

Programm
2023-2024



VOLKSHOCHSCHULE
EUTIN / MALENTE

FREUDE VERSCHENKEN

Für Eutin. Für alle.



ÜBER 55 PARTNER

Erhältlich unter
eutin-gutschein.de
oder bei der
Tourist-Info Eutin

BUMMELN GEHEN
und dabei

EINZIGARTIGE
LICHTSKULPTUREN

bestaunen.

lichterstadt-eutin.de

27.11.2023-7.1.2024

EUTIN
GUTSCHEIN

Willkommen!



Adresse und Kontakt:

Plöner Straße 19, 23701 Eutin
E-Mail: vhs@eutin.de
Homepage: www.vhs-eutin.de

Service-Nummer

04521 849880

Annette Rudolph

Vhs-Leiterin
04521 849879

Birte Petersen

Pädagog. Mitarbeiterin
04521 409801

Kirsten Scheuch

Geschäftsstelle
04521 849880

Öffnungszeiten

unserer Geschäftsstelle:

montags – donnerstags 08:30 – 12:00 Uhr
donnerstags auch 15:00 – 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung

In den Ferien können die Öffnungszeiten abweichen.

Anmelde-
start:
16.08.23

Inhaltsverzeichnis

Herzlich willkommen!

Das Leben ist Veränderung – wir alle wissen das. Auch das Programmheft, das nach wie vor jährlich erscheint, verändert sich:

Im Zuge des verantwortungsvollen Umgangs mit Ressourcen haben wir die Auflage und die Seitenzahl reduziert. Im Laufe des Studienjahres werden immer Angebote hinzukommen, die Sie nicht in diesem Heft finden. Werfen Sie also unbedingt hin und wieder einen Blick auf unsere Homepage www.vhs-eutin.de – dort finden Sie die ausführlichen Ankündigungstexte für unsere Bildungsangebote, aktuelle Hinweise und auch neue Kursangebote.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen ebenso wie auf Nachfragen, Anregungen und Kritik. Fühlen Sie sich herzlich eingeladen und nutzen Sie die vielfältigen Lern- und Bildungsangebote Ihrer Volkshochschule!

Wir freuen uns auf Sie!

Das Team der Vhs Eutin

Inhalt

Gesellschaft 5 | Interkulturelle Woche 5 | Natur 6 | Geschichte 10 |
Sorge, Hilfe 12 | Verbraucherfragen 14 | Lernen 15 | Kommunikation 16 |
Fahrten, Reisen 17 | Philosophie 19



Kultur 21 | Literatur 21 | Schreiben, Spiel, Fotografie 23 | Zeichnen, Malen 27 |
Gestalten 31 | Musik 36



Sprachen 38 | Dänisch 39 | Deutsch 42 | Englisch 44 | Französisch,
Griechisch 47 | Italienisch 48 | Schwedisch 50 | Spanisch 51



Spezial, Hobby 53 | Sportbootführerschein 53



Beruf 54 | berufsbegleitende Weiterbildung, berufl. Orientierung 54 | EDV 56 |
Web, Programmierung 59



Gesundheit 60 | Yoga 62 | Körpererfahrung 70 | Gymnastik 72 | Tanz 75 |
Fitness 76 | Aquafitness 77 | Kosmetik, Ernährung 79 | Kochkulturen 80

Service 85 | Anmeldeformulare 85 | Bildungsurlaub 90 |
Teilnahmebedingungen 92 | Stichwortverzeichnis 95 | Impressum 96

„Wie melde ich mich an?“

Anmeldungen sind telefonisch, schriftlich oder online möglich. Für schriftliche Anmeldungen können Sie die Vordrucke ab S. 85 verwenden. Bitte melden Sie sich immer an, bevor Sie an einem Kurs teilnehmen. Mit einer Anmeldung erkennen Sie die Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen (siehe Service-Teil, S. 92 - 94) an; daher lesen Sie sie bitte vorher genau durch!

„Wann gilt meine Anmeldung als angenommen?“

Sobald die Anmeldung bei uns registriert ist, sind Sie verbindlich angemeldet. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung (per E-Mail oder per Post), auf der vermerkt ist, ob Sie einen Platz erhalten haben oder auf der Warteliste stehen. Stehen Sie auf der Warteliste, melden wir uns bei Ihnen, sobald ein Platz frei geworden ist, damit Sie ggf. nachrücken können.

„Wann und wie entrichte ich die Kursgebühr?“

Das Entgelt ist zu Kursbeginn fällig. Sie können es überweisen oder bar in der Geschäftsstelle entrichten. Kartenzahlung ist leider nicht möglich. Eine Abbuchung von Ihrem Konto ist gegen Hinterlegung eines SEPA-Lastschriftmandats im Vhs-Büro möglich. Diese Zahlungsweise ist für Sie besonders bequem, wenn Sie regelmäßig an Vhs-Veranstaltungen teilnehmen.

„Wie melde ich mich ab?“

Damit wir die Kurse adäquat planen können (Ausfall, Warteliste, Raumkapazität usw.), ist es sehr wichtig, dass Sie uns rechtzeitig informieren, wenn Sie nicht teilnehmen können. Haben Sie bitte Verständnis dafür, dass wir Ihnen die Kursgebühr (anteilig) in Rechnung stellen müssen, wenn Sie die Abmeldefrist nicht eingehalten haben.

Achtung: Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung und verpflichtet zur Zahlung der gesamten Gebühr. Bei Bildungsurlaubsveranstaltungen und besonders gekennzeichneten Veranstaltungen gilt das eingeschränkte Rücktrittsrecht. Eine Aufstellung der Abmeldefristen und Zahlungsverpflichtungen finden Sie auf S. 94).

„Wo findet mein Kurs statt?“

Die Abkürzungen vor den Kursnummern haben folgende Bedeutung: **Eu** steht für Eutin, d. h. die Kurse finden in Eutin statt; entsprechend steht **Ma** für Malente. Alle diese Kurse sind in der Geschäftsstelle der Vhs Eutin buchbar. Eine Auflistung aller Kursorte finden Sie in unserem Service-Teil auf S. 89.

„Ab wann kann ich mich anmelden?“

Für alle Kurse der Vhs Eutin und Malente können Sie sich ab **Mittwoch, 16.08.2023, 08:30 Uhr**, anmelden!

Es gibt Menschen, die das nicht lesen können,
weil sie als Kind nicht die Chance dazu hatten.
Aber sie können es nachholen.

Arbeitsgemeinschaft der Volkshochschulleiter im Kreis Ostholstein e. V.

Lesen und Schreiben für Erwachsene – WEITERSAGEN!

Kurse in Ostholstein:

Oldenburg, Eutin, Neustadt, Seretz, Bad Schwartau und Heiligenhafen.

Die Kurse wenden sich an deutschsprachige Erwachsene,

- die wenig Buchstabenkenntnisse haben,
- die ein wenig lesen und schreiben können,
- die große Rechtschreibschwierigkeiten haben.

Gelernt wird in kleinen persönlichen Gruppen. Die Kurse finden zweimal in der Woche statt. Der Einstieg ist – nach vorheriger persönlicher Beratung – jederzeit möglich.

**Bitte ermutigen Sie Menschen, die diesen Text nicht lesen können,
und weisen Sie auf die Kursmöglichkeiten hin!**



Vertrauliche Beratung bei Donatella Capriz:

Regionalstelle für Alphabetisierung und Grundbildung in Ostholstein
Volkshochschule Oldenburg · Göhler Straße 56 · 23758 Oldenburg in Holstein
Tel. : 0 43 61 - 508 39 17 · Fax : 0 43 61 - 508 39 28
E-Mail : donatella.capriz@kultour-oldenburg.de



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds
Investition in Ihre Zukunft

Wir fördern Arbeit



EU.SH

Das Projekt wird finanziell von den
Kulturstiftungen Ostholstein unterstützt.

Landesprogramm Arbeit: Gefördert durch
die Europäische Union, Europäischen Sozialfonds (ESF),
und das Land Schleswig-Holstein

Deutschkurs

**Film im Rahmen der interkulturellen Woche
- in Kooperation mit dem Integrationsbüro der Stadt Eutin
und dem Kommunalen Kino Binchen -**

Im Projekt FilmZuFlucht haben Menschen aus Bremen mit und ohne Flucht- und Migrationserfahrungen gemeinsam einen Film entwickelt. Er erzählt aus Erlebnissen bei der Flucht und im deutschen Alltag. Dabei konnte zum Teil auf Material zurückgegriffen werden, das die Beteiligten in ihrer Heimat oder auf der Flucht gedreht haben. Mit dem Film finden sie einen Ausdruck für das, was sie noch immer belastet - und für ihre Wünsche und Träume.

Sophia Schutte

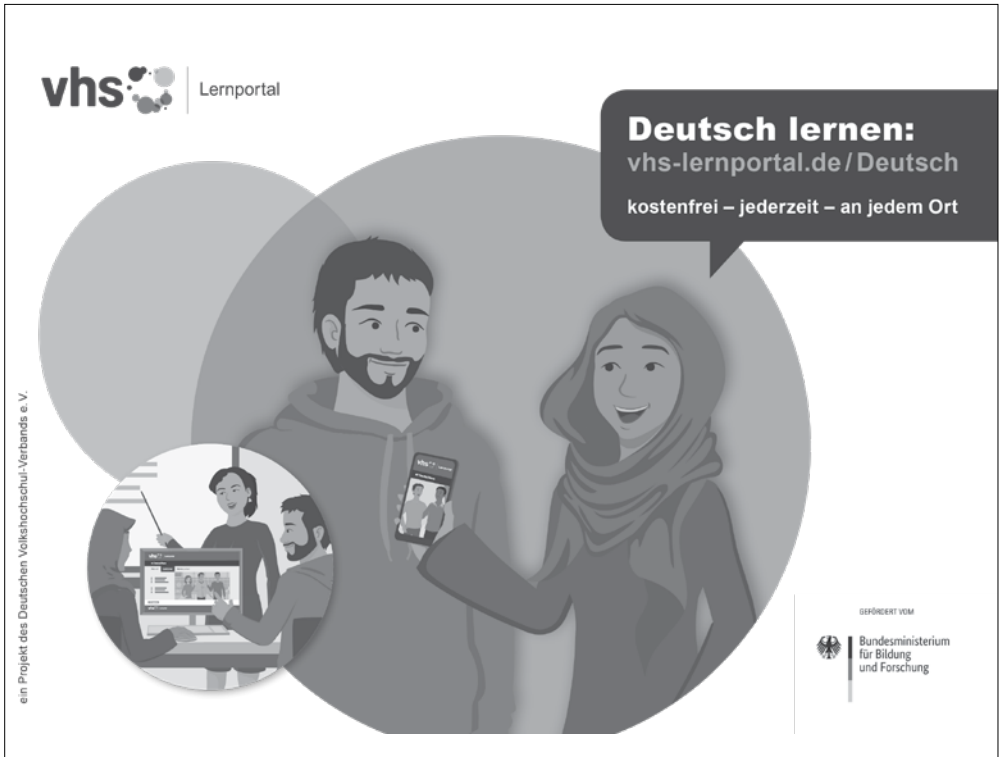
Eu 10700

Freitag, 29.09.23,

20:00 - 22:00 Uhr


Kommunales Kino Binchen

Albert-Mahlstedt-Str. 2



vhs | Lernportal

Deutsch lernen:
vhs-lernportal.de/Deutsch
kostenfrei – jederzeit – an jedem Ort

GEFÖRDERT VOM
 Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

ein Projekt des Deutschen Volkshochschul-Verbands e. V.



Tagfalter in Schleswig-Holstein

- Vortrag aus der Reihe "Wissen um fünf" in Kooperation mit der Kreisbibliothek Eutin -

Es werden ca. 40 Falter vorgestellt, die in Schleswig-Holstein vorkommen. Im Vortrag geht es um ihre Lebensräume, ökologische Zusammenhänge und warum viele vom Aussterben bedroht sind. Dieser Vortrag findet in Kooperation mit dem NABU Eutin statt.

Dr. Michael Weber

Eu 11000

Donnerstag, 30.11.23,
17:00 Uhr
Kreisbibliothek Eutin, Galerie
Schlossplatz 2
10,00 Euro

Imker-Schnupperkurs

- Kleingruppe -

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, in die Hobby-Imkerei hineinzuschnuppern. Von März bis Juli beobachten wir die Entwicklung der Bienenvölker und schauen uns die vielen Möglichkeiten an, wie Honig-Bienen und Wildbienen leben.

Bitte klären Sie unbedingt vor dem Kurs ab, dass Sie keine Insektengift-Allergie haben, da Stiche nicht immer vermieden werden können.

Holger Schröder

Eu 11020

8 x freitags
08.03.24, 22.03.24,
26.04.24, 03.05.24,
24.05.24, 07.06.24,
21.06.24, 05.07.24
jeweils 16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus bzw. Treffpunkt
16 UStd., 62,40 Euro

IHR ZUVERLÄSSIGER PARTNER SEIT ÜBER 100 JAHREN

KRIPKE

INH. PETER KRIPKE

E L E K T R O • T V + K U N D E N D I E N S T

BRAAKER STRASSE 8 · 23701 EUTIN-NEUDORF

TELEFON 0 45 21 / 26 91 · TELEFAX 0 45 21 / 7 83 84

www.elektro-kripke-eutin.de · E-Mail: info@kripke.org

Erste Hilfe am Hund

Bei jedem Notfall kommt es auf die Erste Hilfe an. Im ersten Teil des Kurses wird gezeigt, wie man bei seinem Hund Verletzungen vorbeugen kann und wie man bei einem Unfall/Notfall vorgeht. Weiter geht es mit vielen praktischen Übungen und Techniken der Ersten Hilfe. Die Teilnehmenden lernen Reanimationsmaßnahmen, Wundversorgung und Wundverbände sowie Maßnahmen der Ersten Hilfe z.B. bei Magendrehung, Vergiftungen, Fremdkörpern etc. durchzuführen.

Der Kurs findet ohne die Teilnahme des eigenen Hundes statt.

Jana Heymann

Eu 10050

Freitag, 10.11.23,

17:00 - 21:00 Uhr

Vhs-Haus

6 UStd., 32,40 Euro

inkl. 15,00 Euro besonderer Aufwand
und Material

Jana Heymann

Eu 10051

Freitag, 23.02.24,

17:00 - 21:00 Uhr

Vhs-Haus

6 UStd., 32,40 Euro

inkl. 15,00 Euro besonderer Aufwand
und Material

Wandern mit Lamas

Nach einer kurzen Einführung z.B. über Herkunft, Handling, Besonderheiten und Einsatzmöglichkeiten von Lamas und Alpakas nehmen Sie auf der Weide Kontakt zu den Tieren auf. Aus der Herde finden Sie Ihr "Lieblingslama" heraus und lernen es im Laufe des Tages näher kennen. Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit dem Tier, wenn Sie es durch einen Parcours begleiten. Schließlich führen Sie bei einer kleinen Wanderung ein Lama an der Leine. Dieses Erlebnis in der Natur, die Ruhe und Selbstsicherheit der Lamas haben eine entspannende Wirkung auf den Menschen.

Ines Schneider

Eu 11021

Samstag, 30.09.23,

10:00 - 14:00 Uhr

Ort wird rechtzeitig bekanntgegeben

6 UStd., 50,40 Euro

inkl. 33,00 Euro besonderer Aufwand

Ines Schneider

Eu 11022

Samstag, 25.05.24,

10:00 - 14:00 Uhr

Ort wird rechtzeitig bekanntgegeben

6 UStd., 50,40 Euro

inkl. 33,00 Euro besonderer Aufwand



Permakultur - der essbare Garten

- Vortrag aus der Reihe "Wissen um fünf" in Kooperation mit der Kreisbibliothek Eutin -

In diesem Vortrag werden die Grundzüge der Permakultur von Bill Mollison, Träger des alternativen Nobelpreises, vorgestellt. Es wird auch darum gehen, wie man im eigenen Garten gesundes Obst und Gemüse anbauen kann. Dieser Vortrag findet in Kooperation mit dem NABU Eutin statt.

Dr. Michael Weber

Eu 11005

Donnerstag, 25.01.24,

17:00 Uhr

Kreisbibliothek Eutin, Galerie

Schlossplatz 2

10,00 Euro

Wissen um fünf ist eine kleine Vortragsreihe in Kooperation mit der Kreisbibliothek Eutin. Die Vorträge finden immer ab 17:00 Uhr auf der Galerie in der Kreisbibliothek statt. – Für die Planung sind Anmeldungen über die Vhs unbedingt notwendig. Im Studienjahr 2023/24 sind zunächst diese Themen vorgesehen:

Datum	Dozent Titel	Seite
28.06.23	Peter Krauß (Alte) Bücher neu gebunden	31
30.11.23	Dr. Michael Weber: Tagfalter in Schleswig-Holstein	6
25.01.24	Dr. Michael Weber: Permakultur – der essbare Garten	8
29.02.24	Paul Jacob Sperrle: Entdeckungen, Überraschungen und Aktuelles aus dem Eutiner Stadtarchiv	10

Club der jungen Forscher*innen

Die Vielfalt der Laubbäume

- für Kinder ab 8 Jahren -

An diesem Vormittag entdecken wir die Laubbäume rund um das Vhs-Haus. Wir führen Experimente und Spiele mit den verschiedenartigen Blättern und Früchten durch und sind kreativ: Jedes Kind bedruckt eine Stofftasche zum Mitnehmen mit den gesammelten Laubblättern.

Dr. Sylvia Drews

Eu 11010

Samstag, 07.10.23,
10:00 - 13:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., 20,60 Euro

inkl. 5,00 Euro

Materialkosten

keine Ermäßigung

Club der jungen Forscher*innen

Rotkohl oder Blaukraut?

- für Kinder ab 7 Jahren -

Warum heißt Rotkohl in Süddeutschland Blaukraut? Wir gehen dieser Frage mit Experimenten auf den Grund und werden erleben, dass in Rotkohl noch viele weitere Farben stecken. Die neu gewonnenen Erkenntnisse nutzen wir, um Zauberpapier herzustellen.

Dr. Sylvia Drews

Eu 11012

Samstag, 10.02.24,
10:00 - 12:15 Uhr

Vhs-Haus

3 UStd., 13,70 Euro

inkl. 2,00 Euro

Materialkosten

keine Ermäßigung

Club der jungen Forscher*innen

Luft ist nicht nichts

- für Kinder ab 7 Jahren -

Die Kinder führen viele Experimente durch und begreifen dabei, was Luft ist und kann. Wir erleben die Kraft der Luft, wenn unsere Rückstoßraketen davonsausen und untersuchen die Wirkung von Kohlendioxid als Feuerlöscher. Wir drücken Luft zusammen und ziehen sie auseinander, wiegen Luft und beobachten, was passiert, wenn wir Luft erwärmen.

Dr. Sylvia Drews

Eu 11013

Samstag, 23.03.24,
10:00 - 13:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., 17,60 Euro

inkl. 2,00 Euro

Materialkosten

keine Ermäßigung



Entdeckungen, Überraschungen und Aktuelles aus dem Eutiner Stadtarchiv

- Vortrag aus der Reihe "Wissen um fünf" in Kooperation mit der Kreisbibliothek Eutin -

Archive bilden das Fundament für die Überlieferung unserer Kulturwerte, sie sind unsere historische Erinnerung. Das Stadtarchiv Eutin ist das öffentliche Gedächtnis unserer Stadt. Aber was bewahrt das Stadtarchiv eigentlich auf? Welche Schätze finden sich hier und was ist in Eutin ganz zufällig überliefert? Anhand von Bildern und Originalen werden diese Fragen geklärt. Fragen von Geschichtsinteressierten sind herzlich willkommen!

Jakob Paul Sperrle

Eu 10100

Donnerstag, 29.02.24,
17:00 Uhr

Kreisbibliothek Eutin, Galerie
Schlossplatz 2

Teilnahme kostenlos

Der Hobby-Historiker Wilhelm Lindert beschäftigt sich seit geraumer Zeit mit der Hanse und möchte sein Wissen um das Thema nun weitergeben. Für diese Vortragsreihe hat er vier Aspekte herausgearbeitet.

