04.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Conversación español B1

Lectura, conversación y debate sobre temas de actualidad política, social, societaria, científica, cultural y lingüística, en función de los intereses de los participantes. Base: medios de comunicación actuales en español, también en alemán previa petición. Lektüre, Konversation bzw. Diskussion je nach Teilnehmerinteressen über aktuelle politische, soziale, gesellschaftliche, wissenschaftliche, kulturelle und sprachliche Themen. Basis: aktuelle spanischsprachige Medien, auf Wunsch auch deutscher Medien.

Bitte mitbringen: Lehrmaterialien: Presseartikel und Übungen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
hinteres Schulhaus, Raum 20
Referent/in: Marta Rivas López
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /
97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J422371W16 Termin(e): 10 x ab Mi. 15.01.25, 17.30 - 19.00 Uhr

J422371W17 Termin(e): 10 x ab Mi. 02.04.25, 17.30 - 19.00 Uhr

JUGENDKUNSTSCHULE – JUNGE VHS



Alle nachfolgenden Kurse finden in der Jugendkunstschule in Waldsee statt. Der Eingang befindet sich in der Schulstraße gegenüber Hausnummer 38, sofern kein anderer Kursort angegeben ist.

Bitte bei Mal- und Bastelarbeiten alte Kleidung tragen und an Essen und Getränke denken. Das benötigte Material wird von der Jugendkunstschule gestellt.

LEGO®-Werkstatt: Fahrzeuge (6-12)

In der LEGO®-Werkstatt Waldsee kannst Du Dich mit ganz viel Lego austoben, gemeinsam mit LEGO®-begeisterten Kindern spielen und bauen. Dabei wirst Du entdecken, was sich mit Legosteinen alles entwickeln und bauen lässt, und Du kannst neue Werke schaffen.

Dabei gibt es ein Thema mit einer kleinen Einführung und für diejenigen, die das möchten, besondere Aufgaben. Bring Ideen und Fantasie mit, denke an einen Pausensnack und etwas zum Trinken, denn Arbeit macht hungrig.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
Mehrzweckraum,
Eingang Schifferstadter Straße 4,
links neben der Kulturhalle
Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €

J909202W11 Termin(e): 1 x am Sa. 11.01.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Weltraum (6-12)

J909202W13 Termin(e): 1 x am Sa. 08.03.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Städte (6-12)

J909202W14 Termin(e): 1 x am Sa. 15.03.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Tierpark (6-12)

J909202W15 Termin(e): 1 x am Sa. 05.04.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Roboter (6-12)

J909202W16 Termin(e): 1 x am Sa. 03.05.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Gebäude (6-12)

J909202W17 Termin(e): 1 x am Sa. 17.05.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Sommerspaß (6-12)

J909202W18 Termin(e): 1 x am Sa. 14.06.25, 10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Ferienpark (6-12)

J909202W19 Termin(e): 1 x am Sa. 28.06.25, 10.00 - 11.30 Uhr

Malen nach Bob Ross® für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Thema: Der bunte Elefant

Einführung in die Nass-in-Nass-Technik mit Ölfarben

Nach dem Kurs haltet ihr ein Bild mit einem beeindruckenden bunten Elefanten in den Händen. - Aber Vorsicht: Die Farben sind noch nicht trocken, und das Bild muss vorsichtig transportiert werden! Eure Kursleiterin ist mehrfach zertifizierte Mallehrerin nach Bob Ross® und vermittelt euch gern die Freude am Malen ganz nach dem Motto: „Wir machen keine Fehler, nur kleine fröhliche Unfälle.“ (Bob Ross)

Ein Musterbild könnt ihr unter <https://sodephi.de/termine/> unter unserem Kurstermin anschauen. Teilnahme bei Lösungsmittelallergien nur nach vorheriger Absprache!