Die Hanse (1)

Politischer Status im Nord- und Ostseeraum um ca. 900 - 1200

Wilhelm Lindert

Eu 10105

Samstag, 11.11.23,
15:00 Uhr

Vhs-Haus
10,00 Euro

Die Hanse (2)

Das Entstehen von Handelszentren, Kaufmanns- und Städtebündnissen

Wilhelm Lindert

Eu 10106

Samstag, 09.12.23,
15:00 Uhr

Vhs-Haus
10,00 Euro

Die Hanse (3)

Technische Errungenschaften, gesellschaftliche Strukturen und Menschen

Wilhelm Lindert

Eu 10107

Samstag, 13.01.24,
15:00 Uhr

Vhs-Haus
10,00 Euro

Die Hanse (4)

Aufstieg und Niedergang der Hanse

Wilhelm Lindert

Eu 10108

Samstag, 17.02.24,
15:00 Uhr

Vhs-Haus
10,00 Euro

Kochen wie bei Hellwags
Ein vorweihnachtliches kulinarisches Geschenk
- Vortrag in Kooperation mit der Landesbibliothek Eutin -

Der Vortrag widmet sich einem handschriftlichen Rezeptbuch aus dem Jahr 1836, welches heute in der Eutiner Landesbibliothek aufbewahrt wird. Verfasst wurde es von Anne Friederike Hellwag, geb. Stricker (1792-1882), einer Schwiegertochter des Eutiner Arztes und Physikers Christoph Friedrich Hellwag (1754-1835). Als "gute[r] Rathgeber" und "kleiner Weihnachtsspaß" hatte sie es ihrer Tochter Sophie zu Weihnachten 1836 geschenkt. Der Vortrag gewährt Einblicke in die 203 Rezepte umfassende Sammlung und bettet sie in den regional- und kulturgeschichtlichen Kontext ein. Bitte beachten Sie auch den Kochkurs mit dem 3-Gänge-Weihnachtsmenü am Samstag, den 2. Dezember 2023 (siehe S. 81).

Dr. Betty Brux-Pinkwart
Eu 10103
 Freitag, 01.12.23,
 17:00 Uhr
 Landesbibliothek Eutin,
 Vortragsraum
 10,00 Euro

HAMABO

Baumpflege SH

Immer häufiger weisen Bäume geringe Vitalität auf, die vielfältige Ursachen haben kann (mechanische Beschädigung, Bodenverdichtung, Schädlinge, usw.). Nur ein gesunder Baum kann nachhaltig und sicher sein. Die Baumpflege betrachtet neben der Vitalität der Bäume auch die Sicherheit der Umgebung. Für jeden Baum müssen individuelle Maßnahmen zur Erhaltung ergriffen werden. Ausgebildete Baumpfleger erhalten durch vorbeugende, helfende und nachsorgende Pflege- und Sanierungsarbeiten nachhaltig und effizient sichere Bäume.

Ob Eutin, Kiel oder auf der Insel Fehmarn, lassen Sie sich kostenlos beraten und erhalten ein kostenloses Angebot: www.hamabo-baumpflege.de | info@hamabo-baumpflege.de
 HAMABO BAUMPFLEGE | Inh. Hans Malte Bonkowski | Kleinneudorf 5 | 23715 Bosau | Tel.: 0172 45 19 625



JUNGBAUMPFLEGE



BAUMPFLEGE



BAUMERHALTENDE
 MASSNAHMEN



BAUMFÄLLUNG



24/7 BAUMNOTDIENST



Letzte-Hilfe-Kurs

- Kooperation mit dem Palliativnetz östliches Holstein e.V.
und der Hospizinitiative Eutin e.V. -

In dieser Veranstaltung geht es um das kleine 1x1 der Sterbegleitung, speziell um das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen. Der Kurs gliedert sich in vier Einheiten (Module) zu jeweils 45 Minuten, die durch Kursleiterinnen mit Erfahrung in der Hospiz- und Palliativversorgung moderiert werden. Der Inhalt richtet sich nach dem Kursprogramm von Letzte Hilfe Deutschland (www.letztehilfe.de).

Modul 1: Sterben als ein Teil des Lebens / Modul 2: Vorsorgen und entscheiden / Modul 3: Leiden lindern / Modul 4: Abschied nehmen

**Brigitte Maas,
Annegret Pistol
Eu 10200**

Mittwoch, 20.09.23,
16:00 - 20:00 Uhr
Diakonie Eutin,
Ebereschenweg 13
Teilnahme kostenfrei

Vor der Sorge

Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung

In Zusammenarbeit mit dem Betreuungsverein Ostholstein

- Vortrag und Diskussion -

Wer regelt meine Angelegenheiten in den Zeiten, in denen ich nicht in der Lage dazu bin? Wer setzt meine Behandlungswünsche durch, wenn ich mich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr selbst äußern kann? Jeder Mensch kann unabhängig vom Alter in Situationen geraten, in denen andere für sie/ihn entscheiden müssen. Mit einer Vorsorgevollmacht bestimme ich in gesunden Tagen selbst, wer mich in diesem Fall vertreten soll. Denn Ehepartner oder Kinder sind nicht automatisch gesetzliche Vertreter.

**Claudia Burgdorf
Eu 10220**

Dienstag, 14.11.23,
18:30 Uhr
Vhs-Haus
Teilnahme kostenfrei

**Claudia Burgdorf
Eu 10221**

Dienstag, 09.04.24,
18:30 Uhr
Vhs-Haus
Teilnahme kostenfrei

Info

Bitte
denken Sie daran,
sich auch für Vorträge
unbedingt vorher
anzumelden!

Ehrenamtliche gesetzliche Betreuung

- wie geht das?

In Zusammenarbeit mit dem Betreuungsverein Ostholstein

- Vortrag und Diskussion -

Sie möchten sich ehrenamtlich für Menschen engagieren, die im Alltag aufgrund ihres Alters, einer Krankheit oder Behinderung auf Hilfe angewiesen sind? Vielleicht haben Sie sich in Corona-Zeiten um Ihre Nachbarn gekümmert und festgestellt, wie gut es Ihnen getan hat, hilfsbedürftige Menschen zu unterstützen? Wie wäre es dann, eine ehrenamtliche Betreuung zu übernehmen? Neben einer allgemeinen Einführung in das Betreuungsrecht erfahren Sie, welche Voraussetzungen Sie benötigen und welche konkreten Aufgaben Sie erwarten.

Claudia Burgdorf

Eu 10225

Montag, 09.10.23,

18:30 Uhr

Vhs-Haus

Teilnahme kostenfrei

Demenz verstehen und den Umgang damit erleichtern

Workshop für Angehörige und alle, die einen Einblick in die Welt von Menschen mit Demenz erlangen möchten

Im ersten Teil dieses Workshops wird das Demenz-Balance-Modell© vorgestellt. Diese Methode ermöglicht es, die Auswirkungen einer Demenzerkrankung selbst zu erleben. Die Teilnehmenden werden in die Lage versetzt, die Bedürfnisse und das Verhalten von Menschen mit einer Demenzerkrankung besser zu verstehen. Es zeigt auch auf, wie eine Unterstützung aussehen kann und das Selbstwertgefühl der Erkrankten somit gestärkt wird.

Im zweiten Teil geht es um die persönliche Musikbiografie: Es ist erwiesen, dass Musik, die wir lieben, tief in unserem Gehirn verankert ist. Kindheit, Feste, Feiertage und besondere Ereignisse werden oft mit Musik verbunden. Einmal wiederentdeckt, verschafft uns das Hören unserer Lieblingsmusik Genussmomente und einen Zugang zur eigenen Identität. Im Hinblick auf Demenzerkrankte können so Brücken gebaut und Sprachlosigkeit überwunden werden.

Kirsten Hanssen

Eu 10230

Samstag, 18.11.23,

10:00 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

7 UStd., 32,30 Euro

inkl. 5,00 Euro Lehrmaterial

Kirsten Hanssen

Eu 10231

Sonntag, 03.03.24,

10:00 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

7 UStd., 32,30 Euro

inkl. 5,00 Euro Lehrmaterial



Die folgenden **Online-Vorträge** finden in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein statt. Die Teilnahme daran ist, Dank der Projektförderung des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie, kostenfrei.



Den Link zur Veranstaltung und Informationen über notwendige technische Voraussetzungen erhalten Sie vor dem Termin in einer separaten E-Mail. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: www.vhs-eutin.de.



Welche Heizung ist die richtige für mein Haus?

Ingo Sell
Eu 10400
Dienstag, 28.11.23,
18:00 Uhr

Förderprogramme optimal nutzen

Ingo Sell
Eu 10402
Dienstag, 05.12.23,
18:00 Uhr

Strom erzeugen mit Photovoltaik

Jan Asbahr
Eu 10413
Dienstag, 20.02.24,
18:30 Uhr

Energie sparen mit Wärmedämmung

Ingo Sell
Eu 10404
Dienstag, 13.02.24,
18:00 Uhr

Sturm, Hitze und Überschwemmung Vorsorge gegen Folgen des Klimawandels

Beate Oedekoven
Eu 10405
Samstag, 23.09.23,
17:00 Uhr

Teller statt Tonne Verschwendung von Lebensmitteln vermeiden

N.N.
Eu 10406
Donnerstag, 28.09.23,
17:00 Uhr

Schön verpackt - um welchen Preis? Die bunte Welt der Lebensmittelverpackungen

N.N.
Eu 10407
Dienstag, 10.10.23,
17:00 Uhr

Der Nutri-Score: Per Ampel zur besseren Ernährung?

N.N.
Eu 10408
Donnerstag, 14.12.23,
17:00 Uhr

Lernen mit Erfolg: Motivation - Ziele - Strategien

Workshop für Schülerinnen und Schüler ab 16 Jahren

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit folgenden Fragen: Wie kann ich mein Lernen optimieren? Wie formuliere ich passende Ziele für mich? Welche Lernstrategien sind für mich sinnvoll? Wie steigere ich die Motivation für mein Lernen? Welche Ressourcen kann ich nutzen? Wie bereite ich mich gut auf meine nächste Prüfung vor? Die Themen werden mit unterschiedlichen Methoden innerhalb der Gruppe gemeinsam erarbeitet.

Im Zeitraum zwischen beiden Kursterminen erproben die Teilnehmer*innen ihre erarbeiteten Strategien, sodass der zweite Termin zur Reflexion über das bisher Erreichte und zur individuellen Anpassung genutzt werden kann.

Antje Hahn

Eu 10510

Freitag, 03.11.23

Freitag, 17.11.23

17:00 - 20:00 Uhr

Vhs-Haus

8 UStd., 28,00 Euro

keine Ermäßigung

Antje Hahn

Eu 10511

Freitag, 23.02.24

Freitag, 08.03.24

17:00 - 20:00 Uhr

Vhs-Haus

8 UStd., 28,00 Euro

keine Ermäßigung

Denk mit - bleib fit!

Ganzheitliches Gedächtnistraining

In diesem Kurs wollen wir spielerisch, stressfrei und ohne Leistungsdruck durch gezielte Übungen die wichtigsten Funktionen des Gehirns aktivieren und stärken, Neues aufnehmen und unsere geistige Beweglichkeit trainieren.

Karin Behrends

Eu 10590

7 x mittwochs, ab 13.09.23

09:30 - 10:45 Uhr

Vhs-Haus

12 UStd., 34,80 Euro

14-täglich

Karin Behrends

Eu 10591

6 x mittwochs, ab 10.01.24

09:30 - 10:45 Uhr

Vhs-Haus

10 UStd., 29,00 Euro

14-täglich



6. Klar. Pag.

besser sehen besser hören

Dr. PISTOR

Königstr. 4 Eutin Peterstr. 19

04521 3031 04521 3181



Führungstraining mit Hilfe von Pferden

- Kleingruppe -

Pferde sind die idealen Führungstrainer! Indem sie immer authentisch reagieren, sind sie Spiegel der eigenen Person. Pferde geben dem Menschen eine unmittelbare und eindeutige Resonanz auf sein Verhalten und seine mentale Ausrichtung. Pferde schmeicheln nicht. Sie lernen in diesem Seminar, wie sich Führen im wahrsten Sinne des Wortes anfühlt. Sie lernen wie Sie Präsenz aufbauen, Resonanz erzeugen und Orientierung geben - allein über Ihre mentale Klarheit und Ihre gezeigte Konsequenz. Sie erfahren, was Stärke und Klarheit bedeuten und was Sie dafür tun müssen. Sie erleben Ihre Führungsfehler, trainieren neue Denk- und Verhaltensmuster, erfahren, wie Sie mit minimalen Gesten ein Kraftpaket dazu bringen, Ihnen Aufmerksamkeit entgegenzubringen und kleinsten Anweisungen gerne zu folgen. Das mit dem Pferd Erlernte und Erfahrene lässt sich auf die eigene Arbeit und den Umgang mit Mitarbeiter*innen übertragen.

Reitkenntnisse oder Erfahrung im Umgang mit Pferden sind nicht erforderlich. Es geht ausschließlich um das Führen von Pferden.

Karsten Ebeling,

Petra Böttger

Eu 10610

Freitag, 27.10.23

18:30 - 21:00 Uhr,

Samstag, 28.10.23

09:00 - 16:00 Uhr,

Schwentinehof, Sibbersdorf

13 UStd., 120,10 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer Aufwand

Karsten Ebeling,

Petra Böttger

Eu 10611

Freitag, 03.05.24

18:30 - 21:00 Uhr,

Samstag, 04.05.24

09:00 - 16:00 Uhr,

Schwentinehof, Sibbersdorf

13 UStd., 120,10 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer Aufwand



Systemisches Coaching

Die Führungskraft als Coach

- Bildungsurlaub -

Systemisches Coaching als Grundlage für eigene Veränderungsprozesse ist nicht nur eine Form der Beratung und der Initiierung solcher Prozesse bei sich selbst. Auch im persönlichen und beruflichen Umfeld erlangen die Methoden und Herangehensweisen des Systemischen Coachings immer mehr an Bedeutung. Führungskräfte nutzen das Systemische Coaching für die Arbeit mit ihren Mitarbeiter*innen. Die systemische Herangehensweise bietet Ziel- und lösungsorientierte Ansätze und führt mit dieser Haltung zum Erfolg.

Sigrid Wassermeyer

Eu 10615

Montag, 15.04.24 -

Freitag, 19.04.24,

täglich 08:30 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

40 UStd., 220,00 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer

Aufwand

inkl. 20,00 Euro Lehrmaterial

Es gelten die gesonderten

Rücktrittsbedingungen für

den Bildungsurlaub (s. S.

94)!

Unterwegs in Lüneburg und Wismar

Die besonderen Stadtführungen

Die Teilnehmenden erleben die Stadt und deren Geschichte basierend auf folgenden Fragen: Wie alt ist diese Stadt? Wer hat die Stadt angelegt und warum? Wie sah sie ursprünglich aus? Was waren geschichtliche Höhepunkte? Wie hat sich diese Stadt verändert und warum? Gibt es noch Spuren der Vergangenheit? Ein historischer Spaziergang mit entsprechenden Pausen (Gehstrecke 7-10 km) führt durch die Stadt, um deren Geschichte und die historischen Zeugen der Vergangenheit auf kurzweilige Art und Weise kennenzulernen. Die Mittagspause wird in einem Restaurant mittlerer Klasse geplant. In der Kursgebühr ist ein umfangreiches Handout enthalten. Die Anfahrt erfolgt individuell. Eine gemeinsame Fahrt ab Eutin /Malente ist nach Absprache möglich.

Wilhelm Lindert

Eu 10950

Samstag, 07.10.23,
ca. 07:15 - 19:00 Uhr
25,00 Euro
Lüneburg

Wilhelm Lindert


Eu 10951

Samstag, 04.05.24,
ca. 07:15 - 19:00 Uhr
25,00 Euro
Wismar



STRANDGOLFER

ADVENTUREGOLF / FAHRRADVERLEIH

Strandallee 135-137, 23669 Timmendorfer Strand,
Tel.: 0172 6420080, Email: info@strandgolfer.de,
www.strandgolfer.de, 



Wenn Sie Interesse an einer **Studienreise** haben, lassen Sie sich bitte unverbindlich bei der Vhs Eutin vormerken. Wir informieren Sie, sobald nähere Informationen (Termine, Preise) zu der Reise vorliegen und ein Termin für einen Informationsabend feststeht. Bei Studienreisen übernimmt jeweils der Veranstalter die Haftung nach dem deutschen Reisevertragsrecht. Die Vhs Eutin tritt als Vermittlerin der Reisen auf. Sollte die Mindestteilnehmer*innenzahl bis zum Anmeldeschluss nicht erreicht werden, muss die Reise leider abgesagt werden.

Kuba - ein Land im Wandel

Kuba gilt als Land der Lebensfreude. Neben Cocktails, Salsa und traumhaften Stränden hat das karibische Land aber noch viel mehr zu bieten: Revolution und Sozialismus haben Kuba auf einzigartige Weise geprägt. Die Geschichte des Landes ist durchzogen von spannenden Ereignissen und Persönlichkeiten. Auf dieser Reise lernen Sie Kuba aus den verschiedenen Blickwinkeln kennen: Experten und Landsleute geben Ihnen exklusive Einblicke in Politik, Wirtschaft und Kultur.

Markus Föhrweißer

Eu 10920

03.03. - 16.03.24

Info-Abend: Freitag, 24.11.23,
18:00 Uhr, Vhs-Haus

Reisepreis: 2.699,00 Euro im DZ,

EZ-Zuschl.: 299,00 Euro

Mindestteilnehmer*innenzahl: 15

Jordanien - Vorankündigung

Jordanien ist ein kleines Land, das von herzlicher Gastfreundschaft, einer traditionsreichen Geschichte und großartigen Kultur geprägt ist. Wüsten wie Mondlandschaften, faszinierende archäologische Stätten und ein Meer, so salzig, dass es kaum Leben zulässt sind nur einige Besonderheiten des Landes. Das Königreich ist ein Land voller Wunder und Gegensätze. Während in der Wüste Wadi Rum noch heute Beduinen leben, gilt Aqaba am Roten Meer als eine der weltoffensten Städte des Nahen Ostens.

Markus Föhrweißer

Eu 10925

Herbst 2024

Das **Philosophische Café** bietet eine Einführung in die Philosophie und die Beschäftigung mit dem eigenen Philosophieren in einem Kreis gleichgesinnter, interessierter Menschen. Dabei steht das Gespräch im Vordergrund. Durch ausgewählte Texte oder Bildmaterialien werden im Kursverlauf immer wieder die Bezüge zur Geistesgeschichte, zur Systematik des Faches mit seinen verschiedenen Disziplinen und zu einzelnen Denkerpersönlichkeiten hergestellt. Die Themen sind der Vorschlag für eine mögliche Themenabfolge. Das Philosophische Café lebt aber von Gesprächen, Spontaneität und der Interessenlage der Teilnehmenden. Das Text- und Bildmaterial wird gegen Kostenerstattung vom Dozenten bereitgestellt.

Platons Dialoge - eine Einführung in die Philosophie

In Platons Dialogen findet sich erstmalig das gesamte Spektrum philosophischer Grundthemen entfaltet. Dazu gehören Fragen nach Sein und Werden, Erkenntnis und Bildung, Wissen und Meinung, Sprache und Rhetorik, Leib und Seele, Liebe, Tugend, Gerechtigkeit, Politik, Kunst u.v.a.m. So bewahrheitet sich auch heute noch der kühne Ausspruch Alfred North Whiteheads, "alle Philosophie nach Platon bestünde aus Fussnoten zu Platon".

Dr. Roland Daube
Eu 10801

Freitag, 03.11.23,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 2

Platons Dialoge - eine Einführung in die Philosophie

Dr. Roland Daube
Eu 10802

Freitag, 24.11.23,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 3

Platons Dialoge - eine Einführung in die Philosophie

Dr. Roland Daube
Eu 10803

Freitag, 15.12.23,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro



Die Themen für das Frühjahrssemester werden zusammen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Vorjahr festgelegt und auf der Homepage der Vhs bekannt gegeben.

Philosophisches Café 4

Dr. Roland Daube

Eu 10804

Freitag, 26.01.24,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 5

Dr. Roland Daube

Eu 10805

Freitag, 23.02.24,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 6

Dr. Roland Daube

Eu 10806

Freitag, 22.03.24,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 7

Dr. Roland Daube

Eu 10807

Freitag, 03.05.24,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Philosophisches Café 8

Dr. Roland Daube

Eu 10808

Freitag, 07.06.24,
15:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
3 UStd., 15,00 Euro

Info

Arbeitnehmer*innen
haben einen
gesetzlichen Anspruch auf
Bildungsurlaub!
Nähere Informationen im
Serviceteil
ab S. 90



Goethezeit und Gegenwart

Themen, Texte und Aspekte

Mit Nennung oder Kenntnisnahme von Themenstellungen in Literatur, Kunst und Philosophie wird häufig und nahezu einfordernd die Frage nach deren "heutiger Aktualität" gestellt. Der unmittelbar einsichtige "Bezug zur eigenen Lebenspraxis" erscheint wie ein Brauchbarkeitskriterium. Um die Aktualität einer vergangenen Epoche aber überhaupt feststellen und bewerten zu können, ist es nötig, sich von ihren maßgebenden Ideen und Haltungen erst einmal ein Bild zu machen, sich den Geist einer Vergangenheit in Erinnerung zu rufen, ihn aus der Vergessenheit wieder herauszuheben, um dann möglicherweise wieder entdecken zu können, was da eigentlich auf der Strecke geblieben und verlorengegangen ist.

Dr. Roland Daube

Eu 10820

8 x dienstags
07.11.23, 28.11.23,
19.12.23, 23.01.24,
27.02.24, 26.03.24,
07.05.24, 11.06.24
jeweils 18:15 - 20:30 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 117,60 Euro

Nach der Buchmesse ist vor der Lektüre

Neues vom Buchmarkt

- Vortrag in Kooperation mit der Landesbibliothek Eutin -

Dieser Vortrag will nach der Frankfurter Buchmesse über Neuerscheinungen deutscher Autoren und in deutscher Übersetzung informieren. Dabei kann es sich natürlich nur um einige wenige Empfehlungen handeln, um eine subjektive Auswahl, die so objektiv wie möglich erfolgen wird. Kein Literarisches Quartett also, sondern das Solo eines professionellen Literaturwissenschaftlers, der selbst ein begeisterter Leser ist.

Prof. Dr. Axel Walter

Eu 20100

Donnerstag, 23.11.23,
19:00 Uhr
Landesbibliothek Eutin,
Vortragsraum
15,00 Euro

**ÜBER
5 MIO. ARTIKEL**

Bücher, Comics, fremdsprachliche
Bücher, Kalender, eReader, Hörbücher &
eBooks, (auch als Download), DVDs,
Musik-CDs, Spielwaren, Games...

BUCHHANDLUNG
HOFFMANN
www.lesezeichen.de



In unserer Buchhandlung in der
Peterstraße, Eutin oder jederzeit online
unter www.lesezeichen.de bestellen
und sich nach Hause schicken lassen
oder bei uns abholen!

ANRUFEN ZUM NULLTARIF: **0800-707 8000** VERSANDKOSTENFREIE LIEFERUNG



Kafka & Co

- Seminar -

Zwischen ca. 1880/90 und 1920/30 war Prag ein Zentrum einer deutschen Literatur der Moderne. Federführend waren die Schriftsteller und anderen Künstler, die Max Brod, eine zentrale Figur der Szene, im Abstand von drei Jahrzehnten rückblickend als "Prager Kreis" bezeichnete. Franz Kafka ist sicherlich der bekannteste Name dieses "Kreises", zu dem aber auch - in je unterschiedlicher Nähe - Oskar Baum, Karl Brand, Rudolf Fuchs, Egon Erwin Kisch, Johannes Urzidil, Felix Weltsch, Franz Werfel und Ludwig Winder gezählt werden. Für diese und andere, zu nennen sind z.B. Gustav Meyrink und Rainer Maria Rilke, bot Prag nicht nur den Ort, sondern auch ein inspirierendes Thema ihres Schreibens. An diesem Punkt setzt das Seminar an, in dem ganz gezielt Werke einzelner Autorinnen und Autoren betrachtet werden, die zwischen 1880 und 1930 - wenigstens zeitweise - in Prag lebten und schrieben.

Prof. Dr. Axel Walter

Eu 20102

Samstag, 24.02.24,
14:00 - 17:00 Uhr
Landesbibliothek Eutin,
Vortragsraum
4 UStd., 20,00 Euro

Literaturen des Baltikums

- Seminar -

Die drei baltischen Staaten Estland, Lettland und Litauen besaßen über Jahrhunderte keine staatliche Eigenständigkeit, was sich auch in ihren Literaturen ausdrückte. Lange dominierten die deutsche oder die polnische Sprache bis sich seit dem 19. Jahrhundert kleine, aber feine Nationalliteraturen entwickelten, die erste spannende Werke hervorbrachten. Bis heute hat sich daran nichts geändert. Das Seminar führt in die drei baltischen Literaturen ein und stellt unterschiedliche Texte vor.

Prof. Dr. Axel Walter

Eu 20103

Samstag, 25.05.24,
14:00 - 17:00 Uhr
Landesbibliothek Eutin,
Vortragsraum
4 UStd., 20,00 Euro

Info

**Eine frühzeitige
Anmeldung
sichert das
Zustandekommen
der Kurse!**

Tanzende Worte - eine kreative/kognitive Schreibwerkstatt

- Kleingruppe -

Durch bestimmte Techniken bringen wir den Verstand (kognitive, bewusste Ebene) und die Fantasie (kreative, unbewusste Ebene) dazu, sich gemeinsam auf dem Tanzparkett des Schreibens zu bewegen. Unsere rechte und linke Gehirnhälfte sollen ordentlich Rock´n Roll tanzen. Ganz spielerisch mit Spaß und Offenheit finden die Worte den Weg aufs Papier. Ob Erfundenes, Erlebtes oder Erlerntes, ob tiefgründig, absurd, ernst oder heiter, immer entsteht ein spontaner und oft erfüllender Schreibprozess für die/den Einzelne/n. Es wird einen Rahmen geben: Impulse, Schreibaufgaben, sozusagen ein Gelände, jedoch keine fachliche Bewertung der Texte und keinen Leistungsdruck. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Maren Ulrich-Eckhoff

Eu 20200

4 x mittwochs, ab 08.11.23
10:00 - 12:15 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro

Maren Ulrich-Eckhoff

Eu 20201

4 x donnerstags, ab 23.05.24
18:15 - 20:30 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro

Kreatives Schreiben

- Wochenendworkshop -

Die Wochenend-Schreibwerkstatt bietet den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, Techniken des kreativen Schreibens auszuprobieren und Freude am Fabulieren zu entwickeln. Der Kurs richtet sich an Menschen, die Interesse daran haben, eigene Texte und Gedichte zu Papier zu bringen und sich spielerisch auf die Kunst des Schreibens einzulassen.

Renate Schlichting

Eu 20208

Samstag, 28.10.23 und
Sonntag, 29.10.23,
10:00 - 15:00 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro

Renate Schlichting

Eu 20209

Samstag, 24.02.24 und
Sonntag, 25.02.24,
10:00 - 15:00 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro



... seit 1974
Neustadt in Holstein

SPIELZEIT 2023/2024

NEUSTADT IN HOLSTEIN
THEATERSAAL AN DER
JACOB-LIENAU-SCHULE

DAS THEATER- PROGRAMM FÜR GANZ OSTHOLSTEIN

Abonnementsverkauf
bis 30. Juni 2023
Neustädter Rathaus, Zimmer 10
Telefon 04561 619-321
E-Mail: theater@stadt-neustadt.de

Einzelkartenverkauf u. a. bei:

- LN-Ticketwelt Haase
- Buchhandlung Buchstabe am Markt
- Tourist-Info Pelzerhaken
- Tourist-Information Grömitz

Weitere Informationen auch zum
Online-Ticketing finden Sie auf
www.stadt-neustadt.de/theater

„Theater in der Stadt“
dankt seinen Paten

Sparkasse Holstein	eska Kaufhaus
Balticum Verlag „der reporter“	Svenja Muchow druck & medien
Stadtwerte Neustadt in Holstein	Markt-Apotheke

15. 9. 2023
Abo rot

Oma wird verkauft

Komödie nach Anton Hamik
mit Kristof Stöbel, Botond von Gaal,
Thomas Gerber und Raphaela Kiczka

6. 10. 2023
Abo gelb

Der Mönch mit der Klatsche

Komödie frei nach Edgar Wallace
mit Michaela Schaffrath und Stefan Keim

3. 11. 2023
Abo grün

Love Letters

Schauspiel von A. R. Gurney
mit Ursula Buschhorn und Peter Kremer

24. 11. 2023
Abo gelb

Frau Bachmanns kleine Freuden

Komödie von Sam Bobrick
mit dem Ensemble des Hamburger Ohnsorg-Theaters

1. 12. 2023
Abo rot

Rent a Friend

Komödie von Folke Braband
mit Torsten Münchow, Bürger Lars Dietrich, Caroline Beil u. a.

31. 12. 2023
ohne Abo

Silvesterkonzert mit Appeltown Washboard Worms

Boogie Woogie, Plattdöütsch, Skiffle, Country, Cajun, Jazz,
Rock'n Roll und ganz viel gute Laune

26. 1. 2024
Abo grün

4000 Tage

Ernste Komödie von Peter Quilter
mit Mona Seefried, Matthias Happach und Mathias Herrmann

9. 2. 2024
Abo gelb

Dat Frollein Wunner - plattdeutsch -

Plattdeutsche Komödie mit Musik
und dem Ensemble des Hamburger Ohnsorg-Theaters

23. 2. 2024
ohne Abo

Best of Musicals

Höhepunkte aus über 20 der erfolgreichsten Musicals
mit dem Ensemble von Wacky Showkultur

1. 3. 2024
Abo rot

Die Niere

Komödie von Stefan Vögel
mit Dominic Raacke, Katja Weitzenböck, Jana Klinge
und Ralf Komorr

22. 3. 2024
Abo grün

A long way down

Schauspiel nach Nick Hornby
mit Kai Hufnagel, Anne Schieber, Nadja Wünsche
und Johan Richter

Spiel und Improvisation

- Theaterworkshop -

In diesem Kurs geht es um die Grundlagen des Improtheaters. Hier ist kein Schauspielertalent nötig, vielmehr zählt die Lust, sich auszuprobieren, zu spielen, mal anders sein zu dürfen. Viele Übungen und Spiele - alleine, zu zweit oder in der Gruppe - schulen Wahrnehmung und Ausdruck von Körper, Gedanken und Gefühlen. In einer wertfreien, lockeren Atmosphäre können Teilnehmer*innen in improvisierten Szenen ganz neue Seiten an sich entdecken.

Jakob Heydemann

Eu 20420

Samstag, 07.10.23,
10:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 46,40 Euro

Jakob Heydemann

Eu 20421

Samstag, 24.02.24,
10:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 46,40 Euro

Jakob Heydemann

Eu 20422

Samstag, 22.06.24,
10:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 46,40 Euro

Doppelkopf für Anfänger*innen

Doppelkopf wirkt auf den ersten Blick sehr umfangreich, aber wer einmal die Grundkenntnisse beherrscht, wird feststellen, wie spannend und fesselnd dieses Spiel sein kann. Der Kurs richtet sich an alle, die die Regeln dieses Spiels erlernen wollen.

Ines Kaak

Eu 20005

6 x montags, ab 30.10.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 34,80 Euro



Albert-Mahlstedt-Str. 2 • 23701 Eutin • www.koki-eutin.de

Wir spielen jeden Freitag um 20 Uhr und jeden Sonnabend um 17 und 20 Uhr die schönsten, besten, innovativsten, aufrüttelndsten, spannendsten, besinnlichsten, lustigsten, beliebtesten, gewagtesten, unterhaltendsten und klügsten Filme, die Sie gesehen haben sollten (wenn wir nicht einen Theaterabend haben).

Wir versenden an Interessenten einen wöchentlichen Newsletter mit dem aktuellen Programm. Wenn Sie ihn erhalten wollen, schicken Sie eine Mail mit dem Betreff »Kino« an: Kultur@kulturbund-eutin.de



Fotoforum

Dieses Seminar wendet sich an Menschen, die sich über Fotografie austauschen möchten. Anhand von Aufgaben und Themen verschiedener Genres fotografiert jede/r individuell. Bei den Treffen werden intensive Bildbesprechungen durchgeführt oder Themen der Fotografie besprochen. Besonders empfohlen, wenn Sie schon einmal den Kurs „Kreatives Fotografieren“ belegt hatten.

Gunnar Asmus

Eu 2110

10 x donnerstags, ab
18.01.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 58,00 Euro
14-täglich

Kreatives Fotografieren

Dieses Seminar wendet sich an Menschen, die sich der Fotografie intensiver widmen möchten. Das Fotografieren steht im Vordergrund, nicht die Bildbearbeitung. Die Teilnehmer*innen sollen durch den "anderen Blick" auf die Fotografie ihre Kreativität entdecken. Grundkenntnisse über die Bedienung der Kamera müssen vorhanden sein.

Gunnar Asmus

Eu 2110

8 x dienstags
ab 05.03.2024
17:00 - 19:15 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 69,60 Euro
14-täglich

010100011011011001001
1010 DURCHBLICK 01100
0101 IM DIGITALEN 010
0001101 ZEITALTER 101
011000101100101101010

BRILLEN HOTH
SEIT 1950

brillen-hoth.de

Kalligrafie für Anfänger*innen

Die Kunst des schönen Schreibens

In diesem Kurs werden erste Grundlagen zu Schreibtechniken für verschiedene kalligrafische Schriftarten vermittelt. Die Teilnehmer*innen erlernen die zweckmäßige Führung von Schreibfedern zur ausgewogenen Gestaltung eines kalligrafischen Schriftbildes.

Hartmut Hausfeldt

Eu 20700

8 x montags, ab 11.09.23
18:15 - 20:15 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 85,80 Euro

Kalligrafie für Fortgeschrittene

Die Kunst des schönen Schreibens

In diesem Kurs vertiefen die Teilnehmer*innen bereits vorhandene Kenntnisse der Kalligrafie, fertigen Schriftstücke in verschiedenen Schriftarten und erlernen die farbige Gestaltung von Schmuckbuchstaben und Initialen.

Hartmut Hausfeldt

Eu 20703

8 x mittwochs, ab 13.09.23
18:15 - 20:15 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 85,80 Euro

Zeichnerische Grundlagen

- Kleingruppe -

Mit verschiedenen Techniken wie Bleistift, Kohle, Fineliner u. Ä. erarbeiten sich die Teilnehmer*innen die zeichnerischen Grundlagen für ihre Bild-Ideen. Ziel ist es, das Motiv visuell richtig zu erfassen und umzusetzen (Proportionen, Licht/Schatten, Perspektive, Texturen).

Ulrike Schrader

Eu 20710

8 x mittwochs, ab 20.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro
zzgl. Materialkosten

Zeichnen - Mixed Media

- Kleingruppe -

In diesem Kurs wird mit einer Vielfalt von Zeichenmaterialien experimentiert. Die Teilnehmer*innen können feststellen, welche unterschiedlichen Ergebnisse sich mit verschiedenen Stiften (wasserfeste oder wasserlösliche, Aquarellfarben, Kugelschreiber) erzielen lassen.

Ulrike Plötz

Eu 20750

4 x montags, ab 15.01.24
18:15 - 20:30 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 49,80 Euro
inkl. 3,00 Euro Materialkosten

Ulrike Plötz

Eu 20751

4 x mittwochs, ab 17.01.24
9:30 - 11:45 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 49,80 Euro
inkl. 3,00 Euro Materialkosten



Aktzeichnen

- Kleingruppe -

Ziel des Kurses ist es, die menschliche Figur "richtig" zu erfassen sowie die Vielfalt der Bewegungen und Verkürzungen zu erkennen und die Beobachtungen nach und nach in einen eigenen persönlichen Zeichenstil umzusetzen.

Ulrike Schrader

Eu 20735

8 x mittwochs, ab 24.04.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 87,40 Euro
inkl. 25,00 Euro für
besonderer Aufwand
zzgl. Materialkosten

Porträtzeichnen

- Kleingruppe -

Den Kanon des menschlichen Kopfes zu sehen und durch Übung zu verinnerlichen, ist Ziel dieses Kurses. Ganzkörper- und Porträtstudien sollen mithilfe verschiedener Techniken umgesetzt werden, um dem gewünschten Ergebnis möglichst nahe zu kommen.

Ulrike Schrader

Eu 20745

8 x mittwochs, ab 31.01.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro
zzgl. Materialkosten

Das Skizzenbuch: Zeichnen in der Stadt - Urban Sketching

- Kleingruppe -

Sich einfach irgendwo hinsetzen und zeichnen, was einem gerade ins Auge fällt, das ist "Urban Sketching". Meist sind es Objekte oder Gebäude, die Urban Sketchers festhalten, aber auch Situationen, die zum Stadtbild gehören. Am ersten Tag wird ein Skizzenbuch eingerichtet. Mit verschiedenen Zeichenmaterialien werden Basis-Komponenten wie Farbkreis, Tonwerte, Perspektive, Bildaufbau und Komposition ins Buch notiert. Dieses Wissen wird bei den weiteren Terminen draußen vor Ort vertieft.

Ulrike Plötz

Eu 20715

4 x montags, ab 11.09.23
18:15 - 20:30 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 48,80 Euro
inkl. 2,00 Euro Lehrmaterial

Ulrike Plötz

Eu 20716

4 x mittwochs, ab 13.09.23
09:30 - 11:45 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 48,80 Euro
inkl. 2,00 Euro Lehrmaterial

Ulrike Plötz

Eu 20717

4 x montags, ab 27.05.24
18:15 - 20:30 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 48,80 Euro
inkl. 2,00 Euro Lehrmaterial

Ulrike Plötz

Eu 20718

4 x mittwochs, ab 29.05.24
09:30 - 11:45 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 48,80 Euro
inkl. 2,00 Euro Lehrmaterial

Aquarellmalerei

- Kleingruppe -

Ohne zeichnerische Kenntnisse vorauszusetzen, bietet dieser Kurs eine Möglichkeit, sich mit der Aquarelltechnik anzufreunden. Neben den klassischen Maltechniken werden Ansätze vermittelt, die über das reine Aquarell hinaus, interessante Bildgestaltungen ermöglichen. Materialien werden in der ersten Stunde besprochen, vorhandenes Material sollte mitgebracht werden.

Peter Krauß

Eu 20733

10 x dienstags, ab 12.09.23

18:15 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 117,00 Euro

Peter Krauß

Eu 20734

10 x dienstags, ab 09.01.24

18:15 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 117,00 Euro

Malen mit Pastellkreide

- Kleingruppe -

Der Umgang mit Kreide ist leicht zu erlernen, bereitet viel Freude und führt so zu raschen Erfolgserlebnissen. Die Teilnehmenden arbeiten nach Vorlagen, Objekten und bei schönem Wetter im Freien.

Sabine zur Megede

Eu 20720

10 x mittwochs, ab 13.09.23

17:30 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 117,00 Euro

Sabine zur Megede

Eu 20722

10 x mittwochs, ab 17.01.24

17:30 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 117,00 Euro

Sabine zur Megede

Eu 20724

10 x mittwochs, ab 08.05.24

17:30 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 117,00 Euro

TAG- & NACHTRUF Eutin 0 45 21 – 790 540 Bad Malente 0 45 23 – 22 91

In guten Händen.

 **Schröder**
BESTATTUNGEN





Malclub - Acrylmalerei

- Kleingruppe -

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Spaß daran haben, in Gemeinschaft zu malen. Ob Anfänger*innen oder Fortgeschrittene, alle bekommen Tipps und Hilfestellungen. Der zeitliche Rahmen ermöglicht es, auch schon mal ein kleines Bild in einer "Sitzung" fertigzustellen. Gemalt werden kann, was gefällt: ob abstrakt oder gegenständlich, modern oder altmeisterlich - die Freude an der Malerei steht im Vordergrund!

Ulrike Schrader

Eu 20755

3 x samstags

30.09.23, 04.11.23,

02.12.23

jeweils 10:00 - 14:00 Uhr

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

Ulrike Schrader

Eu 20756

3 x samstags

27.01.24, 24.02.24,

23.03.24

jeweils 10:00 - 14:00 Uhr

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

Ulrike Schrader

Eu 20757

3 x samstags

27.04.24, 25.05.24,

22.06.24

jeweils 10:00 - 14:00 Uhr

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro



Kontorhaus UTINA



Elisabethstr. 72
23701 Eutin

☎: 0 45 21 / 79 27 0

info@pitzner-schleuter-kg.de

Wir vermieten

- Büroräume
- Gewerbeflächen
- Praxisräume

Goldschmieden

- Kleinstgruppe -

Schmuck selbst entwerfen und herstellen ist das Ziel dieses Wochenendkurses. Der erfahrene Goldschmied vermittelt alle erforderlichen Techniken. Er macht mit den Werkzeugen vertraut und begleitet die Arbeitsprozesse, sodass die Teilnehmer*innen ihre persönlichen Ideen und Wünsche verwirklichen können. Handwerkliche Fertigkeiten werden individuell nach Erfordernis erlernt oder vertieft. Werkzeuge und Hilfsstoffe werden gestellt. Alle Metall- und Edelsteinkosten richten sich nach dem Verbrauch und werden mit dem Kursleiter abgerechnet.

Martin Otte

Eu 20810

Samstag, 04.11.23
09:00 - 17:00 Uhr,
Sonntag, 05.11.23
10:00 - 17:00 Uhr,
Goldschmiede Otte, Schusterweg 2 a,
23701 Groß Meinsdorf
20 UStd., 116,00 Euro
zzgl. Materialkosten
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94)

Martin Otte

Eu 20815

Samstag, 20.01.24
09:00 - 17:00 Uhr,
Sonntag, 21.01.24
10:00 - 17:00 Uhr,
Goldschmiede Otte, Schusterweg 2 a,
23701 Groß Meinsdorf
20 UStd., 116,00 Euro
zzgl. Materialkosten
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94)

(Alte) Bücher neu gebunden

- Vortrag aus der Reihe "Wissen um fünf" in Kooperation mit der Kreisbibliothek Eutin -

Welcher Aufwand, welche handwerklichen Arbeitsschritte und Kenntnisse sind notwendig, um entweder ein persönliches Buch zu erstellen oder das Lieblingsbuch zu reparieren? Was ist notwendig, um solche Arbeiten selbst durchzuführen, ohne gleich eine Buchbindwerkstatt einrichten zu müssen? Anhand von Beispielen werden diese Fragen beantwortet und das alte Handwerk anschaulich erklärt.