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, eine Rolle Küchenpapier und Baby-Öltücher. Alle sonstigen notwendigen Materialien sind in der Materialumlage enthalten und werden zur Verfügung gestellt: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze, Reiniger etc.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller

Eingang: Schulstraße gegenüber
Haus-Nr. 38, Gebäudeteil links, zum
Untergeschoss: Tür links unter der
Überdachung

Referent/in: Sonja Blügel

Gebühr: 49,00 €
inkl. 26,00 € Materialkosten

J909220W11 Termin(e): 1 x am Di. 14.01.25, 15.30 - 19.30 Uhr

Malen mit Acrylfarben für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren in den Ferien

Thema: Der bunte Hund

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf und eine Rolle Küchenpapier. Alle sonstigen notwendigen Materialien sind in der Materialumlage enthalten und werden zur Verfügung gestellt: Farben, Pinsel, Spachtel, Leinwand, Schürze etc.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller, Eingang: Schulstraße
gegenüber Haus-Nr. 38
Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Sonja Blügel

Gebühr: 49,00 €
inkl. 26,- € Materialkosten

J909220W12 Termin(e): 1 x am Di. 15.04.25, 11.00 - 15.00 Uhr

Mit Comics in die Ferien ...

Für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

Willst du deine eigenen Comics zeichnen? Lass Dir zeigen, wie das geht! An den beiden Tagen erfährst du viele Tricks und Kniffe, wie du mit deinem Comic richtig tolle Geschichten erzählen kannst. Bitte mitbringen: Etwas zu Essen und zu Trinken, denn Zeichnen macht hungrig. Papier und Farben werden gestellt.

Ort: Waldsee, Jugendkunstschule,
Kunstkeller, Eingang: Schulstraße
gegenüber Haus-Nr. 38
Gebäudeteil links, zum Untergeschoss:
Tür links unter der Überdachung

Referent/in: Valentin Krayl

Gebühr: 45,00 €

J909221W01 Termin(e): Di. 15.07.25 10.00 - 14.00 Uhr
Mi. 16.07.25 10.00 - 14.00 Uhr

Leichter lernen -

Lerntechniken für Kinder und Jugendliche (10 - 15)

In diesem Workshop übst du einfache und lustige Gedächtnis-
techniken, die dir das Lernen und Merken erleichtern.

Spickzettel und Abschreiben in der Schule sollen überflüssig
werden. Du lernst außerdem, deinen Lernalltag effektiv und opti-
mal zu organisieren. Zum Schluss gibt's Pizza.

Schule und Hausaufgaben machen uns allen viel mehr Spaß,
wenn wir über sinnvolle Lernstrategien verfügen, die unsere
Lernzeit verkürzen, uns die Unlust vor dem Lernen nehmen und
bessere Noten beschieren.

Kursinhalte: Konzentration, mein optimaler Lernplatz, Einteilung
der Hausaufgaben, Wie viele Pausen soll ich mir gönnen?, Klas-
senarbeitsvorbereitung, So klappt die Klassenarbeit am besten!,
Ablenkungen vermeiden, Spaß und Erfolg mit Vokabeln, Und
wenn ich keine Lust habe?

Bitte mitbringen:

Schreibzeug, Leuchtmarker, Snacks für kleine Pausen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
hinteres Schulhaus, Raum 20

Referent/in: Karen Keller

Gebühr: 24,00 / 30,00 € (6-7 TN)

inkl. 5,00 Euro für Kopien und Pizza

J909609W01 Termin(e): 1 x am Sa. 15.02.25, 09.00 - 13.30 Uhr

Onlinekurse

Anmeldungen unter:

online

www.vhs-rpk.de

oder

E-Mail: KVHS-Rheinauen@vhs-rpk.de

oder bei

Brigitte Domke

Tel. 06236 4182-103

GESELLSCHAFT UND UMWELT

Stärkung der Hitze-Resilienz älterer Menschen - für pflegende Angehörige (online)

In Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Pfalz-
Kreises.

Dieser Kurs vermittelt praxisnahe Tipps für Versorgung und
Unterstützung bei Hitze und möchte damit pflegende Angehörige
in ihrem Kompetenzerleben stärken, Unsicherheiten aus dem
Weg räumen und insgesamt zu deren Entlastung beitragen.

Ort: Online

Referent/in: Dr. Joëlle Bals

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich!)

J103116Z01 Termin(e): 1 x am Do. 15.05.25, 17.00 - 18.30 Uhr

Online-Seminarreihe Solar

Erfahren Sie alles rund um das Thema Photovoltaik - Klima-
schutzmanager*innen, Volkshochschulen und Verbraucherzen-

trale der Regionen Rheinhessen-Nahe und Vorderpfalz laden zu
acht kostenfreien Online-Vorträgen ein, jeweils dienstagsabends
von 18 bis 19:30 Uhr vom 29. April bis zum 17. Juni 2025.

Mein Weg zur eigenen Dach-PV-Anlage (Online-Seminarreihe
Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104301Z01 Termin(e): 1 x am Di. 29.04.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Erste Schritte zur eigenen Balkon-PV-Anlage

(Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104302Z01 Termin(e): 1 x am Di. 06.05.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Tipps für die Finanzierung der eigenen Solaranlage

(Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104303Z01 Termin(e): 1 x am Di. 13.05.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Besonderheiten bei der Kombination von PV mit Dachbe- grünung oder Denkmalschutz (Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104304Z01 Termin(e): 1 x am Di. 20.05.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Eigenen Strom optimal nutzen durch Speicher und E-Mobi- lität (Online-Seminarreihe Solar)

- Wie kann ich mein E-Auto optimal laden (intelligente Wallbox,
bidirektionales Laden etc.)?

- E-Autos (Aktuelle Modelle und Entwicklungen am Markt)

- Finanzierung (Leasing vs. Kaufen)

- Wirtschaftlichkeit

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104305Z01 Termin(e): 1 x am Di. 27.05.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Solares Heizen (Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104306Z01 Termin(e): 1 x am Di. 03.06.25, 18.00 - 19.30 Uhr

PV und Gewerbe (Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104307Z01 Termin(e): 1 x am Di. 10.06.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Lokaler PV-Ausbau durch Bürgerenergiegenossenschaften (Online-Seminarreihe Solar)

Ort: Online

Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)

J104308Z01 Termin(e): 1 x am Di. 17.06.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Eltern sein - Paar bleiben! (Online für Eltern)

Ort: Online

Referent/in: Ulrike Strubel

Gebühr: 15,00 €

J105003Z01 Termin(e): 1 x am Mi. 26.03.25, 20.00 - 21.30 Uhr

Die vier Schlüssel um (d)ein Kind zu verstehen

(Online für Eltern)

Ort: Online

Referent/in: Ulrike Strubel

Gebühr: 15,00 €

J105005Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 30.06.25, 20.00 - 21.30 Uhr

Hochsensible Kinder begleiten (online)

Ort: Online

Referent/in: Daniela Heil

Gebühr: 12,00 €

J105019Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 31.01.25, 18.30 - 20.45 Uhr

Kinder im Autismus-Spektrum ... wenn manches einfach anders ist und trotzdem gut (online)

Ort: Online
Referent/in: Daniela Heil
Gebühr: 12,00 €

J105021Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 28.02.25, 18.30 - 20.45 Uhr

Stark gegen Stress - Resilienz mit Kindern wirksam trainieren (online)

Ort: Online
Referent/in: Daniela Heil
Gebühr: 70,00 / 80,00 € (6-7 TN)
inkl. Kursunterlagen

J105101Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 14.03.25, 09.00 - 15.30 Uhr

BERUF UND QUALIFIZIERUNG

Gelassen durch den Alltag: Stressbewältigung und Resilienz stärken (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500010Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 04.04.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Die Kunst des Smalltalks: Vom Small Talk zum Smart Talk (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500011Z01 Termin(e): 1 x am Do. 06.02.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Schlagfertigkeit (online am Samstag)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500012Z01 Termin(e): 1 x am Sa. 08.03.25, 09.00 - 12.00 Uhr

Der Rhetorik-Workshop: Sicher auftreten - überzeugend argumentieren - souverän ankommen (online am Samstag)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500014Z01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.04.25, 09.00 - 12.00 Uhr

Entfesseln Sie Ihre Stärken: Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500015Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 17.03.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Storytelling: Die Kunst des nachhaltigen Überzeugens (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500016Z01 Termin(e): 1 x am Mo. 12.05.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Wir freuen uns auf SIE!

Motivieren - Delegieren - Kritisieren: Erfolgsfaktoren der Führungskraft (online am Samstag)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500017Z01 Termin(e): 1 x am Sa. 15.03.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Vom Mitarbeitenden zur Führungskraft: So gelingt der erfolgreiche Aufstieg zur Führungskraft (online am Samstag)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500018Z01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.04.25, 13.00 - 16.00 Uhr

Mitarbeiter*innen gewinnen, binden, motivieren: Talentmanagement (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500019Z01 Termin(e): 1 x am Mi. 04.06.25, 18.30 - 21.30 Uhr

Meetingmeister*in werden: Erfolgreiche Moderation für effiziente Teamsitzungen (online)

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen

J500020Z01 Termin(e): 1 x am Do. 27.03.25, 18.30 - 21.30 Uhr

SPRACHE

Englisch

Coffee Chit-Chat (online)

Ihr Sprachniveau sollte auf Niveau B1 sein
Ort: Online
Referent/in: Saskia Müller
Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) /
39,00 € (5 TN) / 56,00 € (4 TN)
+ Material

J406376Z01 Termin(e): 4 x ab Di. 04.02.25, 09.00 - 10.30 Uhr

Early Bird English: Conversation in the morning B2 (online) Recommended Level B1/ B2.