Peter Krauß

Eu 21020

Donnerstag, 28.09.23,
17:00 Uhr
Kreisbibliothek Eutin, Galerie
Schlossplatz 2
10,00 Euro
keine Ermäßigung

Plastisches Gestalten

- Kleingruppe -

In diesem Kurs können Anfänger*innen das Nachbilden von Plastiken erlernen. Fortgeschrittene entwickeln Arbeiten nach eigenen Ideen, die vorwiegend aus dem Werkstoff Ton erstellt werden.

Brigitte Schulz

Ma 20835

10 x montags, ab 11.09.23
14:00 - 16:15 Uhr
Schule an den Auewiesen, Malente
Kunstraum
30 UStd., 117,00 Euro

Brigitte Schulz

Ma 20838

10 x montags, ab 15.01.24
14:00 - 16:15 Uhr
Schule an den Auewiesen, Malente
Kunstraum
30 UStd., 117,00 Euro



Alten Sachen einen neuen Look geben - das ist **Upcycling**. Es ist total im Trend und nachhaltig. In diesen Kursen wird Möbeln und Deko-Gegenständen ein neuer Look verpasst. Eigene Möbel, wie Stuhl, Beistelltisch, Regal o.ä. werden von den Teilnehmenden mitgebracht. Ungeeignet sind Möbel mit öliger Oberfläche. Die hochwertigen Kreidefarben, Lacke und Wachse und sonstige Materialien werden von der Kursleiterin gestellt und sind in der Kursgebühr enthalten.

Möbel Upcycling - Shabby chic

- Kleinstgruppe -

In diesem Kurs geht es um die kreative Technik des Shabby chics. Ein selbst mitgebrachtes kleines Möbelstück wird mit heller Kreidefarbe bearbeitet.

Janine Witt

Eu 20860

Freitag, 29.09.23,
16:00 - 18:15 Uhr

Vhs-Haus

3 UStd., 48,40 Euro

inkl. 31,00 Euro Materialkosten

Janine Witt

Eu 20861

Freitag, 16.02.24,
16:00 - 18:15 Uhr

Vhs-Haus

3 UStd., 48,40 Euro

inkl. 31,00 Euro Materialkosten

Möbel Upcycling - Antik Look

- Kleinstgruppe -

In diesem Workshop werden zwei Techniken vorgestellt, um den mitgebrachten Möbelstücken den unverwechselbaren Antik-Look zu geben. Gearbeitet wird entweder mit der 2-Farben-Technik oder einer hellen Farbe und dunklem Wachs.

Janine Witt

Eu 20865

Freitag, 10.11.23,
16:00 - 19:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., 56,20 Euro

inkl. 33,00 Euro Materialkosten

Janine Witt

Eu 20866

Freitag, 19.01.24,
16:00 - 19:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., 56,20 Euro

inkl. 33,00 Euro Materialkosten

Möbel Upcycling - Garten Feeling

- Kleinstgruppe -

Sie möchten besondere Akzente im Garten oder auf dem Balkon setzen? In diesem Kurs geht es um den Umgang mit Kreidefarben und wie man sie mit Lack wetterfest macht. Da das Trocknen des Lacks Zeit in Anspruch nimmt, findet der Kurs an zwei Tagen statt.

Janine Witt

Eu 20868

Freitag, 01.03.24

16:00 - 18:30 Uhr,

Samstag, 02.03.24

10:00 - 11:00 Uhr,

Vhs-Haus

5 UStd., 76,00 Euro

inkl. 47,00 Euro Materialkosten

Aus Alt mach Neu! Upcycling von Hose & Oberteil Nähkurs für Fortgeschrittene

Hier geht es um den nachhaltigen Umgang mit unserer Kleidung. Wir geben alten oder lange nicht getragenen Kleidungsstücken ein neues Leben. Das kann die Veränderung des Looks sein oder das Material wird zu etwas völlig Neuem verarbeitet. Manchmal ist es auch nur die Reparatur des Lieblingsstücks. Der Kreativität sind (fast) keine Grenzen gesetzt. Bei dem Vorbereitungstermin werden Ideen der Teilnehmer*innen vorgestellt und notwendige Materialien besprochen. Bringen Sie gerne (mehrere) Projekte mit, um eine Auswahl zu haben.

Ulrike Kneier

Eu 20950

Dienstag, 07.11.23
18:15 - 19:15 Uhr,
Samstag, 11.11.23
10:00 - 16:00 Uhr,
Vhs-Haus
10 UStd., 39,00 Euro

Ulrike Kneier

Eu 20951

Dienstag, 23.01.24
18:15 - 19:15 Uhr,
Samstag, 27.01.24
10:00 - 16:00 Uhr,
Vhs-Haus
10 UStd., 39,00 Euro

Ulrike Kneier

Eu 20952

Dienstag, 28.05.24
18:15 - 19:15 Uhr,
Samstag, 01.06.24
10:00 - 16:00 Uhr,
Vhs-Haus
10 UStd., 39,00 Euro



COX
Wir haben für
Sie gekocht!

Mo-Fr 11:30-14:30
Vossplatz 2 Eutin
www.cox-eutin.de



Nähen für Anfänger*innen

- Kleinstgruppe -

In diesem Kurs machen Sie die ersten Schritte auf dem Weg zu selbst genähten Stücken. Sie werden ihre eigene Nähmaschine mit den Funktionen, verschiedene Stoffarten und die passenden Zuschnitte kennenlernen.

Anja Wiebe

Eu 20911

9 x montags, ab 11.09.23

18:30 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 139,20 Euro

Anja Wiebe

Eu 20912

9 x montags, ab 06.05.24

18:30 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 139,20 Euro

Nähen für Fortgeschrittene

- Kleinstgruppe -

Genäht wird, was gefällt! Unter Anleitung werden Kleidungsstücke nach Schnittmustern mit ihrer eigenen Nähmaschine genäht. Vom Ausschneiden des Schnittmusters über den Zuschnitt bis hin zum richtigen Vernähen der Stoffe wird alles erklärt und geübt.

Anja Wiebe

Eu 20915

9 x montags, ab 08.01.24

18:30 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 139,20 Euro

DACHDECKERMEISTER

EWALD  **STRAUCH** SEIT 1873

„Wir lieben Dächer!“

FLACHDACH • STEILDACH
FASSADE • BAUKLEMPNEREI

SIEMENSSTR. 13 • 23701 EUTIN
TEL: 04521/2864 • WWW.DACHDECKER-STRAUCH.DE

Selbst ist die Frau - Bohren & Schrauben

- Kleingruppe -

In diesem Kurs lernen Frauen den Umgang mit Bohrmaschine und Akkuschauber. Geklärt werden Fragen wie: Welcher Bohrer zu welchem Dübel? Dübelloch zu groß - was tun? Wozu Schlagbohrer - reicht nicht ein normaler Bohranschlag? Welcher Bit passt? Erklärt werden Unterschiede von Holz-, Metall- und Steinbohrer. Theorie und Praxis wechseln sich ab und es bleibt genügend Zeit für individuelle Fragen und Problemstellungen. Der Kurs findet draußen statt.

Isabella Tatusch

Eu 21052

Samstag, 16.09.23,
09:30 - 13:15 Uhr
Kreativ-Werkstatt, Friedenstr. 3, Pönitz
5 UStd., 39,50 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten

Isabella Tatusch

Eu 21053

Samstag, 20.04.24,
09:30 - 13:15 Uhr
Kreativ-Werkstatt, Friedenstr. 3, Pönitz
5 UStd., 39,50 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten

Selbst ist die Frau - Sägen & Schrauben

- Kleingruppe -

In diesem Kurs lernen Frauen mit Stichsäge, Handkreissäge, Dekupiersäge u. Ä. umzugehen, um z. B. ein Regal, Bilderrahmen oder andere Kleinmöbel herzustellen. Ebenfalls erklärt wird der Umgang mit einem Akkuschauber und Schleifpapieren und welche Schrauben wofür geeignet sind. Es können eigene Bretter oder Latten mitgebracht werden, die zusammengebaut werden können. Der Kurs findet draußen statt.

Isabella Tatusch

Eu 21055

Samstag, 23.09.23,
09:30 - 12:30 Uhr
Kreativ-Werkstatt, Friedenstr. 3, Pönitz
4 UStd., 35,60 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten

Isabella Tatusch

Eu 21056

Samstag, 27.04.24,
09:30 - 12:30 Uhr
Kreativ-Werkstatt, Friedenstr. 3, Pönitz
4 UStd., 35,60 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten

Adventsdekoration

- Kleingruppe -

Dekoration für den Advent selbst gestalten: Ob klassisch mit Tanne, als längliches Gesteck auf Holz oder Schale oder ein trendiger Adventsloop - der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt. Dekomaterial kann mitgebracht oder erworben werden. Draht, Hölzer, Kranzreifen, Naturdeko und Trockenblumen sind in den Grundmaterialkosten enthalten.

Isabella Tatusch

Eu 21095

Samstag, 18.11.23,
09:30 - 12:30 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 25,60 Euro
inkl. 10,00 Euro Materialkosten



Trommeln auf der Djembe

Grundkurs

Jede und jeder kann die Trommelrhythmen erlernen - der Spaß an der Musik steht im Mittelpunkt! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eigene Trommeln sollten mitgebracht werden. Nach Absprache ist es auch möglich, eine Trommel zu leihen.

Uta Runke

Eu 21310

10 x mittwochs, ab 20.09.23

18:00 - 19:00 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

14 UStd., 54,60 Euro

Uta Runke

Eu 21311

9 x mittwochs, ab 31.01.24

18:00 - 19:00 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

12 UStd., 46,80 Euro

Uta Runke

Eu 21312

9 x mittwochs, ab 24.04.24

18:00 - 19:00 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

12 UStd., 46,80 Euro

Rhythms of life

Percussionmusik für Fortgeschrittene

Im dörflichen Leben der Menschen Westafrikas werden überlieferte, festgelegte Rhythmen in groovigen Arrangements für Djembe, Glocken, Basstrommeln u.a.m. gespielt. Es ist Musik, die fortgeschrittenen Spieler*innen viel Spaß macht. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die bereits über Vorkenntnisse verfügen. Eigene Trommeln sollten mitgebracht werden. Nach Absprache ist es auch möglich, eine Trommel zu leihen.

Uta Runke

Eu 21315

10 x dienstags, ab 12.09.23

18:00 - 19:30 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

20 UStd., 78,00 Euro

Uta Runke

Eu 21316

10 x dienstags, ab 23.01.24

18:00 - 19:30 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

20 UStd., 78,00 Euro

Uta Runke

Eu 21317

10 x dienstags, ab 23.04.24

18:00 - 19:30 Uhr

Schule am Kleinen See, Musikraum

20 UStd., 78,00 Euro

Info

**Nicht vergessen:
Jede Form der
Anmeldung ist
verbindlich und ver-
pflichtet zur Zahlung
der Gebühren (s. S. 94)!**

Der Unplugged-Folk-Blues-Pop-Workshop für Fortgeschrittene

- Kleingruppe -

Dieser Workshop richtet sich an alle, die gerne akustische Instrumente spielen. Hier sind Experimentierfreude und Lust an Improvisation und am Arrangieren von Klassikern aus Folk, Blues, Pop und verwandten Genres gefragt. Die Arrangements bauen auf gitarrenorientierten Songs auf. Es sind jedoch auch andere Instrumente, die in diesem Kontext gebräuchlich sind wie z. B. Banjo, Ukulele, Geige, Mandoline, Akkordeon, Bass willkommen. Voraussetzungen: Sicherheit im Umgang mit den Instrumenten, Spaß an der Arbeit mit anderen Musikern, Grundkenntnisse der Harmonielehre und sichere Beherrschung von einfachen Songstrukturen. Die Instrumente sollten unbedingt in einem guten Zustand hinsichtlich Besaitung, Setup und Intonation sein.

Gerrit Gätjens

Eu 21370

Samstag, 18.11.23 und
Sonntag, 19.11.23,
14:00 - 19:00 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro

Gerrit Gätjens

Eu 21372

Samstag, 02.03.24 und
Sonntag, 03.03.24,
14:00 - 19:00 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 46,80 Euro

Gospelchor "Voice Company"

Gesungen werden traditionelle und moderne Gospels, Spirituals und afrikanische Lieder. Das bestehende Repertoire wird beständig vertieft, durch neue Stücke ergänzt und mehrmals jährlich in Konzerten dargeboten. Informationen über Christoph Biehl, Kontakt: voices@christophbiehl.de.

Christoph Biehl

Eu 21387

donnerstags, ab 31.08.2023
Gemeindehaus Altenkrempe
106,00 Euro
halbjährlich 53,00 Euro
Ratenzahlung möglich

**EINMAL PRINZ
& PRINZESSIN
SEIN!**

Kindergeburtstage im
SCHLOSS EUTIN



Welche Sprachen können Sie bei uns lernen?

Dänisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Griechisch, Schwedisch und Spanisch

Was lernen Sie?

- Verständigung im Alltag, im Beruf, auf Reisen
- Verstehen und Sprechen
- Lesen und Schreiben
- Kennenlernen anderer Menschen, Länder und Kulturen

Wie ist das Sprachangebot aufgebaut?

Wir bieten Ihnen ein einheitliches mehrstufiges Kurssystem, das sich an den Vorgaben des Europarates, dem **Europäischen Referenzrahmen für Sprachen** orientiert. Das Kurssystem basiert auf sechs Kenntnisstufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2), die allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dienen. Die Stufen geben vor, was die Lernenden können, wenn sie die betreffende Lernstufe erreicht haben und welche Abschlüsse möglich sind.

Stufe A1: Sie können sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind und z. B. nach dem Weg fragen.

Stufe A2: Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen mit einfachen Worten verständigen.

Stufe B1: Sie können über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

Stufe B2: Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen Verständigen.

Stufe C1: Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich zu komplexen Sachverhalten äußern.

Stufe C2: Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

Welcher Kurs ist der richtige?

Anfängerkurse sind ausschließlich für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse gedacht (nicht für Auffrischer)! Wenn Sie unsicher sind, welcher Kurs der richtige für Sie ist, sprechen Sie uns gerne an!

Welche Prüfungen kann ich ablegen?

Der Landesverband der Volkshochschulen in Kiel berät Sie gerne in allen Fragen rund um Sprachprüfungen. Sie erreichen die Prüfungszentrale telefonisch unter 0431-97984-13 zu folgenden Zeiten: Montag bis Freitag von 09:00 bis 12:00 Uhr, per E-Mail: pz@vhs-sh.de, oder über die Homepage www.vhs-sh.de.

Wann kann ich in die Kurse einsteigen?

Bei entsprechendem Kenntnisstand ist ein Einstieg in bestehende Kurse jederzeit möglich. Es empfiehlt sich, Rücksprache mit der Vhs oder den Kursleitenden zu halten. Die Gebühr wird anteilig berechnet.

Dänisch A1

In diesem Kurs werden die Grundlagen der dänischen Sprache und Kultur vermittelt, um unsere Nachbarn im Norden besser kennenzulernen. Sie sammeln Sprachkenntnisse in Schrift und Wort und sind schon bald in der Lage, erste klassische Urlaubs-konversationen zu führen.



Dänisch A1

- Bildungsurlaub -

In diesem Kurs werden die Grundlagen der dänischen Sprache und Kultur vermittelt, um unsere Nachbarn im Norden besser kennenzulernen. Sie sammeln Sprachkenntnisse in Schrift und Wort und sind schon bald in der Lage, erste klassische Urlaubs-konversationen zu führen.

Lehrwerk: wird von der Vhs besorgt und gesondert abgerechnet

Dänisch A1.2

Voraussetzung: 1 Jahr Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Dänisch: Stufe B1

- Kleingruppe -

Nachdem bereits gute Grundlagen der dänischen Sprache erlangt wurden, werden diese Kenntnisse im Kurs gefestigt und vertieft.

Wir fokussieren uns dabei auf die dänische Kultur, während Sprachfertigkeiten und -fähigkeiten (Grammatik, Lesen, Hören und besonders Sprechen) ausgebaut werden.

Juliane Holm

Eu 40300

22 x mittwochs, ab 13.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
44 UStd., 127,60 Euro

Juliane Holm

Eu 40301

Montag, 08.04.24 -
Freitag, 12.04.24,
täglich 10:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
40 UStd., 200,00 Euro
inkl. 20,00 Euro besonderer
Aufwand
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Juliane Holm

Eu 40303

22 x mittwochs, ab 13.09.23
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
44 UStd., 127,60 Euro

Peter Christensen

Eu 40305

23 x dienstags, ab 12.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
46 UStd., 179,40 Euro



Dänisch: Stufe B2

- Kleingruppe -

In diesem Kurs werden die Kenntnisse verfestigt und ein besonderes Augenmerk auf die Verwendung der Zeiten, Adverbien usw. gelegt. Der Schwerpunkt des Kurses liegt neben dem Lese- und Hörverstehen auf dem Praktizieren der eigenen Sprachaktivitäten in einer entspannten Atmosphäre. Am Ende des Kurses sollten Sie in der Lage sein, längere Gespräche auf Dänisch führen zu können.

Voraussetzung: B1 Niveau, ca. 6 Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Peter Christensen

Eu 40310

23 x donnerstags, ab

14.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

46 UStd., 179,40 Euro



Dänisch für Fortgeschrittene

Geschichten aus dem deutsch-dänischen Grenzland

- Bildungsurlaub -

Fortællinger fra det dansk-tyske grænseland:

Tekstlæsning, diskussion & samtale, lidt grammatik og en tur til grænselandet.

Forudsætning: Dansk B2 eller tilsvarende kendskaber.

Lone Rasmussen-Otten

Eu 40312

Montag, 13.05.24 -

Freitag, 17.05.24,

täglich 08:30 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

40 UStd., 200,00 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer

Aufwand

Es gelten gesonderte

Rücktrittsbedingungen

(s. S. 94).

Dänisch Konversation

- Kleinstgruppe -

Her snakker vi udelukkende dansk! Vi læser avisartikler, og vi taler om og diskuterer aktuelle temaer i dagens Danmark. Derudover læser vi forskellige korte romaner, digte og artikler fra tidsskrifter. Samtidig beskæftiger vi os med den danske kultur.

Voraussetzung: mind. 5 Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Fritz Möller

Eu 40315

13 x donnerstags, ab 14.09.23

10:00 - 11:30 Uhr

Vhs-Haus

26 UStd., 150,80 Euro

Fritz Möller

Eu 40316

12 x donnerstags, ab 11.01.24

10:00 - 11:30 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 139,20 Euro



Klausberger
Stadtbackerei

BÄCKERSLÜÜD

**Kollektiv
der Backerei
Klausberger**

—
Gemeinsam
Brot
Freude



/baeckersluud

/baeckerei.
klausberger

Wir entwickeln aus der Backerei Klausberger die Genossenschaft BäckerSlüüd, damit Eutin auch in Zukunft Brot aus der eigenen Stadt genießen kann.

In unserer Backstube wird seit Anfang des 20. Jahrhunderts gebacken. Auf diese Geschichte, unser Wissen und unsere Fähigkeiten bauen wir auf und kombinieren Tradition mit neuen Ideen und Möglichkeiten.

Wir stellen richtig gute Backwaren her und bringen den Menschen damit Freude.

Werde Teil einer regionalen und selbstbestimmten Ernährungswende und unterstütze uns durch deine Mitgliedschaft.

Bei Fragen und Interesse schickt uns gerne eine E-Mail oder folge unseren Social Media Kanälen.

Kollektiv@baeckersluud.de
baeckersluud.de
klausberger.de



In unseren Cafés kann man sich übrigens auch gut zum Lernen und Austauschen über den letzten Volkshochschulkurs treffen.

Und wer gerne ganz viel über das Backhandwerk lernen möchte, kann Teil unseres Teams werden: in Vollzeit, Teilzeit, zur Ausbildung oder als Quereinsteiger*in.

Wir freuen uns auf euch!



Deutsch als Fremdsprache: A2/ B1 Lernwerkstatt

- Kleingruppe -

Wenn Sie mindestens das Deutsch-Zertifikat A1 mitbringen und bereit sind, aktiv am eigenen Lernprozess mitzuarbeiten, sind Sie in der Lernwerkstatt richtig. In der kleinen Gruppe erweitern Sie Ihre Fähigkeiten im Sprechen, Schreiben, Hören und Lesen der Fremdsprache Deutsch. Gleichzeitig erhalten Sie Tipps zum eigenständigen Lernen sowie einen Einblick in die telc-Prüfung Deutsch B1.

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40410

24 x mo und do, ab 11.09.23
09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
96 UStd., 451,20 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40411

22 x mo und do, ab 08.01.24
09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
88 UStd., 413,60 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40412

22 x mo und do, ab 22.04.24
09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
88 UStd., 413,60 Euro

Prüfungsvorbereitung telc-Deutsch B1

- Kleingruppe -

Sie benötigen die Deutsch-Prüfung B1 und möchten sich selbstständig darauf vorbereiten? Dieser Kurs unterstützt Sie dabei. Sie lernen das Prüfungsformat telc-Deutsch B1 und geeignete Lernmittel kennen. Sie bearbeiten exemplarische schriftliche Prüfungsaufgaben und erproben sich in den drei mündlichen Prüfungsteilen. Zwischen den einzelnen Terminen lernen Sie eigenständig.

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40420

5 x samstags
23.09.23, 14.10.23,
04.11.23, 18.11.23
09.12.23
jeweils 09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 94,00 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40421

5 x samstags
13.01.24, 03.02.24,
24.02.24, 09.03.24,
23.03.24
jeweils 09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 94,00 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40422

5 x samstags
20.04.24, 04.05.24,
01.06.24, 15.06.24
29.06.24
jeweils 09:00 - 12:20 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 94,00 Euro

Info

Ratenzahlung ist
möglich!

Sprechen Sie uns an!

Deutsch als Fremdsprache B2

Wenn Sie das Deutsch-Zertifikat B1 mitbringen und sich auf die telc-Prüfung Deutsch B2 vorbereiten möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig. An den Kurstagen erweitern Sie Ihre Fertigkeiten im Sprechen, Schreiben, Lesen und Hören in der Fremdsprache Deutsch. Sie lernen das Prüfungsformat kennen, erhalten Tipps zum eigenständigen Lernen, bearbeiten Übungsaufgaben und erproben sich in den drei Teilen der mündlichen Prüfung.

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40425

42 x di und fr, ab 12.09.23

16:30 - 19:50 Uhr

Vhs-Haus

168 UStd., 789,60 Euro

Prüfungsvorbereitung telc-Deutsch B2

- Kleingruppe -

Sie benötigen die Deutsch-Prüfung B2 und möchten sich selbstständig darauf vorbereiten? Dieser Kurs unterstützt Sie dabei. Sie lernen das Prüfungsformat telc-Deutsch B2 und geeignete Lernmittel kennen. Sie bearbeiten exemplarische schriftliche Prüfungsaufgaben und erproben sich in den drei mündlichen Prüfungsteilen. Zwischen den einzelnen Terminen lernen Sie eigenständig.

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40427

5 x samstags

16.09.23, 07.10.23,

11.11.23, 25.11.23,

02.12.23

jeweils 09:00 - 12:20 Uhr

Vhs-Haus

20 UStd., 94,00 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40428

5 x samstags

20.01.24, 27.01.24,

17.02.24, 02.03.24,

16.03.24

jeweils 09:00 - 12:20 Uhr

Vhs-Haus

20 UStd., 94,00 Euro

Sandra Bendokat-Zirkmann

Eu 40429

5 x samstags

27.04.24, 18.05.24,

08.06.24, 22.06.24

13.07.24

jeweils 09:00 - 12:20 Uhr

Vhs-Haus

20 UStd., 94,00 Euro



μαθήματα γερμανικών
Gefördert durch: SH  Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus

Was
almanca kurslari
cours d'allemand
cursos de alemán
WannWo
Den richtigen Deutschkurs finden!
курсы немецкого языка
german language courses
دورات تعلم اللغة الألمانية
德语课程

www.deutsch.sh.kursportal.info



Englisch für den Beruf (A2/B1)

Sie möchten Ihre Englisch-Kenntnisse erweitern, um sie sicher im beruflichen Umfeld anwenden zu können? Dieser Kurs wird Ihnen dabei helfen, typische Situationen des beruflichen Alltags und des Geschäftslebens auf Englisch zu meistern. Wir werden z.B. Telefonate sowie Gespräche mit Kolleg*innen oder Kund*innen führen, E-Mails schreiben, geschäftliche Texte lesen und verstehen. Die (aktive) Teilnahme an Telefon- und Video-konferenzen wird geübt, Wortschatzarbeit und Grammatikwiederholungen stehen ebenfalls auf dem Programm. Bringen Sie gerne Fragen aus Ihrer Praxis mit!

Voraussetzung: 5-6 Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse

Ulrike Kneier

Eu 40600

4 x donnerstags, ab 16.11.23
18:15 - 21:15 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro

Ulrike Kneier

Eu 40601

4 x donnerstags, ab 01.02.24
18:15 - 21:15 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro

Englisch Stufe A2

Sie haben z.B. den A1-Kurs Englisch (2 Jahre Vhs-Kurs) absolviert und besitzen Grundkenntnisse, die Sie ausbauen oder auffrischen möchten. In diesem Kurs wiederholen, erweitern und festigen Sie Erlerntes der Grundstufe mit Hören und Sprechen als Schwerpunkt. Das Lehrwerk wird am Anfang des Kurses bekannt gegeben. Anregungen und Themenwünsche werden im Kurs besprochen.

Andrea Strathausen

Eu 40602

8 x mittwochs, ab 20.09.23
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 46,40 Euro

Fortsetzung

Andrea Strathausen

Eu 40603

9 x mittwochs, ab 17.01.24
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
18 UStd., 52,20 Euro

Fortsetzung

Andrea Strathausen

Eu 40604

8 x mittwochs, ab 24.04.24
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 46,40 Euro

Englisch Stufe B1

Sie haben Grundkenntnisse in Englisch aus der Schule oder Sie haben einen A2-Kurs abgeschlossen. Wir werden die grundlegende Grammatik wiederholen und Ihr Wissen festigen und erweitern. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem Sprechen - am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, längere Gespräche auf Englisch zu führen.

Daniel Stringer

Eu 40605

24 x mittwochs, ab 13.09.23
18:45 - 20:15 Uhr
Vhs-Haus
48 UStd., 187,20 Euro

Englisch Stufe B1

- Kleingruppe -

Sie besitzen Grundkenntnisse aus einigen Jahren Schulenglisch oder haben einen A2-Kurs absolviert. Hierauf aufbauend erweitern Sie in diesem Kurs Ihren Wortschatz, trainieren Hörverstehen und Sprechen und festigen nebenbei die Grammatik.

Lehrwerk: Wird zu Kursbeginn bekannt gegeben

Andrea Strathausen

Eu 40606

8 x mittwochs, ab 20.09.23

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

Fortsetzung

Andrea Strathausen

Eu 40607

9 x mittwochs, ab 17.01.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

18 UStd., 70,20 Euro

Fortsetzung

Andrea Strathausen

Eu 40608

8 x mittwochs, ab 24.04.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

Englisch Stufe B1.2

- Kleingruppe -

Sie haben Englisch bis B1.1 gelernt. In diesem Kurs üben und erweitern Sie Ihre Sprachkenntnisse, um freier über sich selbst, verschiedene Themen und aktuelle Ereignisse sprechen zu können. Darüber hinaus lernen Sie über Pläne zu reden, Begründungen und Erklärungen abzugeben und Ihre Meinung zu äußern. Ihr Zuhörvermögen wird verbessert, Ihr Wortschatz erweitert und das alles in entspannter Atmosphäre.

Daniel Stringer

Eu 40610

24 x donnerstags, ab

14.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

48 UStd., 187,20 Euro



Brush up your English Conversation!

Für Fortgeschrittene und Auffrischer: Stufe B1.2

- Bildungsurlaub -

Sie haben mindestens gute Realschulkenntnisse oder den Kurs B1/B2 bereits absolviert und möchten Ihre Englischkenntnisse systematisch reaktivieren. Sprachliche Strukturen werden wiederholt, vergessen geglaubte Vokabeln wieder bewusst gemacht und neue hinzugefügt. Es wird Wert gelegt auf einen kommunikativen Unterricht, in dem Sie viel Englisch hören und vor allem sprechen werden.

Anton Flaschke,

Andrea Strathausen

Eu 40619

Montag, 18.03.24 -

Freitag, 22.03.24,

täglich 08:30 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

40 UStd., 200,00 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer

Aufwand

Es gelten gesonderte

Rücktrittsbedingungen

(s. S. 94).



Englisch für Ältere: Stufe B2

- Kleingruppe -

"Ich habe alles verlernt, ich traue mich gar nicht mehr, Englisch zu sprechen!", so hört man es oft von Menschen, deren Schulzeit schon einige Jahrzehnte zurückliegt. Die verschütteten Kenntnisse wieder hervorzuholen und den passiven Wortschatz zu aktivieren, ist Ziel des Kurses. Sie können und wissen viel mehr, als Sie glauben! Gute Englischkenntnisse sind erforderlich.

Anton Flaschke

Eu 40620

22 x dienstags, ab 19.09.23
10:15 - 11:45 Uhr
Vhs-Haus
44 UStd., 127,60 Euro
zzgl. Kosten für Fotokopien

English Conversation in the Morning: Stufe B2

- Kleingruppe -

Voraussetzung: gute Englischkenntnisse

If you are interested in practising your spoken English in a friendly and supportive atmosphere, join our group where we have a lot of fun. We enjoy talking about interesting topics, reading and discussing texts and participating in different kinds of activities to encourage our fluency.

Anton Flaschke

Eu 40622

10 x dienstags, ab 19.09.23
08:30 - 10:00 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 78,00 Euro
zzgl. Kosten für Fotokopien

Anton Flaschke

Eu 40623

11 x dienstags, ab 09.01.24
08:30 - 10:00 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 85,80 Euro
zzgl. Kosten für Fotokopien

English Conversation in the Evening: Stufe B2/C1

- Kleingruppe -

We will discuss the latest interesting topics from the outside world in a light and interesting way. Grammar and vocabulary will be brushed up.

Anton Flaschke

Eu 40624

10 x dienstags, ab 19.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 78,00 Euro
zzgl. Kosten für Fotokopien

Anton Flaschke

Eu 40625

11 x dienstags, ab 09.01.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 85,80 Euro
zzgl. Kosten für Fotokopien

Französisch: Stufe B1

- Kleingruppe -

Wir lesen und übersetzen gemeinsam Texte und beschäftigen uns intensiv mit französischer Grammatik und Landeskunde. Voraussetzung: ca. 5 Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse.

Monika Christoph

Eu 40810

26 x montags, ab 11.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

52 UStd., 202,80 Euro

Griechisch sprechen

- Kleingruppe -

Dieser Kurs richtet sich an alle, die lernen möchten, sich auf Griechisch zu verständigen. Es geht darum, sich mit einfachen Sätzen mitzuteilen, z. B. beim Einkaufen, im Restaurant oder wenn man jemanden kennenlernt. Der Fokus liegt auf dem gesprochenen Griechisch - um die Schrift geht es lediglich bei Straßennamen, Schildern usw. Das Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Ines Janke

Eu 41200

12 x mittwochs, ab 13.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 93,60 Euro

Ines Janke

Eu 41201

12 x mittwochs, ab 10.01.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

24 UStd., 93,60 Euro



**Mit Holz
und Verstand.**

Ihr Tischler aus Süsel
Telefon 04524.406

TISCHLEREI
MIELKE
SEIT 1931



Italienisch für Anfänger*innen: Stufe A1

Einführung in die italienische Sprache für Teilnehmer*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Das Lehrwerk wird am ersten Kurstag besprochen.

Juliane Holm

Eu 40900

22 x dienstags, ab 12.09.23
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
44 UStd., 139,20 Euro

Italienisch: Stufe A1.2

Voraussetzung: sehr geringe Vorkenntnisse, z.B. 1 Jahr Vhs-Kurs.
Das Lehrwerk wird am ersten Kurstag besprochen.

Juliane Holm

Eu 40902

22 x dienstags, ab 12.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
44 UStd., 139,20 Euro

Italienisch: Stufe A1.2 Wochenendkurs

- Kleingruppe -

Voraussetzung: geringe Vorkenntnisse oder 2 Jahre Vhs-Kurs
Das Lehrwerk wird bekannt gegeben.

Bernhard Seele

Eu 40906

Freitag, 15.09.23
14:00 - 17:30 Uhr,
Samstag, 16.09.23
10:00 - 13:30 Uhr,
Freitag, 08.12.23
14:00 - 17:30 Uhr,
Samstag, 09.12.23
10:00 - 13:30 Uhr,
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro

Bernhard Seele

Eu 40907

Freitag, 01.03.24
14:00 - 17:30 Uhr,
Samstag, 02.03.24
10:00 - 13:30 Uhr,
Freitag, 24.05.24
14:00 - 17:30 Uhr,
Samstag, 25.05.24
10:00 - 13:30 Uhr,
Vhs-Haus
16 UStd., 62,40 Euro

Info

Wir bitten
um rechtzeitige
Anmeldung. Es wäre
schade, wenn wir einen
Kurs schon abgesagt
hätten, weil wir nicht
wussten, dass Sie
kommen!

Italienisch: Stufe B1.2

- Kleingruppe -

Voraussetzung: mehrere Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse. Das Lehrwerk wird am ersten Kurstag besprochen.

Cesarina Peters-Panzeri

Eu 40904

22 x dienstags, ab 12.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

44 UStd., 127,60 Euro

Italienisch: Stufe B2.2 Wochenendkurs

- Kleingruppe -

Voraussetzung: mehrere Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Lehrmaterial: Lektüre, freies Material zu aktuellen Themen, Land und Kultur

Bernhard Seele

Eu 40910

Freitag, 22.09.23

14:00 - 17:30 Uhr,

Samstag, 23.09.23

10:00 - 13:30 Uhr,

Freitag, 15.12.23

14:00 - 17:30 Uhr,

Samstag, 16.12.23

10:00 - 13:30 Uhr,

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

Bernhard Seele

Eu 40911

Freitag, 08.03.24

14:00 - 17:30 Uhr,

Samstag, 09.03.24

10:00 - 13:30 Uhr,

Freitag, 31.05.24

14:00 - 17:30 Uhr,

Samstag, 01.06.24

10:00 - 13:30 Uhr,

Vhs-Haus

16 UStd., 62,40 Euro

SANKT
ELISABETH
KRANKENHAUS
EUTIN



Fachkrankenhaus für Geriatrie, Palliativmedizin und Innere Medizin.

Unser Leistungsschwerpunkt liegt in der Behandlung chronisch kranker und älterer Patienten.

Wir begleiten Sie und sorgen für Ihre Gesundheit



Sankt Elisabeth Krankenhaus Eutin · Plöner Straße 42 · 23701 Eutin · Telefon 04521 802-0 · info@sek-eutin.de · www.sek-eutin.de



Sprachen



Schwedisch für Anfänger*innen

- Bildungsurlaub -

Dieser Sprachkurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse, die Lust haben, in die Schwedische Sprache "reinzuschnuppern" und Grundlegendes der Alltagssprache zu erlernen. Neben Grammatik, Redemitteln, Wortschatz und spielerischen Sprachübungen vermittelt der Kurs auch viel Landestypisches. Material wird im Kurs ausgehändigt.

Erbrou Olga Guttke

Eu 42005

Montag, 01.07.24 -
Freitag, 05.07.24,
täglich 09:00 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
40 UStd., 200,00 Euro
inkl. 20,00 Euro besonderer
Aufwand
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Schwedisch: Stufe B1.2

- Kleingruppe -

Voraussetzung: ca. 5 Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse.

Lehrwerk: Tala svenska A2-B1, Groa-Verlag

Erbrou Olga Guttke

Eu 42010

24 x donnerstags, ab
14.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
48 UStd., 156,00 Euro

Facebook icon | Instagram icon

Cable Car Clothiers®

young fashion

Königstraße 3 · 23701 Eutin
Tel. 0 45 21 / 45 25

Nix wie him!

OPUS

TOM TAILOR

ESPRIT

LIEBLINGSSTÜCK

s.Oliver

LTB

RESET
BRING BACK

und viele mehr



Spanisch intensiv - Hören und Verstehen A1.2

- Bildungsurlaub -

Dieses Seminar ist für diejenigen gedacht, die bereits Grundkenntnisse (mind. 1 Jahr Vhs-Kurs) in Spanisch haben, für die aber das Hören, Verstehen und Sprechen schwierig ist. In dieser Woche lernen Sie Schritte, Methoden und Strategien, um die spanische Sprache auf ihrem Grundniveau zu entschlüsseln.

Zuhören und audiovisuelles Verstehen werden durch bestimmte Übungen erarbeitet, die nach der Art des Zuhörens ausgesucht werden.

Norela Diaz Negrete

Eu 42200

Montag, 16.10.23 -

Freitag, 20.10.23,

täglich 08:30 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

40 UStd., 200,00 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer Aufwand

Es gelten gesonderte

Rücktrittsbedingungen

(s. S. 94).

Norela Diaz Negrete

Eu 42201

Montag, 08.04.24 -

Freitag, 12.04.24,

täglich 08:30 - 16:30 Uhr

Vhs-Haus

40 UStd., 200,00 Euro

inkl. 20,00 Euro besonderer Aufwand

Es gelten gesonderte

Rücktrittsbedingungen

(s. S. 94).

Spanisch: Stufe A1

Voraussetzung: keine

Eva Kleine

Eu 42203

25 x montags, ab 11.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

50 UStd., 145,00 Euro

Spanisch: Stufe A1.3

Voraussetzung: Grundkenntnisse oder 2 Jahre Vhs-Kurs

Eva Kleine

Eu 42205

25 x montags, ab 11.09.23

16:30 - 18:00 Uhr

Vhs-Haus

50 UStd., 145,00 Euro

Spanisch: Stufe B1

- Kleingruppe -

Voraussetzung: ca. 5 Jahre Vhs-Kurs oder entsprechende Kenntnisse

Eva Kleine

Eu 42208

25 x mittwochs, ab 13.09.23

16:30 - 18:00 Uhr

Vhs-Haus

50 UStd., 195,00 Euro



Lernen kompetent gestalten.

vhs-Online-Akademie für die
Aus- und Weiterbildung von Kursleitenden
an Volkshochschulen und Bildungsstätten
in Schleswig-Holstein

www.vhs-akademie.sh



Amtlicher Sportbootführerschein See (SBF)

Inhalt und Ziel des Kursangebotes sind die elementaren Kenntnisse der Navigation, der Seemannschaft und der gesetzlichen Vorschriften, die zur sicheren Führung eines Sportbootes auf den Fahrwassern der Seeschifffahrt notwendig sind.

Aktuelle Auskunft über Anmeldung, Termine, Prüfungskosten usw. finden sich unter: www.pruefungsausschuss-kiel.org

Werner Patz

Eu 50500

10 x montags, ab 11.09.23

18:15 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

30 UStd., 141,00 Euro

keine Ermäßigung

Amtlicher Sportbootführerschein Binnen mit Antriebsmaschine

Inhalt und Ziel des Kurses sind die Kenntnisse über Binnenschifffahrt, die Besonderheiten der Binnenfahrwasser, die gesetzlichen Vorschriften/Verordnungen dazu und über die Seemannschaft, die zur sicheren Führung eines Sportbootes auf den Gewässern der Binnenschifffahrt (mit oder ohne Führerscheinpflicht) notwendig sind.

Ziel des Kurses ist die Vorbereitung auf die Prüfung zum Erwerb des amtlichen Führerscheins Binnen (Motor) oder die Auffrischung vorhandener Kenntnisse.

Aktuelle Auskunft über Anmeldung, Termine, Prüfungskosten usw. finden sich unter: www.pruefungsausschuss-kiel.org

Werner Patz

Eu 50502

6 x montags, ab 08.01.24

18:15 - 20:30 Uhr

Vhs-Haus

18 UStd., 84,60 Euro

keine Ermäßigung

Danke!

Ein herzliches
Dankeschön dem Foto-
Kreis Eutin, der mit
wechselnden Ausstellungen
die Räume im Vhs-Haus
verschönert!

Interessiert?
www.fotokreis-eutin.de



Beruf



Weiterbildung zur Fachkraft für Ressourcenorientierte Sozialpädagogische Familienhilfe - Bildungsurlaub - Vorankündigung -

Die Weiterbildung vermittelt eine ethische Grundhaltung, ein hohes Maß an Selbstreflexion, sowie theoretisches Wissen, methodisches Können und praktische Fähigkeiten, die zur Beratung und Begleitung von Familien direkt im System qualifizieren. Als roter Faden der Weiterbildung ist die Vermittlung handlungsorientierter Methoden und Techniken für die Arbeit mit der Familie zu sehen.

Die Kursinhalte verteilen sich auf die Bereiche:

- Päd./Psych. Grundlagen und Theorien,
- Besonderheiten in der Sozialpädagogischen Familienhilfe,
- Methoden und Techniken, praktisches Training.

Die zweijährige Weiterbildung (2024 - 2026) umfasst vier Blockwochen (Herbst- und Osterferien) und drei Vertiefungstage (Samstag) mit insgesamt 184 Unterrichtsstunden.