Ort: Online
Referent/in: Saskia Müller
Gebühr: 11,00 / 17,00 € (6-7 TN) /
20,00 € (5 TN) / 28,00 € (4 TN)

J406379Z01 Termin(e): 4 x ab Di. 04.02.25, 07.00 - 07.45 Uhr

The Art of Small Talk: Building Connections with Confidence - B2 (online)

Your level of English should be on a B2 level.
Ort: Online
Referent/in: Bhavna Mehta
Gebühr: 30,00 / 44,00 € (6-7 TN) / 52,00 € (5 TN) / 75,00 € (4 TN)

J406466Z01 Termin(e): 8 x ab Di. 04.02.25, 19.00 - 20.00 Uhr

Italienisch

Si Parte - Italienisch für die Reise (Kompaktkurs online - ohne Vorkenntnisse)

Ort: Online
Referent/in: Fatjola Gundersdorff
Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)
(nicht ermäßigbar)

J409111Z01 Termin(e): 10 x ab Do. 16.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Buon giorno Italia: Italienisch am Vormittag (online)

Für Teilnehmende ohne oder mit nur geringsten Vorkenntnissen

Ort: Online

Referent/in: Nicola Iori

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J409111Z02 Termin(e): 10 x ab Do. 16.01.25, 10.30 - 12.00 Uhr

Si Parte - Italienisch für die Reise (Kompaktkurs online - Folgekurs)

Ort: Online

Referent/in: Fatjola Gundersdorff

Gebühr: 39,00 / 57,00 € (6-7 TN) /

68,00 € (5 TN) / 98,00 € (4 TN)

(nicht ermäßigbar)

J409121Z02 Termin(e): 7 x ab Do. 10.04.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Buona sera, Italia! (online)

Als Teilnahmevoraussetzung sollten Sie das A2 Niveau abgeschlossen haben.

Ihr Dozent unterrichtet Sie live aus Italien.

Ort: Online

Referent/in: Nicola Iori

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J409316Z02 Termin(e): 10 x ab Mo. 13.01.25, 19.45 - 21.15 Uhr

Il più grande cuoco di Francia: con i compagni e le compagne (online)

Ouralpe accetta la sfida

livello B2

4 appuntamenti alle ore 18.00 06.03., 13.03., 20.03., 27.03.2025

Ort: Online

Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer

Gebühr: 15,00 / 22,00 € (6-7 TN) /

26,00 € (5 TN) / 38,00 € (4 TN)

J409486Z04 Termin(e): 4 x ab Do. 06.03.25, 18.00 - 19.00 Uhr

Spanisch

Spanisch für Anfänger*innen A1.1 ohne Vorkenntnisse (online)

.Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-5146716

ab Lektion 1

Ort: Online

Referent/in: Raul Miñarro Garrido

Gebühr: 55,00 / 81,00 € (6-7 TN) /

97,00 € (5 TN) / 140,00 € (4 TN)

J422101Z05 Termin(e): 10 x ab Di. 14.01.25, 18.30 - 20.00 Uhr

Spanisch A1.2 (Folgekurs online)

Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-5146716

ab Lektion 4

Ort: Online

Referent/in: Raul Miñarro Garrido

Gebühr: 61,00 / 89,00 € (6-7 TN) /

107,00 € (5 TN) / 154,00 € (4 TN)

J422121Z06 Termin(e): 11 x ab Di. 01.04.25, 18.30 - 20.00 Uhr

Spanisch A2/B1: Club de Lectura (online)

Ort: Online

Referent/in: Silvia Albert Abella

Gebühr: 28,00 / 41,00 € (6-7 TN) /

49,00 € (5 TN) / 70,00 € (4 TN)

J422281Z09 Termin(e): 5 x ab Fr. 31.01.25, 18.00 - 19.30 Uhr

Krimi Lektürekurs auf Spanisch – „Negocio mortal“ A2 (online)

Negocio Mortal, Circon Verlag, ISBN 9783817419531;

drei Krimis in einem Buch

Ort: Online

Referent/in: Laura Guerrero Martínez

Gebühr: 50,00 / 73,00 € (6-7 TN) /

88,00 € (5 TN) / 126,00 € (4 TN)

J422286Z01 Termin(e): 9 x ab Mi. 29.01.25, 16.30 - 18.00 Uhr

Repaso B1 Spanisch (online) SAMSTAG vormittags statt mittwochs!

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen in Spanisch (B1), die die Grammatikregeln wiederholen und festigen, das Leseverständnis verbessern und die mündliche Kommunikation stärken möchten. Der Kurs wird über die vhs.cloud angeboten und Sie werden von uns automatisch eingebucht.

Impresiones B1 von Hueber

Ort: Online

Referent/in: Laura Guerrero Martínez

Gebühr: 83,00 / 121,00 € (6-7 TN) /

146,00 € (5 TN) / 210,00 € (4 TN)

J422356Z01 Termin(e): 15 x ab Sa. 18.01.25, 09.30 - 11.00 Uhr

¡Escápate a Barcelona! - Virtuelle Reise nach Barcelona - B1 (online)

Ort: Online

Referent/in: Laura Guerrero Martínez

Gebühr: 33,00 / 49,00 € (6-7 TN) /

59,00 € (5 TN) / 84,00 € (4 TN)

J422376Z02 Termin(e): 6 x ab Mo. 17.01.25, 18.45 - 20.15 Uhr

¡Suelta la lengua! C1 (online)

Ort: Online

Referent/in: Laura Guerrero Martínez

Gebühr: 83,00 / 121,00 € (6-7 TN) /

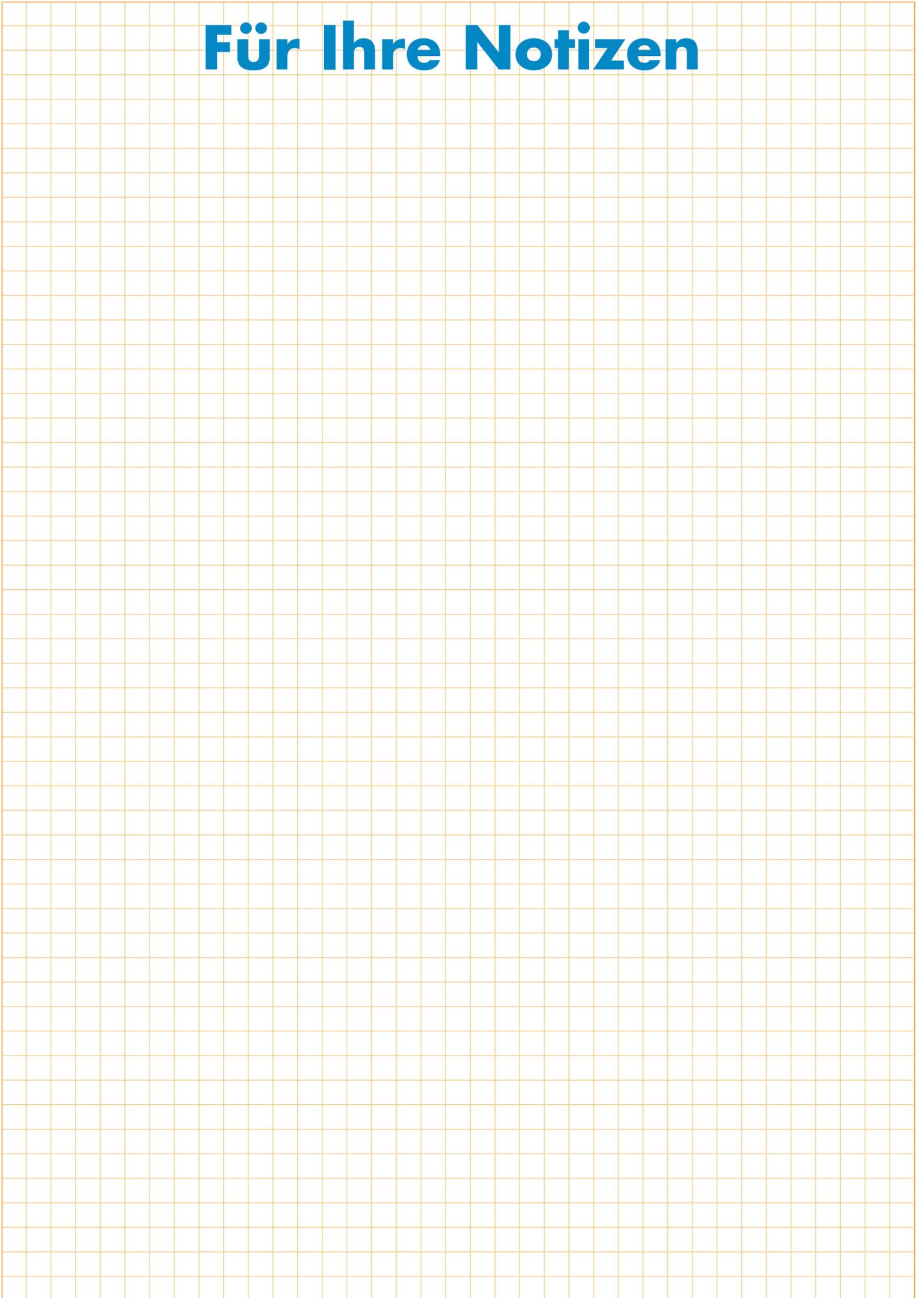
146,00 € (5 TN) / 210,00 € (4 TN)