Zielgruppe sind Fachkräfte aus den Bereichen Erziehung, Bildung, Beratung und Betreuung: Pädagog*innen, Sozialpädagog*innen, Erzieher*innen und Heilpädagogen*innen, sowie Kräfte, die bereits mit Familien arbeiten.

Weitere Informationen zu Inhalten, Terminen und Kosten unter:
www.eutiner-modell.de

Holger Schröder,
Henriette Liebmann
Eu 50010
ab Herbst 2024
mattiehaus angela metzler
Segenhörn

Berufliche Weiterbildung



mattiehaus

angela metzler



Ergotherapie

Logopädie

Heilpädagogische Förderung

Frühförderung

Familienhilfe

mattiehaus angela metzler
Inh. Cathrin Diercks e. Kfr.

Segenhörn 6
23701 Eutin

Tel. 04521 84 99 48

info@mattiehaus.de
www.mattiehaus.de

Bewerbung für berufliche Quereinsteigerinnen: Wie kann ich meine Fähigkeiten sichtbar machen?

- in Kooperation mit FRAU & BERUF -

Sabine Axt von FRAU & BERUF spricht Frauen an, die sich beruflich umorientieren wollen. Wenn es in einen anderen Bereich gehen soll, ist die Frage: wie kann ich meine Kompetenzen glaubhaft sichtbar machen? Habe ich überhaupt passende Fähigkeiten? In welcher Qualität?

Es geht um das Herausstellen formaler und informeller Kompetenzen in der Bewerbung mit dem Ziel, zum Vorstellungsgespräch eingeladen zu werden. Im Gespräch heißt es dann, sicher aufzutreten und authentisch über passende Fähigkeiten zu sprechen.

Sabine Axt

Eu 50060

Montag, 02.10.23,

9:30 - 12:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., Teilnahme kostenfrei

Sabine Axt

Eu 50061

Donnerstag, 18.01.24,

9:30 - 12:00 Uhr

Vhs-Haus

4 UStd., Teilnahme kostenfrei

Neues Jahr, neues Glück!

Workshop zur beruflichen Neuorientierung

- Vortrag in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit -

Die Bundesagentur für Arbeit hat unter dem Titel: "Projekt Ich - Lebensbegleitende Berufsberatung" ein Beratungsangebot für Menschen im Erwerbsleben entwickelt. Die Arbeitswelt wird zunehmend komplexer, schnelllebiger und digitaler, aber auch unsicherer und unvorhersehbarer. Lebensbegleitendes Lernen ist sowohl Voraussetzung als auch Garant einer nachhaltigen beruflichen Perspektive. An diesem Abend wird das Angebot der Berufsberatung im Erwerbsleben vorgestellt und über aktuelle Themen und Trends informiert.

Nicole Kowalski

Eu 50005

Dienstag, 09.01.24,

18:15 Uhr

Vhs-Haus

Teilnahme kostenfrei

Die Gesundheit spielt nicht mit?

Chance auf einen beruflichen Neubeginn

- Vortrag in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit -

Wenn Ihr gesundheitlicher Zustand erste Auswirkungen auf die Arbeit hat, ist es an der Zeit sich mit der eigenen beruflichen Situation und den weiteren beruflichen Möglichkeiten auseinanderzusetzen.

In dieser Veranstaltung wird Ihnen gezeigt, wie Sie berufliche Veränderungen unter Berücksichtigung der individuellen gesundheitlichen Situation erfolgreich bewältigen können.

Melanie Steinhäuser

Eu 50006

Donnerstag, 04.04.24,

16:30 Uhr

Vhs-Haus

Teilnahme kostenfrei



70+: Keine Angst vor der Arbeit mit Computer, Laptop, Notebook

- Kleinstgruppe -

Sie sind 70 und älter und wollen wissen, wie das mit dem Computer funktioniert. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, was man mit einem Computer alles "anstellen" kann.

Aufgrund des angenehmen Lerntempos und der persönlichen Betreuung müssen Sie nicht fürchten, "abgehängt" zu werden.

Sie lernen die Tastatur kennen und werden an vielen praktischen Beispielen das Schreiben, den Umgang mit E-Mails und das Gestalten, Speichern und Wiederfinden von Texten und Bildern üben. Sie lernen, Bücher, Musik, Filme u.a. herunterzuladen, Reisen zu organisieren und im Internet einzukaufen. Besonders behandelt werden auch Datenschutz und Sicherheit im Internet.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Laptops stehen zur Verfügung, Sie können aber auch gerne Ihren eigenen Laptop mit installiertem Windows 10 mitbringen.

Dr. Udo Klussmann

Eu 50100

6 x dienstags, ab 12.09.23

15:30 - 17:45 Uhr

Vhs-Haus

18 UStd., 131,00 Euro

inkl. 5,00 Euro Lehrmaterial

Dr. Udo Klussmann

Eu 50101

6 x dienstags, ab 09.01.24

15:30 - 17:45 Uhr

Vhs-Haus

18 UStd., 131,00 Euro

inkl. 5,00 Euro Lehrmaterial

Dr. Udo Klussmann

Eu 50102

6 x dienstags, ab 30.04.24

15:30 - 17:45 Uhr

Vhs-Haus

18 UStd., 131,00 Euro

inkl. 5,00 Euro Lehrmaterial

Arbeiten mit dem Smartphone oder Tablet (nur Android)

für ältere Anfänger*innen

- Kleinstgruppe -

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die ihr Smartphone oder Tablet gern häufiger nutzen möchten, denen aber für die sichere Bedienung Basiskenntnisse fehlen. Sie lernen Ihr Smartphone/Tablet kennen und machen sich mit den Grundfunktionen vertraut. Der Schwerpunkt liegt auf den "Apps": Kalender, Notizen und Erinnerungen, Kontakte verwalten, Karten, Google & Co, E-Mails senden und empfangen, Fotografieren und Filmen, Musik und Hörbücher laden usw. Ein wichtiges Thema sind auch die Sicherheitseinstellungen: "Wie schütze ich meine Daten"?

Dr. Udo Klussmann

Eu 50105

6 x dienstags, ab 12.09.23

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

12 UStd., 84,00 Euro

Dr. Udo Klussmann

Eu 50106

6 x dienstags, ab 09.01.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

12 UStd., 84,00 Euro

Dr. Udo Klussmann

Eu 50107

6 x dienstags, ab 30.04.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

12 UStd., 84,00 Euro

Grundlagen für das Arbeiten mit dem iPad (nur Apple) für ältere Anfänger*innen

- Kleinstgruppe -

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die ihr iPad gern häufiger nutzen möchten, denen aber für die sichere Bedienung Basiskenntnisse fehlen. Sie lernen Ihr iPad kennen und machen sich mit den Grundfunktionen vertraut. Der Schwerpunkt liegt auf den "Apps": Kalender, Notizen und Erinnerungen, Kontakte verwalten, Karten, Google & Co, E-Mails senden und empfangen, Fotografieren und Filmen, Musik und Hörbücher laden usw. Auch die Sicherheitseinstellungen sind ein wichtiges Thema: "Wie schütze ich meine Daten"?

Dr. Udo Klussmann

Eu 50110

2 x samstags, ab 16.09.23
09:30 - 12:00 Uhr
Vhs-Haus
7 UStd., 49,00 Euro

Dr. Udo Klussmann

Eu 50111

2 x samstags, ab 13.01.24
09:30 - 12:00 Uhr
Vhs-Haus
7 UStd., 49,00 Euro

Dr. Udo Klussmann

Eu 50112

2 x samstags, ab 25.05.24
09:30 - 12:00 Uhr
Vhs-Haus
7 UStd., 49,00 Euro



Ökostrom, Ökogas, klimafreundliche Technologien und sichere Entwicklung für Ostholstein.
Mit Engagement für die Menschen in unserer Region.

Wir sind Ostholsteiner.

SWE
Stadtwerke Eutin



Excel-Schnupperabend

- Vortrag -

Sie bekommen einen ersten Einblick, wo sich Excel sinnvoll einsetzen lässt und entsprechende Fragen werden beantwortet. So können Sie leicht entscheiden, ob sich der Einstieg in das Programm für Ihre Bedürfnisse lohnt.

Grundlagen vermitteln die Kurse 50205 und 50206.

Fritz Meyer

Eu 50200

Donnerstag, 02.11.23,
18:15 Uhr
Vhs-Haus
10,00 Euro
keine Ermäßigung

Fritz Meyer

Eu 50201

Donnerstag, 18.01.24,
18:15 Uhr
Vhs-Haus
10,00 Euro
keine Ermäßigung

Excel-Grundlagen

- Kleingruppe -

Mit diesem Kurs gelingt Ihnen der Einstieg ins Rechnen und Gestalten mit der Tabellenkalkulation Excel. Sie lernen den grundlegenden Umgang mit dem Programm sowie die Eingabe und Gestaltung einfacher Tabellen. Dabei können Sie erfahren, das einfache Berechnungen und die entsprechende Darstellung der Ergebnisse leicht und schnell gelingen. Außerdem werfen wir einen Blick auf ähnliche Programme wie OpenOffice, Numbers u.a. Voraussetzung: gute PC-Kenntnisse

Fritz Meyer

Eu 50205

5 x donnerstags, ab 23.11.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
10 UStd., 63,90 Euro
inkl. 16,90 Euro Lehrmaterial

Fritz Meyer

Eu 50206

5 x donnerstags, ab 08.02.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
10 UStd., 63,90 Euro
inkl. 16,90 Euro Lehrmaterial

Sie möchten
Werbung für Ihre
Firma im Vhs-
Programm machen?

Bitte rufen Sie uns an:
04521-849879

Tipp



Die eigene Webseite erstellen mit WordPress

- in Kooperation mit der Förde-vhs -

Der Weltmarktführer WIX bietet mit seinem Baukastensystem viele Vorteile, um selbstständig und ohne großen Aufwand die eigene Webseite in kürzester Zeit online zu stellen - natürlich mit übertragbarer Domain, für Google lesbar und rechtssicher.

Angesprochen sind hier vor allem Bereiche wie Freizeit, Hobby, Sport sowie Freiberufler, Handwerker und kleinere Betriebe.

Dieser Kurs bietet Orientierung und einen fundierten Einstieg.

Axel Nickolaus

Eu 50250

3 x samstags, ab 13.01.24

09:00 - 12:00 Uhr

online

12 UStd., 79,50 Euro

C-Programmieren mit Arduino - Schnupperabend

- Vortrag -

Sie bekommen einen ersten Einblick in die Welt der Mikrocontroller. Wo werden sie eingesetzt, in welchen Lebensbereichen übernehmen sie Aufgaben? Ist es für technisch interessierte Menschen sinnvoll und nützlich, Mikrocontroller selbst zu programmieren? Wer nach diesem Vortrag weiter in das Thema einsteigen möchte, kann im Kurs 50125 erlernen, wie Mikrocontroller aufgebaut sind und wie sie programmiert werden.

Fritz Meyer

Eu 50120

Mittwoch, 17.01.24,

18:15 Uhr

Vhs-Haus

10,00 Euro

keine Ermäßigung

C-Programmieren mit Arduino - Einstieg

- Kleingruppe -

Mit diesem Kurs gelingt Ihnen der Einstieg in die Programmiersprache C mit dem Mikrocontroller Arduino. Sie lernen den grundlegenden Aufbau von Mikrocontrollern kennen und wie sie programmiert werden. Außerdem besprechen wir wie, wann und wo Mikrocontroller zum Einsatz kommen und welchen Nutzen dies für Technik-Interessierte haben kann.

Voraussetzung: gute PC-Kenntnisse

Fritz Meyer

Eu 50125

7 x mittwochs, ab 07.02.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

14 UStd., 84,00 Euro



FELDENKRAIS® - Bewusstheit durch Bewegung: Einführung in die Feldenkrais®-Methode

- Bildungsurlaub -

Moshé Feldenkrais entdeckte und erforschte am eigenen Körper und mit anderen Menschen die Zusammenhänge zwischen Bewegung, Wahrnehmung, Fühlen und Denken, um sie für sinnvolle, leichtere Lernprozesse zu nutzen. Beispielsweise können so Schmerzen reduziert oder der geistige Horizont erweitert werden.

In diesem Bildungsurlaub werden die theoretischen Grundlagen und weitere Hintergründe der FELDENKRAIS®-Methode vorgestellt und an exemplarischen Übungen erprobt.

Sabine Bahnemann

Eu 30280

Montag, 16.10.23 -
Donnerstag, 19.10.23,
täglich 08:30 - 16:30 Uhr
Vhs-Haus
32 UStd., 164,00 Euro
inkl. 20,00 Euro für besonderer Aufwand
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Sabine Bahnemann

Eu 30281

Dienstag, 02.04.24 -
Freitag, 05.04.24,
täglich 08:30 - 16:30 Uhr
Vhs-Haus
32 UStd., 164,00 Euro
inkl. 20,00 Euro für besonderer Aufwand
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

FELDENKRAIS®-Workshop

Einen Tag raus aus dem Alltag

Die FELDENKRAIS®-Methode bietet Bewegungen an, durch die sich die Teilnehmer*innen neu erfahren können. Ungünstige Bewegungsmuster und Gewohnheiten werden erkannt, durchbrochen und der Körper wird angeregt, Alternativen auszuprobieren.

FELDENKRAIS®-Lektionen bieten die Möglichkeit, die Selbstwahrnehmung zu verbessern, mit Bewegungsmöglichkeiten spielerisch umzugehen und innere Ruhe und Erholung zu finden. Die Workshops richten sich an Einsteiger*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Gerald Schlimmermann

Eu 30283

Samstag, 18.11.23,
09:30 - 14:45 Uhr
FELDENKRAIS® Haus, LernBewegung
7 UStd., 33,00 Euro
inkl. 5,00 Euro besonderer Aufwand

Gerald Schlimmermann

Eu 30284

Samstag, 27.01.24,
09:30 - 14:45 Uhr
FELDENKRAIS® Haus, LernBewegung
7 UStd., 33,00 Euro
inkl. 5,00 Euro besonderer Aufwand

FELDENKRAIS®: Kiefer & Co entspannter bewegen

- Tagesseminar -

Zu fast allen Bewegungen des Alltags gibt es Alternativen. Das gilt auch für die Art und Weise, wie Sie Ihre Kiefergelenke, Zunge, Augen, Ihren Kopf und alles andere unterhalb des Kopfes bewegen. Wenn Sie nach Möglichkeiten suchen, weniger Ihre "Zähne zusammen zu beißen" oder sich weniger "hartnäckig" und verspannt zu fühlen, könnte die FELDENKRAIS®-Methode für Sie interessant sein. Ziel dieser körperorientierten Lernmethode ist es, einen Weg zu mehr Körpergefühl und Leichtigkeit aufzuzeigen.

Sabine Bahnemann

Eu 30286

Samstag, 14.10.23,
14:00 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 18,00 Euro

Sabine Bahnemann

Eu 30287

Samstag, 27.01.24,
14:00 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 18,00 Euro

Sabine Bahnemann

Eu 30288

Samstag, 06.04.24,
14:00 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 18,00 Euro

Das FELDENKRAIS® Haus

mit systemischem Wohnzimmer

Gerald und Heidrun



Gerald Schlimmermann

Zertifizierter FELDENKRAIS® Practitioner FVD
Systemischer Berater

01712074991

Heidrun Schlimmermann-Jacobs

Sozialpädagogin B.A.
Systemische Beraterin (SG)

01711289117



in 23701 Eutin
Voßplatz 6 & Plöner Straße 5



Hatha-Yoga

Hatha-Yoga ist eine Form des Yoga, bei der das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist vor allem durch körperliche Übungen (Asanas), durch Atemübungen (Pranayama) und Meditation angestrebt wird. Teilnehmer*innen erlernen wirkungsvolle ruhige, fließende und stärkende Bewegungen, die den Körper kräftigen und dehnen. Diese Übungen in Verbindung mit bewusster Atmung machen es möglich, den Geist zur Ruhe kommen zu lassen, die Wahrnehmung zu verbessern und können Entspannung und Regeneration fördern.

Anja Domann

Eu 30100

10 x dienstags, ab 12.09.23
09:30 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 60,00 Euro

Anja Domann

Eu 30101

10 x dienstags, ab 12.09.23
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 60,00 Euro

Anja Domann

Eu 30102

12 x mittwochs, ab 13.09.23
16:00 - 17:30 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 72,00 Euro

Anja Domann

Eu 30103

12 x mittwochs, ab 13.09.23
17:45 - 19:15 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 72,00 Euro

Anja Domann

Eu 30106

11 x dienstags, ab 09.01.24
09:30 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Anja Domann

Eu 30107

11 x dienstags, ab 09.01.24
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Anja Domann

Eu 30108

11 x mittwochs, ab 10.01.24
16:00 - 17:30 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Anja Domann

Eu 30109

11 x mittwochs, ab 10.01.24
17:45 - 19:15 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Anja Domann

Eu 30112

12 x dienstags, ab 23.04.24
09:30 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 72,00 Euro

Anja Domann

Eu 30113

12 x dienstags, ab 23.04.24
16:30 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
24 UStd., 72,00 Euro

Anja Domann

Eu 30114

11 x mittwochs, ab 24.04.24
16:00 - 17:30 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Anja Domann

Eu 30115

11 x mittwochs, ab 24.04.24
17:45 - 19:15 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Physiotherapie-Praxis M. Klein-Manowski

Otto-Haesler-Straße 2a, 23701 Eutin, Tel.: 0 45 21 / 77 84 06



Krankengymnastik,
Physiotherapie,
Manuelle Therapie,
Massage, Fango,
Lymphdrainage,
Kinesio-Taping,
Kieferbehandlung (CMD),
Dorn-Hock-Methode,
Hausbesuche



Werden Sie Teil der Vhs Eutin!

*Sie haben Interesse an unserer Vhs
auf Honorarbasis tätig zu werden?*

***Wir freuen uns immer über neue Ideen
motivierter Menschen!***

*Aktuell suchen wir Kurleitende für
Yoga - Pilates - Französisch - Italienisch -
Deutsch als Zweitsprache.*

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

vhs 
Volkshochschule
der Stadt Eutin

Sie haben **Ihren Kurs** nicht gefunden?

Schauen Sie gerne auf unsere Homepage.
Wir aktualisieren das Programmangebot
regelmäßig.

www.vhs-eutin.de



Yoga-Workshops

Diese Workshops richten sich an alle Interessierten - mit oder ohne Yoga-Erfahrung -, die die Vielseitigkeit der verschiedenen Yoga-Formen und -Übungen kennenlernen möchten. Jeder Workshop beinhaltet Körperübungen zu einem bestimmten Thema sowie Entspannungseinheiten. **Bitte mitbringen: eigene Yoga-Matte, Decke, Kissen, Wasser**

Yin-Yoga - Workshop

Durch die ruhigen Yin-Yoga-Haltungen (mind. 3 Minuten) werden Muskeln und Faszien ausgiebig gedehnt und schenken Wärme, Ruhe und Entspannung.

Sabine Otten

Eu 301285
Samstag, 23.09.23,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Detox-Yoga - Workshop

Hier lernen Sie Übungen kennen, die den Körper entgiften und den Geist erfrischen können.

Sabine Otten

Eu 301286
Samstag, 14.10.23,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Yoga Nidra - Workshop

Yoga Nidra ist eine geführte Übung der Tiefenentspannung. Sie wird als tiefste aller Meditationen bezeichnet und soll die Regeneration von Körper und Geist fördern.

Anja Domann

Eu 301287
Samstag, 18.11.23,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Yoga für Frauen - Workshop

Sie lernen Yoga-Übungen kennen, die bei Regelschmerzen, Wechseljahrsbeschwerden, Liebeskummer und Hormondisbalancen helfen können.

Sabine Otten

Eu 301288
Samstag, 25.11.23,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Yin Yoga - Weihnachtsentspannung

Die ruhigen Yin-Yoga-Haltungen, die mindestens drei Minuten gehalten werden, dehnen Muskeln und Faszien ausgiebig und schenken Wärme, Ruhe und Entspannung.

Sabine Otten

Eu 301289
Samstag, 16.12.23,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Detox-Yoga - Workshop

Hier lernen Sie Übungen kennen, die den Körper entgiften und den Geist erfrischen können.

Sabine Otten

Eu 301290
Samstag, 20.01.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Herzöffnung - Workshop

Stimulierende Übungen zur Öffnung des Herzens und zum Erkennen und Lösen von Blockaden.

Anja Domann

Eu 301291
Samstag, 27.01.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Herz-Yoga - Workshop

Passend zum Valentinstag legen wir den Fokus auf das Herz und öffnen uns für das neue Jahr - für mehr Selbstliebe und Selbstvertrauen.

Detox-Yoga - Workshop

Hier lernen Sie Übungen kennen, die den Körper entgiften und den Geist erfrischen können.