J422576Z02 Termin(e): 15 x ab Di. 14.01.25, 16.30 - 18.00 Uhr

VHS –

Da ist für JEDEN etwas dabei!

Für Ihre Notizen





Volkshochschule
Rhein-Pfalz-Kreis

Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis (Geschäftsstelle)
Europaplatz 5
67063 Ludwigshafen

Tel.: 0621 5909-0
Fax: 06235 959 393
www.vhs-rpk.de

Anmeldung

Anmeldung bitte an die örtliche Volkshochschule senden!

Anmeldung für Kurse der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis

Hiermit melde ich mich für die folgenden Veranstaltungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis verbindlich an. Mit meiner Unterschrift stimme ich den Allgemeinen Teilnahmebedingungen zu. Die Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen. Die Teilnahmebedingungen, Widerrufsbelehrung und Datenschutzerklärung sind im vhs-Programmheft abgedruckt und im Internet unter www.vhs-rpk.de zu finden.

vhs-Kurs

Kurs-Nr. _____ Kurs-Titel: _____ Außenstelle/örtliche vhs: _____

Beginn (unverbindlich!!): _____

Kurs-Nr. _____ Kurs-Titel: _____ Außenstelle/örtliche vhs: _____

Beginn (unverbindlich!!): _____

Kursteilnehmer*in

Nachname: _____ Vorname: _____ Geschlecht: ♀ ♂ ♂ ♀

Straße, Haus-Nr.: _____ PLZ, Ort: _____

Telefon: _____ mobil/Handy: _____

E-Mail: _____ Geburtstag: _____

Bitte beachten Sie: Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse an die Kursleitung weitergegeben werden darf, um Sie eventuell über Neuigkeiten wie Kursausfall informieren zu können.

Ich möchte den vhs-Newsletter und aktuelle Informationen per E-Mail bekommen.

Ort, Datum, Unterschrift(en)

Bei Minderjährigen Name und Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten

Einzugsermächtigung

Erteilung einer Lastschriftermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandates

1. Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit zu Lasten meines/unseres Kontos einzuziehen. Mir/uns ist bekannt, dass bei Rückbelastung mangels Deckung oder aus anderen Gründen das Einzugsverfahren automatisch gelöscht wird und es für den weiteren Einzug vom Konto einer erneuten Einzugsermächtigung bedarf.

2. SEPA-Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis, Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. **Hinweis:** Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Instituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Es gelten die Allgemeinen Teilnahmebedingungen der vhs Rhein-Pfalz-Kreis. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen. Bei eventuellen Erstattungen bin ich/sind wir einverstanden, dass das angegebene Konto auch hierfür verwendet wird. Mir/uns ist bekannt, dass die Erteilung der Einzugsermächtigung/des SEPA-Mandats nicht verpflichtend ist und die Angaben gemäß Datenschutzgesetz auf freiwilliger Basis erfolgen. Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird die vhs Rhein-Pfalz-Kreis Sie mittels Vermerk auf der Anmeldebestätigung über den Einzug unterrichten.

Name Kontoinhaber*in:	Unterschrift Kontoinhaber*in	
IBAN	BIC	Bank:

Antrag auf Gebührenermäßigung

- Ermäßigungen werden nur auf Antrag gewährt.
- Eine Ermäßigung erfolgt nur bei Kursen, die mit mindestens **20 Unterrichtsstunden** (à 45 Minuten) ausgeschrieben sind, und soweit die Ermäßigung bei der Veröffentlichung nicht ausdrücklich ausgeschlossen wird.
- Nicht ermäßigbar sind Kurse, die mit maximal 8 Teilnehmenden oder mit weniger als 8 Teilnehmenden durchgeführt werden.
- Das Angebot der Jungen vhs ist grundsätzlich nicht ermäßigbar.
- Treten mehrere Ermäßigungsgründe gleichzeitig auf, wird die Teilnehmergebühr nur einmal ermäßigt.
- Nach Kursbeginn ist die Gewährung einer Ermäßigung nicht mehr möglich. Materialkosten etc. sind prinzipiell von Ermäßigungen ausgenommen.

Für die umseitige(n) Veranstaltung(en) beantrage ich aus dem unten genannten Grund eine Gebührenermäßigung. Entsprechende Unterlagen (in Kopie) sind beigefügt:

25 % Ermäßigung:

- Familie, Lebensgemeinschaft und Alleinerziehende*r mit minderjährigen Kindern im gleichen Kurs ab dem 2. Mitglied
- Studierende*r, Schüler*in, Auszubildende*r
- Schwerbehinderung von mind. 80%

10% Ermäßigung

- Belegung von mindestens zwei ermäßigungsberechtigten Veranstaltungen innerhalb eines Kalenderhalbjahres für jeden dieser Kurse. Die Ermäßigung wird nachträglich zum Ende des Halbjahres erstattet.
- Inhaber*in der Jugendleiter-Card

Ort, Datum

Unterschrift(en)

Wichtiges zu Anmeldung und Teilnahme (Auszug!)

1. Anmeldung, Bestätigung, Zahlungsmodalitäten

Voraussetzung für die Teilnahme an einer Veranstaltung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis ist eine vorherige Anmeldung bei der veranstaltenden Kommune (siehe S. 4 im aktuellen Programmheft). Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Der/die Teilnehmende kann dem jederzeit widersprechen. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge bearbeitet. Wenn Sie keine Kursabsage erhalten, können Sie davon ausgehen, dass die Veranstaltung stattfindet. Eine Benachrichtigung erfolgt, wenn die Veranstaltung ausfällt oder sich Änderungen ergeben. Zur schnellen Kontaktaufnahme ist bei der Anmeldung die Angabe Ihrer E-Mail-Adresse und/oder Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, erforderlich.

Ihre Anmeldung zu Kursen und Veranstaltungen der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der vollen Gebühr.

Zur Zahlung erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung. Die Gebühr ist mit Veranstaltungsbeginn fällig und wird ab dem 3. Werktag nach dem ersten Veranstaltungstermin per Lastschriftverfahren von Ihrem Konto abgebucht. Die **Teilnahme** an einer Veranstaltung **gilt als Anmeldung**. Sie verpflichtet zur Zahlung der vollen Gebühr, auch wenn keine Teilnahme erfolgt.

2. Teilnahmevoraussetzungen

Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich. Mit der Anmeldung zu bzw. der Teilnahme an einer Veranstaltung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis werden die Teilnahmebedingungen anerkannt. Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die nach dem Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, einer ausdrücklichen Teilnahmezusage durch die vhs.

3. Persönliche Teilnahme und „Ersatz“

Mit der Teilnahme/Anmeldung werden Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der/dem Anmeldenden begründet. Die/der Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person begründen. Diese ist der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis namentlich zu benennen. Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen

4. Leistungsumfang

Der inhaltliche und terminliche Leistungsumfang der Veranstaltung ist ausschließlich in der Ausschreibung angegeben. Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich. Die Dozent*innen sind zu individuellen Absprachen nicht berechtigt.