Yoga für Schultern und Rücken - Workshop

Stress und Angst setzen sich häufig in den Schultern und im Rücken fest. In diesem Workshop lernen Sie Übungen kennen, die Verspannungen lösen, den Schmerzen entgegenwirken und helfen können, mit Stress besser umzugehen.

Yin-Yoga - Workshop

Durch die ruhigen Yin-Yoga-Haltungen (mind. 3 Minuten) werden Muskeln und Faszien ausgiebig gedehnt und schenken Wärme, Ruhe und Entspannung.

Yoga für Frauen - Workshop

Sie lernen Yoga-Übungen kennen, die bei Regelschmerzen, Wechseljahrsbeschwerden, Liebeskummer und Hormondisbalancen helfen können.

Yoga für Schultern und Rücken - Workshop

Stress und Angst setzen sich häufig in den Schultern und im Rücken fest. In diesem Workshop lernen Sie Übungen kennen, die Verspannungen lösen, den Schmerzen entgegenwirken und helfen können, mit Stress besser umzugehen.

Hatha-Yoga Workshop

Ein Mix aus dynamischen Flows und längeren Entspannungen

Sabine Otten

Eu 301292

Samstag, 17.02.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Anja Domann

Eu 301293

Samstag, 02.03.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Sabine Otten

Eu 301294

Samstag, 09.03.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Sabine Otten

Eu 301295

Samstag, 27.04.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Sabine Otten

Eu 301296

Samstag, 25.05.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Sabine Otten

Eu 301297

Samstag, 15.06.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro

Sabine Otten

Eu 301298

Samstag, 13.07.24,
10:00 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro



Kundalini-Yoga®

- Kleingruppe -

Kundalini-Yoga nach den Lehren von Yogi Bhajan, nennt man auch das Yoga des Bewusstseins. Bei diesem Yogastil erlernen die Teilnehmer*innen Körperübungen und Entspannungstechniken; sie üben Meditation und auch das Singen und Sprechen von Mantras wird ausprobiert.

Astrid Werner

Eu 30130

11 x montags, ab 11.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Astrid Werner

Eu 30133

11 x montags, ab 08.01.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Astrid Werner

Eu 30136

11 x montags, ab 22.04.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Astrid Werner

Eu 30131

11 x mittwochs, ab 13.09.23

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Astrid Werner

Eu 30134

11 x mittwochs, ab 10.01.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Astrid Werner

Eu 30137

11 x mittwochs, ab 24.04.24

18:15 - 19:45 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Renate Richardt

Eu 30132

11 x freitags, ab 15.09.23

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Renate Richardt

Eu 30135

11 x freitags, ab 12.01.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Renate Richardt

Eu 30138

11 x freitags, ab 26.04.24

09:30 - 11:00 Uhr

Vhs-Haus

22 UStd., 88,00 Euro

Gestalte das bunte Angebot.

vhs



Werde
Kursleiter*in
www.vhs-kurse-leiten.de

Kundalini-Yoga®-Workshop

Diese Workshops richten sich an alle Interessierten, die Kundalini-Yoga® kennenlernen oder noch mehr in die Tiefe gehen möchten. Jeder Workshop beinhaltet Kriyas (Körperübungsreihen), Meditationen sowie Tiefenentspannung. Die kurzen Zitate von Yogi Bhajan weisen auf die Thematik des jeweiligen Workshops hin:

- 08.10.23 Wassermannzeitalter - "If you cannot see God in All, you cannot see God at all"
- 17.12.23 Entspannung und Wohlfühlen - "Relax with healing hands"
- 25.02.24 Fülle und Mangel - "A Pure can't be poor"
- 28.04.24 Baum-Yoga - "No fruits without roots"
- 30.06.24 Die drei Lebenszyklen von Seele/Geist/Körper - "Regulate Life clock"
- 21.07.24 Die Energien der sieben Wochentage - "Seven days - seven rays"

Astrid Werner

Eu 301424

Sonntag, 08.10.23,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro

Astrid Werner

Eu 301425

Sonntag, 17.12.23,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro

Astrid Werner

Eu 301426

Sonntag, 25.02.24,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro

Astrid Werner

Eu 301427

Sonntag, 28.04.24,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro

Astrid Werner

Eu 301428

Sonntag, 30.06.24,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro

Astrid Werner

Eu 301429

Sonntag, 21.07.24,
09:30 - 13:00 Uhr
Vhs-Haus
5 UStd., 15,00 Euro



**Kursportal
Schleswig-Holstein**

www.sh.kursportal.info

Ihre Datenbank für
Weiterbildung im Norden

- Den richtigen Kurs finden
- Informieren und vergleichen
- Über 1.000 Anbieter

Gefördert durch:   Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus



Yoga auf dem Stuhl

Die nachweislich positive Wirkung des Yoga ist nicht nur sportlichen Menschen vorbehalten. Dieser Kurs richtet sich an Ältere und auch an Menschen, die nicht auf dem Boden, sondern auf Stühlen sitzen möchten, um die wohltuende Wirkung des Yoga zu erfahren. Die Übungen, der bewusst geführte Atem und die abschließende Meditation ergeben eine ganzheitliche Wirkung. Vorkenntnisse oder bestimmte körperliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

Renate Pöhlsen

Ma 30154

10 x montags, ab 11.09.23
09:00 - 10:30 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Renate Pöhlsen

Ma 30155

10 x montags, ab 11.09.23
10:45 - 12:15 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Renate Pöhlsen

Ma 30156

10 x montags, ab 08.01.24
09:00 - 10:30 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Renate Pöhlsen

Ma 30157

10 x montags, ab 08.01.24
10:45 - 12:15 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Renate Pöhlsen

Ma 30158

10 x montags, ab 22.04.24
09:00 - 10:30 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Renate Pöhlsen

Ma 30159

10 x montags, ab 22.04.24
10:45 - 12:15 Uhr
Awo-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22,
Bad Malente-Gremsmühlen
20 UStd., 88,00 Euro
inkl. 28,00 Euro besonderer Aufwand

Vinyasa Yoga/Hatha Yoga

- Kleingruppe -

Vinyasa Yoga ist eine besondere Art des Hatha Yoga. Die Körperübungen werden nicht einzeln geübt, sondern in fließenden Bewegungen aneinandergereiht. Durch leichte Mobilisation, einfache Yogastellungen, Dehnübungen und bewusste Atmung hält man sich körperlich und geistig fit.

Martina Baumgardt

Eu 30165

4 x mittwochs, ab 13.09.23
10:00 - 11:00 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am Markt 7-8
6 UStd., 24,00 Euro

Martina Baumgardt

Eu 30166

4 x mittwochs, ab 10.01.24
10:00 - 11:00 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am Markt 7-8
6 UStd., 24,00 Euro

Za-Zen - Morgenmeditation

Ziel ist es, inmitten unseres bewegten Alltagslebens innere Stille und Ruhe zu finden. Was ist geeigneter als die frühe Morgenstunde? Za-Zen, "Sitzen in Stille", die Praxis zen-buddhistischer Meditationsübung, konzentriert sich auf Haltung, Atmung und Bewusstsein.

Dr. Ludger Iske

Eu 30170

13 x donnerstags, ab 14.09.23
5:45 - 6:30 Uhr
Vhs-Haus
13 UStd., 52,00 Euro

Dr. Ludger Iske

Eu 30171

11 x donnerstags, ab 11.01.24
05:45 - 06:30 Uhr
Vhs-Haus
11 UStd., 44,00 Euro

Dr. Ludger Iske

Eu 30172

12 x donnerstags, ab 25.04.24
05:45 - 06:30 Uhr
Vhs-Haus
12 UStd., 48,00 Euro

Achtsamkeit & Entspannung

- Kleingruppe -

In diesem Kurs geht es um das Erlernen von Achtsamkeit zur Stressreduktion und Entschleunigung mittels verschiedener Entspannungstechniken und die Schulung der Wahrnehmung. Die Inhalte werden so vermittelt, dass das Erlernete im Alltag umgesetzt werden kann.

Claudia Abratis

Eu 30181

8 x dienstags, ab 19.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 48,00 Euro

Claudia Abratis

Eu 30182

8 x dienstags, ab 23.01.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
16 UStd., 48,00 Euro

ROSE - ZEUNER
PHYSIOTHERAPIE



Gemeinsam Lösungen finden

Krankengymnastik · McKenzie · Gerätetraining
Manuelle Therapie · Massage · Fango



UNIVERSITÄT ZU LÜBECK
AKADEMISCHE
LEHREINRICHTUNG



Elisabethstr. 16-18 · 23701 Eutin · www.rose-zeuner.de · Tel. 045 21 / 77 53 888 · Mo-Fr 7.30-21.00 Uhr



Im **Qigong** wird die Lebensenergie (Qi) über Atmung, Aufmerksamkeit sowie über Körperhaltung und Bewegung gestärkt und harmonisiert. Davon profitiert der gesamte Organismus. Vitalität, Beweglichkeit und innere Ruhe nehmen gleichzeitig zu. Die Bewegungen sind einfach, körpergerecht und können gegebenenfalls individuell angepasst werden. Jede Stunde endet mit einer stillen Meditation.

Qigong für den Rücken

Aufrichten zwischen Himmel und Erde

In diesem Kurs richten wir unsere Aufmerksamkeit durch Bewegung, Selbstmassage und gezielte Wahrnehmung besonders auf den Rücken. Gleichzeitig verbessern sich die Beweglichkeit, der Energiefluss und die Selbstwahrnehmung im ganzen Körper.

Qigong

Die "Acht Brokatübungen"

Die "Acht Brokatübungen" sind eine der klassischen Qigong-Übungsformen. Sie wirken durch einen bewussten Wechsel zwischen Anspannen und Entspannen, Yang und Yin, gleichzeitig harmonisierend und vitalisierend.

Qigong zum Wohlfühlen

In diesem Kurs werden die Übungen aus den vorherigen Kursen wiederholt und ergänzt. Es sind auch Neueinsteiger*innen willkommen.

Almut Schmitz

Eu 30190

10 x montags, ab 25.09.23
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 60,00 Euro

Almut Schmitz

Eu 30191

11 x montags, ab 08.01.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Almut Schmitz

Eu 30192

11 x montags, ab 22.04.24
18:15 - 19:45 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro



Fahr-Rad-Laden
Tel.: 0 45 21 - 79 573 79
T. Lutz, Eutin
Lübecker Str. 42

Fahrräder und Zubehör

E-Bike-Kompetenz

Bosch-Service-Center

Größe Auswahl an E-Bikes in unseren 2 Ausstellungshallen
Manufakturräder
Fachliche und freundliche Beratung Unbedingt Probefahren

Fahr-Rad-Laden, Inh. Thomas Lutz, Lübecker Straße 42, 23701 Eutin
Tel. 04521-7957379, www.fahrradladen-eutin.de










Taijiquan (Tai Chi)

Taijiquan (Tai Chi) ist eine chinesische Bewegungskunst, die Gesundheitspflege, Meditation und Selbstverteidigung vereint. Die bewusst geführten Bewegungen einer vorgegebenen Choreografie aktivieren und harmonisieren die Lebensenergie, fördern Entspannung, Beweglichkeit und Gleichgewicht und lassen den Geist zur Ruhe kommen. Vermittelt wird die 19er Kurzform des Chen-Stil-Taijiquan.

Almut Schmitz

Eu 30194

10 x montags, ab 25.09.23
20:00 - 21:30 Uhr
Vhs-Haus
20 UStd., 60,00 Euro

Almut Schmitz

Eu 30195

11 x montags, ab 08.01.24
20:00 - 21:30 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro

Almut Schmitz

Eu 30196

11 x montags, ab 22.04.24
20:00 - 21:30 Uhr
Vhs-Haus
22 UStd., 66,00 Euro



Taijiquan

**"Aus einer starken Mitte gelassen im Umgang mit anderen"
- Bildungsurlaub -**

Die chinesische Bewegungskunst Taijiquan ist ursprünglich als Kampfkunst entstanden, in der es darum geht, den Kräften, mit denen man konfrontiert wird, nicht mit Abwehr und Widerstand zu begegnen, sondern diese bewusst wahrzunehmen, abzuleiten und gegebenenfalls zurückzuschicken. Die grundlegenden Bewegungsprinzipien, die in Einzel- und Partnerübungen geschult werden, lassen sich in jeder Form von Kontakt anwenden und regen zu einem gelassenen und kräfteschonenden Umgang mit Auseinandersetzungen jeglicher Art an. In diesem Bildungsurlaub erschließen wir uns die wesentlichen theoretischen und praktischen Grundlagen, um eine entspannte Haltung zu verinnerlichen und diese in den Alltag zu integrieren.

Almut Schmitz

Eu 30193

Montag, 22.07.24 -
Freitag, 26.07.24,
täglich 09:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
40 UStd., 200,00 Euro
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Tipp

**Arbeitnehmer*innen
haben einen
gesetzlichen Anspruch
auf Bildungsurlaub!
Nähere Informationen
im Serviceteil
ab S. 90**



Beckenbodentraining für Frauen

Beckenboden - der große "Unbekannte". In diesem Kurs lernen die Teilnehmerinnen, ihren Beckenboden bewusst zu spüren und bekommen spezifisches Wissen über die Funktionsweise dieser Muskelschichten vermittelt. Durch praktische Übungen kann einem Funktionsverlust vorgebeugt werden.

Sandra Weber

Eu 30202

6 x dienstags, ab 07.11.23

14:00 - 15:00 Uhr

Vhs-Haus

8 UStd., 24,00 Euro

Sandra Weber

Eu 30203

6 x dienstags, ab 16.01.24

14:00 - 15:00 Uhr

Vhs-Haus

8 UStd., 24,00 Euro

Rückenstärkung

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark zu machen, den Körper in Balance zu bringen und sich geschmeidig zu bewegen - das ist das Ziel dieses Kurses. Dabei steht Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Sybille Rohowsky

Ma 30205

8 x dienstags, ab 26.09.23

17:00 - 18:00 Uhr

Mühlenbergklinik Malente,
Therapiehalle

11 UStd., 57,80 Euro

inkl. 24,80 Euro besonderer Aufwand

Sybille Rohowsky

Ma 30206

8 x dienstags, ab 16.01.24

17:00 - 18:00 Uhr

Mühlenbergklinik Malente,
Therapiehalle

11 UStd., 57,80 Euro

inkl. 24,80 Euro besonderer Aufwand

Sybille Rohowsky

Ma 30207

8 x dienstags, ab 30.04.24

17:00 - 18:00 Uhr

Mühlenbergklinik Malente,
Therapiehalle

11 UStd., 57,80 Euro

inkl. 24,80 Euro besonderer Aufwand

Rückenfit

Spiralmuskeltraining

Um uns harmonisch und fließend in alle Richtungen bewegen zu können, benötigen wir ein ausgewogenes Zusammenspiel aller Muskelketten und Faszienbahnen sowie freie Gelenke. Die Übungen zur Spiralmobilisation und -stabilisation richten nicht nur die Wirbelsäule auf, sondern kräftigen auch alle anderen Körperregionen und verhindern somit ein muskuläres Ungleichgewicht. Geeignet für alle Menschen ohne gravierende Einschränkungen der Schultergelenksmobilität.

Anke Försterling

Eu 30208

10 x mittwochs, ab 13.09.23

08:30 - 09:30 Uhr

Vhs-Haus

14 UStd., 42,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30209

11 x mittwochs, ab 10.01.24

08:30 - 09:30 Uhr

Vhs-Haus

15 UStd., 45,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30210

11 x mittwochs, ab 24.04.24

08:30 - 09:30 Uhr

Vhs-Haus

15 UStd., 45,00 Euro

Physio-Fitness

Es wird ein buntes Programm aus den Bereichen Rückenschule, Körperhaltung, Muskeltraining, Qi Gong, Aerobic, Bauch-Beine-Po etc. geboten. Die Freude an der Bewegung steht im Mittelpunkt. Wer gerne Bewegung mit Musik mag, ist hier genau richtig!

Sandra Weber

Eu 30247

6 x dienstags, ab 07.11.23
15:15 - 16:15 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 24,00 Euro

Sandra Weber

Eu 30248

6 x dienstags, ab 16.01.24
15:15 - 16:15 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 24,00 Euro

Faszientraining

In diesem Workshop geht es um das Faszienewebe und das aktive Erleben dieser Strukturen. Der richtige Umgang mit der Faszienrolle wird erlernt und gefestigt.

Sandra Weber

Eu 30249

Samstag, 04.11.23,
09:30 - 12:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 15,60 Euro

Sandra Weber

Eu 30250

Samstag, 24.02.24,
09:30 - 12:00 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 15,60 Euro

Bodyfit für Frauen

Dieses abwechslungsreiche Workout richtet sich an ältere berufstätige Frauen und jüngere Ruheständlerinnen, die aktiv den schleichend eintretenden Bewegungseinschränkungen des Alterns entgegen wirken wollen. Sie erlernen funktionelle Übungen, die besonders die Muskulatur der Körpermitte festigen und modellieren. Die Übungen bringen Sie wieder in Balance, erhöhen die Elastizität des Fasziengewebes, versorgen den Körper mit Sauerstoff und ermöglichen geschmeidige, freie Bewegungen.

Anke Försterling

Eu 30213

10 x donnerstags, ab 14.09.23
17:30 - 18:30 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30214

11 x donnerstags, ab 11.01.24
17:30 - 18:30 Uhr
Vhs-Haus
15 UStd., 45,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30215

11 x donnerstags, ab 25.04.24
17:30 - 18:30 Uhr
Vhs-Haus
15 UStd., 45,00 Euro



Osteoporose-Gymnastik

Dieser Kurs wendet sich an alle, die dem Entstehen einer Osteoporose wirksam vorbeugen oder, bei bereits bestehender Diagnose, dem Fortschreiten der Erkrankung entgegenzutreten wollen. In schonender Form stehen die unterschiedlichsten Übungen im Mittelpunkt dieses Kurses. Auch das Thema Ernährung wird nicht zu kurz kommen.

Thomas Immig

Eu 30220

10 x mittwochs, ab 13.09.23
10:00 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Thomas Immig

Eu 30221

10 x mittwochs, ab 13.09.23
11:15 - 12:15 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Thomas Immig

Eu 30222

10 x mittwochs, ab 10.01.24
10:00 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Thomas Immig

Eu 30223

10 x mittwochs, ab 10.01.24
11:15 - 12:15 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Thomas Immig

Eu 30224

10 x mittwochs, ab 24.04.24
10:00 - 11:00 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Thomas Immig

Eu 30225

10 x mittwochs, ab 24.04.24
11:15 - 12:15 Uhr
Vhs-Haus
14 UStd., 42,00 Euro

Gymnastik für Körperbewusstsein und Beweglichkeit für Ältere

Auf, mit und um den Stuhl herum

Sie können oder mögen bei der Gymnastik nicht auf dem Boden liegen? Gezielte Übungen im Sitzen, im Stand und in der Fortbewegung erhalten und/oder verbessern die Gelenkbeweglichkeit, die Muskelkraft, die Koordinationsfähigkeit sowie das Gleichgewicht. Stürzen wird vorgebeugt und die Mobilität bleibt länger erhalten.

Anke Försterling

Eu 30230

10 x donnerstags, ab 14.09.23
15:30 - 16:15 Uhr
Vhs-Haus
10 UStd., 30,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30231

10 x donnerstags, ab 14.09.23
16:30 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
10 UStd., 30,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30232

11 x donnerstags, ab 11.01.24
15:30 - 16:15 Uhr
Vhs-Haus
11 UStd., 33,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30233

11 x donnerstags, ab 11.01.24
16:30 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
11 UStd., 33,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30234

11 x donnerstags, ab 25.04.24
15:30 - 16:15 Uhr
Vhs-Haus
11 UStd., 33,00 Euro

Anke Försterling

Eu 30235

11 x donnerstags, ab 25.04.24
16:30 - 17:15 Uhr
Vhs-Haus
11 UStd., 33,00 Euro

Tanz mit - bleib fit

In diesem Kurs steht die Freude an der Bewegung zu Musik im Vordergrund. Es ist ein Bewegungsangebot, das auch für ältere Menschen mit körperlichen Einschränkungen geeignet ist. Die Erhaltung und Verbesserung körperlicher Leistungsfähigkeit werden gefördert sowie die Koordination und das Gedächtnis trainiert. Dies alles ohne Leistungsdruck und ohne Anspruch auf Perfektion, dafür in geselliger Runde. Der Kurs findet 14-täglich statt.