5. Gebühren

Die Gebühr ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs Rhein-Pfalz-Kreis. Die meisten Angebote sind mit zwei Kursgebühren ausgeschrieben: eine Gebühr ab 8 Teilnehmenden und eine Gebühr für 6 bis 7 Teilnehmende. Die Zahl der am ersten Veranstaltungstermin angemeldeten Teilnehmenden legt fest, welche der Kursgebühren zu zahlen ist. Für Veranstaltungen über mehrere Semester und Studienreisen kann eine abweichende Fälligkeit festgelegt werden. Ermäßigungen werden nach § 6 der Gebührensatzung gewährt.

6. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch auf Unterricht durch eine bestimmte Lehrkraft. Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann aus sachlichem Grund und in einem zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern. Muss ein Termin aus von der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis nicht zu vertretenden Gründen ausfallen, kann dieser nachgeholt werden. Wird der Termin nicht nachgeholt, wird die Gebühr für den ausgefallenen Termin erstattet.

7. Rücktritt / Absage durch die Volkshochschule

Die Mindestteilnehmerzahl liegt in der Regel bei 8 Personen. Für kleinere Kursgruppen können andere Gebührensätze anfallen. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann die vhs Rhein-Pfalz-Kreis von der Veranstaltung zurücktreten, ebenso bei Ausfall einer Kursleitung oder anderer von der vhs nicht zu vertretenden Gründen. Kosten entstehen der/dem Teilnehmenden hierdurch nicht. Kann die Veranstaltung nur teilweise stattfinden, wird die Gebühr nach dem Verhältnis der durchgeführten Unterrichtsstunden zum Gesamtumfang abgerechnet.

Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, werden Sie schnellstmöglich informiert. Bitte geben Sie dafür bei der Anmeldung eine Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind, oder Ihre E-Mail-Adresse an.

Die Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB Teilnehmende von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschuss nicht berührt.

8. Abmeldung

Ein Rücktritt ist i.d.R. bis zu 5 Tage vor dem Kurstermin kostenfrei möglich. Für eine Abmeldung danach bis zu einem Arbeitstag (Montag bis Freitag außer Feiertag) 11:00 Uhr vor dem Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu zahlen, ggf. zzgl. Materialkosten und Umlagen. Ab dem Tag des Kursbeginns ist im Falle eines Rücktritts die volle Kursgebühr zu zahlen. Bitte beachten Sie die Sonderregelungen! Eine Abmeldung bedarf der Textform und ist an die veranstaltende örtliche Volkshochschule zu richten. Eine telefonische Abmeldung ist nicht möglich. Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist **nicht** verbindlich. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung gilt nicht als Abmeldung.

9. Teilnahmebescheinigungen / Zwischenbescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden gegen eine Gebühr von 4,00 € bis max. ein Jahr nach Veranstaltungsende ausgestellt, wenn mindestens 80% der Unterrichtsstunden besucht wurden.

**Bitte beachten Sie, dass Sie mit Ihrer Anmeldung die Allgemeinen Teilnahmebedingungen anerkennen!
Der genaue Wortlaut findet sich im Programmheft und unter www.vhs-rpk.de**

Widerrufsbelehrung

Wenn Sie Ihre Veranstaltung bei der Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis telefonisch, per Brief, E-Mail oder online gebucht haben, können Sie Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ab dem Tag des Vertragsschlusses ohne Angabe von Gründen widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt frühestens am Tag nach Erhalt dieser Widerrufsbelehrung. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Dies entspricht dem Widerrufsrecht bei Fernabsatzverträgen gem. §§ 312 ff. Bürgerliches Gesetzbuch. Nach § 355 gilt das auch für Fernunterricht (Online-Kurse/E-Learning).

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die vhs mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein per Post versandter Brief, Telefax, E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Bitte richten Sie Ihr Schreiben an:
Volkshochschule Rhein-Pfalz-Kreis Europaplatz 5, 67063 Ludwigshafen
Fax: 06235 959 393, E-Mail: kvhs-geschaeftsstelle@vhs-rpk.de

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen herauszugeben. In der Regel können Sie uns die empfangene Leistung, die Veranstaltung, nicht zurückgewähren; in diesem Fall müssen Sie uns Wertersatz leisten. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen Sie innerhalb von 30 Tagen nach Absendung Ihrer Widerrufserklärung erfüllen.

Hinweis: Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn wir mit der Ausführung der Dienstleistung, also der Durchführung der gebuchten Veranstaltung, mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung vor Ende der Widerrufsfrist begonnen haben oder Sie diese selbst veranlasst (bzw. daran teilgenommen) haben.