Karin Behrends

Eu 30236

3 x donnerstags, ab 09.11.23
09:45 - 10:45 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 16,00 Euro
14-täglich

Karin Behrends

Eu 30237

6 x donnerstags, ab 11.01.24
09:45 - 10:45 Uhr
Vhs-Haus
8 UStd., 32,00 Euro
14-täglich

Tanz und Yoga

- Workshop -

Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Kombination von Tanz ohne festgelegte Schritte und Yoga ausprobieren wollen. Die Körperwahrnehmung wird intensiviert und vertieft. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Hanna Schmüser,

Doris Ahnemann

Eu 20500

Samstag, 09.12.23,
11:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 24,00 Euro

Tanz ins neue Jahr

- Workshop -

In diesem Workshop geht es nicht um das Erlernen festgelegter Schritte, sondern um die Erfahrung des freien Ausdrucks im Tanz. Begleitet von Musik und Anregungen spüren wir vertrauten Bewegungen nach, erweitern unser Bewegungsspektrum und erkunden neue Wege im Tanz. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Hanna Schmüser

Eu 20501

Sonntag, 07.01.24,
11:00 - 16:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 24,00 Euro





Nordic Walking - Grundlagen

Gemeinsam mit anderen ist es viel einfacher, gute Vorsätze umzusetzen. In diesem Kurs lernen Sie die Technik des Walking. Nordic Walking ist eine Verbindung von Entspannung und Sport, die bestens geeignet ist um (wieder) in ein bewegtes Leben zu starten.

Cornelia Schlicker

Ma 30242

3 x dienstags, ab 26.09.23
17:00 - 18:30 Uhr
Bootshaus, Malente
6 UStd., 18,00 Euro

Cornelia Schlicker

Ma 30243

3 x dienstags, ab 23.04.24
16:00 - 17:30 Uhr
Bootshaus, Malente
6 UStd., 18,00 Euro

Nordic Walking - Aufbaukurs

Je nach Wetterlage wird eine Strecke von drei bis sechs Kilometern zurückgelegt.

Sandra Weber

Eu 30245

4 x freitags, ab 22.09.23
09:00 - 10:30 Uhr
Treffpunkt Schwimmhalle
Eutin
8 UStd., 24,00 Euro

Info

Eine frühzeitige
Anmeldung
sichert das
Zustandekommen
der Kurse!

Hula-Hoop-Fitness

- Kleinstgruppe -

Mit dem Hula Hoop ist effektives Kraft- und Ausdauertraining möglich. Der Bauch wird gestrafft, die Haltung verbessert und die gesamte Muskulatur gestärkt. Ein Reifen kann gegen eine geringe Gebühr ausgeliehen werden.

Anja Wiebe

Eu 30252

9 x montags, ab 11.09.23
16:15 - 17:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Anja Wiebe

Eu 30253

9 x montags, ab 11.09.23
17:15 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Anja Wiebe

Eu 30254

9 x montags, ab 08.01.24
16:15 - 17:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Anja Wiebe

Eu 30255

9 x montags, ab 08.01.24
17:15 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Anja Wiebe

Eu 30256

9 x montags, ab 06.05.24
16:15 - 17:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Anja Wiebe

Eu 30257

9 x montags, ab 06.05.24
17:15 - 18:00 Uhr
Vhs-Haus
9 UStd., 54,00 Euro

Aquafitness

Aquafitness ist ein gesundheitsorientiertes Ausdauertraining, das den gesamten Körper gelenkschonend und spielerisch in Form bringt. Daneben wird die Fettverbrennung aktiviert und die Beweglichkeit gesteigert. Das Wasser bietet ein ideales Übungsfeld für Teilnehmende jeden Alters und jeder körperlichen Fitness.

Cornelia Schlicker

Ma 30260

11 x mittwochs, ab 20.09.23
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30261

11 x mittwochs, ab 20.09.23
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30262

11 x donnerstags, ab 21.09.23
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30263

11 x donnerstags, ab 21.09.23
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30264

11 x mittwochs, ab 10.01.24
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30265

11 x mittwochs, ab 10.01.24
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30266

11 x donnerstags, ab 11.01.24
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30267

11 x donnerstags, ab 11.01.24
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30268

11 x mittwochs, ab 24.04.24
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30269

11 x mittwochs, ab 24.04.24
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30270

11 x donnerstags, ab 25.04.24
17:30 - 18:15 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand

Cornelia Schlicker

Ma 30271

11 x donnerstags, ab 25.04.24
18:15 - 19:00 Uhr
Mühlenbergklinik Malente,
Bewegungsbad
11 UStd., 96,80 Euro
inkl. 22,00 Euro besonderer Aufwand



Stand Up Paddling - Einstiegskurs

Der Kurs startet mit einer theoretischen Unterweisung, denn wer auf dem Wasser mit dem SUP unterwegs ist, sollte einige Regeln beachten und grundsätzliche Sicherheitsmaßnahmen kennen. Im praktischen Teil lernen Sie die wichtigsten SUP-Paddeltechniken kennen: die richtige Länge und Haltung des Paddels, der sichere Stand auf dem Board und auch das gekonnte Auf- und Absteigen. Zum Schluss werden die Techniken auf einer gemeinsamen Tour ausprobiert. Die Teilnehmenden müssen in der Lage sein, 15 Minuten ohne Hilfe zu schwimmen. Ein eigenes Board kann mitgebracht werden (unbedingt bei der Anmeldung angeben).

Jana Heymann

Eu 30001

Freitag, 14.06.24,
17:00 - 19:00 Uhr
Stadtbucht Eutin, Treffpunkt am Anleger
3 UStd., 30,00 Euro
zzgl. Leihgebühr für SUP
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94)

Jana Heymann

Eu 30002

Freitag, 12.07.24,
17:00 - 19:00 Uhr
Stadtbucht Eutin, Treffpunkt am Anleger
3 UStd., 30,00 Euro
zzgl. Leihgebühr für SUP
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94)

Selbstverteidigung und Fitness

- für Frauen ab 50 Jahren -

In diesem Kurs steht das Trainieren von Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer im Vordergrund. Ziel ist es, Selbstverteidigungsstrategien zu erlernen und gleichzeitig die Fitness zu steigern.

Martina Baumgardt

Eu 30005

3 x montags, ab 11.09.23
11:00 - 11:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 18,00 Euro

Martina Baumgardt

Eu 30006

3 x montags, ab 29.01.24
11:00 - 11:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 18,00 Euro

Martina Baumgardt

Eu 30007

3 x montags, ab 29.04.24
11:00 - 11:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 18,00 Euro

Selbstverteidigung

für Kinder/Jugendliche von 11 - 16 Jahren

Geschult wird die eigene Wahrnehmung, die Aufmerksamkeit und das Körperbewusstsein. Es wird geübt, Grenzen aufzuzeigen und auch mal laut zu werden und NEIN zu sagen! Es werden einfache Schlag- und Tritt-Techniken zur Selbstverteidigung erlernt.

Martina Baumgardt

Eu 30010

3 x montags, ab 11.09.23
17:00 - 17:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 9,00 Euro
keine Ermäßigung

Martina Baumgardt

Eu 30011

3 x montags, ab 29.01.24
17:00 - 17:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 9,00 Euro
keine Ermäßigung

Martina Baumgardt

Eu 30012

3 x montags, ab 29.04.24
17:00 - 17:45 Uhr
Kampfkunst Academy Eutin, Am
Markt 7-8
3 UStd., 9,00 Euro
keine Ermäßigung

Shampoo, Cremes und Co. selbstgemacht

- Kleingruppe -

Tauchen Sie ein in die bunte Welt der selbstgemachten Kosmetik. Aus wertvollen Rohstoffen kreieren Sie Seife, festes Shampoo, Tages- und Nachtcreme, Lippenpflege und Handcreme. In der eigenen Rührküche entstehen so wohlriechende, nachhaltige und individuelle Produkte für Ihre Haut.

Eva Bailly

Eu 30380

Samstag, 30.09.23,
10:00 - 14:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 44,00 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Eva Bailly

Eu 30381

Samstag, 16.03.24,
10:00 - 14:00 Uhr
Vhs-Haus
6 UStd., 44,00 Euro
inkl. 20,00 Euro Materialkosten
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Fasten

- Vortrag -

Fasten ist die älteste Diät-Methode, die die Menschheit kennt. In verschiedenen Formen erlebt sie aktuell einen richtigen Hype. In der Praxis kommt dieses therapeutische Tool bei vielen Erkrankungen, Beschwerden und auch präventiv zum Einsatz. Es wird über verschiedene Fastenmethoden, mit dem Fokus auf Fasten nach der Buchinger-Methode, Indikationen und Kontraindikationen gesprochen.

Dr. Elena Bulanova

Eu 30350

Dienstag, 19.09.23,
18:15 Uhr
Vhs-Haus
10,00 Euro
keine Ermäßigung

Dr. Elena Bulanova

Eu 30351

Dienstag, 05.03.24,
18:15 Uhr
Vhs-Haus
10,00 Euro
keine Ermäßigung

Ernährungsumstellung

Es gibt diverse Möglichkeiten, die Ernährung so umzustellen, dass Abnehmen, Gewicht halten oder Entschlacken leichter fällt. In diesem Kurs erhalten Sie Informationen über Intervallfasten, Basische Ernährung, Low-Carb-Ernährung und Scheinfasten. Ergänzend gibt es sinnvolle Tipps zur Ernährungsumstellung im Alltag. Es bleibt genügend Zeit für individuelle Fragen und zum Probieren von selbstgebackenem Brot (Low Carb, Eiweißbrot) und selbstgemachten Aufstrichen (süß und deftig).

Isabella Tatusch

Eu 30360

Samstag, 13.01.24,
09:30 - 12:30 Uhr
Vhs-Haus
4 UStd., 12,00 Euro



Outdoor Cooking

Das Essen und Kochen in der Natur ist der Ursprung aller Nahrungsaufnahme. In diesem Kurs lernen Sie eine moderne "Übersetzung" am Feuer kennen. Es werden über Kleinigkeiten zur Vorspeise, an Hauptgerichten vorbei bis zur Nachspeise (ca. 10 Gänge) alle Gerichte am oder im Feuer zubereitet. Dabei lernen Sie vieles über diese besondere Garmethode. Sollten die Wetterbedingungen zu schlecht sein, wird der Kurs 24 Stunden vor Beginn abgesagt.

Tapas unter freiem Himmel

In diesem Seminar werden wir mit einer Vorspeise vom Lagerfeuer beginnen. Anschließend werden Sie den Umgang mit einer großen "Plancha" (Spanisch = "Eisen") lernen. Auf dieser werden wir verschiedenste Tapas zubereiten. Zum Abschluss wenden wir uns noch einmal dem Lagerfeuer zu und kümmern uns um etwas Süßes.

Fingerfood, Snacks und Vorspeisen

Vegetarisches und Veganes für zwischendurch

Ob als Vorspeise oder kleiner Snack für die lockere Runde, es gibt viele Gelegenheiten für das unkomplizierte Essvergnügen. An diesem Abend werden wohlschmeckende, vegetarische und vegane Köstlichkeiten zubereitet, die alle leicht herzustellen sind.

Antje Thomsen

Eu 30510

Mittwoch, 15.11.23,
18:00 - 21:00 Uhr
Berufliche Schulen Eutin
Küche

4 UStd., 26,20 Euro
inkl. 9,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Antje Thomsen

Eu 30511

Mittwoch, 24.04.24,
18:00 - 21:00 Uhr
Berufliche Schulen Eutin
Küche

4 UStd., 26,20 Euro
inkl. 9,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Olaf Schirmer

Eu 30507

Freitag, 31.05.24,
16:00 - 22:00 Uhr
Ferienhof Gröne, Fissau
8 UStd., 84,00 Euro
inkl. 60,00 Euro besonderer
Aufwand, Lebensmittel und
Getränke
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Olaf Schirmer

Eu 30508

Freitag, 21.06.24,
17:00 - 21:00 Uhr
Ferienhof Gröne, Fissau
6 UStd., 53,00 Euro
inkl. 35,00 Euro besonderer
Aufwand, Lebensmittel und
Getränke
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Die bunte Vielfalt der Küche

Gemeinsam werden alltagstaugliche Rezepte unterschiedlicher Länder zubereitet. Jeden Abend steht ein anderes Land im Fokus.

Karin Lamb

Ma 30512

5 x dienstags, ab 07.11.23

18:30 - 21:15 Uhr

Schule an den Auewiesen,
Malente

Küche

19 UStd., 57,00 Euro

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Kochen wie bei Hellwags - Kochkurs nach original historischen Rezepten

- in Kooperation mit der Eutiner Landesbibliothek -

Im Kurs wird eine Auswahl an Speisen aus dem Rezeptbuch von Anne Friederike Hellweg aus dem Jahr 1836 nachgekocht und zu einem 3-Gänge-Weihnachtsmenü arrangiert.

Der historische Hintergrund zu diesem Rezeptbuch wird im Vortrag von Dr. Betty Brux-Pinkwart am Freitag, den 1. Dezember, erläutert (siehe S. 11).

Tanya Harding,

Dr. Betty Brux-Pinkwart

Eu 30520

Samstag, 02.12.23,

15:00 - 19:00 Uhr

Albert-Mahlstedt-Schule

6 UStd., 39,80 Euro

inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Tapas

Freuen Sie sich auf eine kulinarische Reise durch Spanien und seine Inseln. An den Abenden werden einige der regionalen Küchen des Landes und die Rezepte näher vorgestellt. Lernen Sie spanisches Flair schon bei der Zubereitung und hinterher beim Verzehr der Speisen kennen. An jedem Abend werden unterschiedliche Tapas zubereitet.

Fernando Ruiz-Acebes

Eu 30530

Freitag, 29.09.23,

18:00 - 22:30 Uhr

Albert-Mahlstedt-Schule

6 UStd., 39,80 Euro

inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Fernando Ruiz-Acebes

Eu 30531

Freitag, 24.11.23,

18:00 - 22:30 Uhr

Albert-Mahlstedt-Schule

6 UStd., 39,80 Euro

inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Fernando Ruiz-Acebes

Eu 30532

Freitag, 26.04.24,

18:00 - 22:30 Uhr

Albert-Mahlstedt-Schule

6 UStd., 39,80 Euro

inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Fernando Ruiz-Acebes

Eu 30533

Freitag, 24.05.24,

18:00 - 22:30 Uhr

Albert-Mahlstedt-Schule

6 UStd., 39,80 Euro

inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage

Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Info

Unsere
Spanisch-Kurse
finden Sie ab
Seite 51



Kohl - Regionales auf den Tisch

Norddeutscher als Kohl geht es nun wirklich nicht mehr! Was man mit und aus Kohl alles machen kann, erfahren Sie an diesem Abend. Sie lernen Gerichte aus Wirsing, Weißkohl, Sauerkraut, China-, Spitz- und Rosenkohl und Chicorée kennen.

Philippinische Küche

Die philippinische Küche wird durch das Zusammentreffen verschiedenster Küchenkulturen geprägt. Spanisch-mexikanische Einflüsse treffen auf chinesische, indische und japanische und auch die Küche der USA hat ihre Spuren hinterlassen

Finnische Küche

Die geografische Lage Finnlands hat zur Folge, dass die Essgewohnheiten sowohl durch westliche als auch durch östliche Einflüsse geprägt wurden.

Quiche - Quiche - Quiche

Ein Quiche-Abend mit unterschiedlichen Varianten: klassisch, vegetarisch, mit Fleisch, Fisch oder Meeresfrüchten.

Spargel - genial

Die Königin hält Hofstaat in Eutin! Ein absoluter Genuss mit Kombinationen, auf die man nicht unbedingt sofort kommt.

Ostafrikanische Küche

Rezepte mit frischem Gemüse wie Okra-Schoten, Kohl und Tomaten, mit Fisch und Fleisch und interessanten Gewürzmischungen warten auf Sie. Lassen Sie sich überraschen.

André Weidtkamp

Eu 30550

Montag, 20.11.23,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 31,00 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage.
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

André Weidtkamp

Eu 30552

Montag, 22.01.24,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 31,00 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage.
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

André Weidtkamp

Eu 30553

Montag, 26.02.24,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 31,00 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage.
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

André Weidtkamp

Eu 30554

Montag, 25.03.24,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 31,00 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage.
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

André Weidtkamp

Eu 30555

Montag, 27.05.24,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 33,00 Euro
inkl. 16,00 Euro Lebensmittelumlage.
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

André Weidtkamp

Eu 30556

Montag, 24.06.24,
18:30 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
4 UStd., 31,00 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Arabisch-Orientalische Küche

Speziell in der arabischen Küche gibt es - durch die Ausgewogenheit und die reichhaltige Auswahl an Kräutern und Gewürzen - ein gesundes und schmackhaftes Angebot. Die orientalische Küche ist vielfältig, genussvoll und pikant. An jedem Kursabend gibt es ein Schwerpunktthema - lassen Sie sich von der Vielfalt überraschen!

Arabisch-Orientalisch: vegetarische Vorspeisen

Farah Ahmad

Eu 30560

Montag, 02.10.23,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Farah Ahmad

Eu 30561

Montag, 06.05.24,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Arabisch-Orientalisch: Vorspeisen

Farah Ahmad

Eu 30564

Montag, 29.01.24,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Arabisch-Orientalisch: Hauptgerichte

Farah Ahmad

Eu 30565

Montag, 06.11.23,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Farah Ahmad

Eu 30566

Montag, 04.03.24,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Arabisch-Orientalisch: Grillen

Farah Ahmad

Eu 30568

Montag, 03.06.24,
18:30 - 22:00 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 35,50 Euro
inkl. 14,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen (s. S. 94).

Info

Zu den Kochkursen
bitte mitbringen:

- Geschirrtuch
- scharfes Messer
- Restbehälter
- Schürze



Kochen & Hören: **Märchenhaftes für Gaumen und Ohren** - das sind die Erzählküchen.

Während die Teilnehmenden aus köstlichen Zutaten ein stimmungsvolles Menü zubereiten, erzählt die Kursleiterin in den Garzeiten aus dem Geschichtenreichtum der jeweiligen Kultur.

Erzählküche "Auge des Horus"

Das alte Ägypten galt als Reich, in dem Götter und Tiere nah beieinander leben und die Menschen die Sprache beider verstehen. Das spiegelt sich sowohl in den Märchen als auch in der kulinarischen Vergangenheit wider. So entdecken wir in dieser Erzählküche, wie die Hauptnahrungsmittel der Ägypter - Aisch badi (Brot), Nüsse und Hülsenfrüchte - zu einem köstlichen Menü verwandelt werden.

Kathrin Grüneberg

Eu 30570

Freitag, 10.11.23,
18:00 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 36,50 Euro
inkl. 15,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Erzählküche "Rudern zwei ein Boot"

...denn die Liebe ist das Einzige, was zählt

In dieser Erzählküche dreht sich alles um die Liebe. Aber nicht nur um romantische Liebe und das berühmte Kribbeln im Bauch - sondern auch um tief empfundene Freundschaft, die alle Herausforderungen des Lebens meistert. Während wir dazu gemeinsam ein passendes 3-Gänge-Menü zubereiten und es auf Tellern stil- und liebevoll anrichten, verwöhnt die Kursleiterin Sie mit Geschichten rund um Liebe und Freundschaft.

Kathrin Grüneberg

Eu 30571

Freitag, 16.02.24,
18:00 - 21:30 Uhr
Albert-Mahlstedt-Schule
5 UStd., 36,50 Euro
inkl. 15,00 Euro Lebensmittelumlage
Es gelten gesonderte
Rücktrittsbedingungen
(s. S. 94).

Tip

**Verschenken Sie
Bildung mit einem Gut-
schein der Vhs Eutin**

**Service-Nummer
04521 849880**

Anmeldeformular

Kursnummer:	Kurstitel:
Kursnummer:	Kurstitel:
Kursnummer:	Kurstitel:

Name:	Vorname:
-------	----------

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

Telefon:	Dienst- oder Mobil-Nr.:
----------	-------------------------

E-Mail-Adresse:

Um Ermäßigung zu beantragen, bitte hier ankreuzen und einen Nachweis beifügen.

Auszug aus den Teilnahmebedingungen:

1. Eine Teilnahme an den Angeboten der Vhs ist nur mit Anmeldung möglich.
2. Eine Anmeldung ist verbindlich.
3. Es gelten die aktuellen Teilnahmebedingungen der Vhs Eutin.
4. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Diese ist gleichzeitig die Rechnung.
5. Die Kursgebühr ist zu Kursbeginn zu zahlen.
6. Abmeldungen sind fristgerecht vor Kursbeginn an die Geschäftsstelle zu richten.
7. Nichtteilnahme am Kurs entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

Die **Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen** erkenne ich an. Persönliche Daten werden nur für interne dienstliche Zwecke genutzt. Meine Anwesenheit im Kurs wird in einer Anwesenheitsliste festgehalten. Nach Ablauf der gesetzlichen Fristen wird diese vernichtet. Ich bin mit der Speicherung meiner Daten nach den Richtlinien der **Datenschutzgrundverordnung** einverstanden.

Datum, Unterschrift

Service

SEPA-Lastschriftmandat



Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats



liegt bereits vor

Ich ermächtige die Volkshochschule Eutin, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Eutin auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Mir ist bekannt, dass ich innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen kann. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Bitte beachten:

Begründete Forderungen bleiben bestehen und führen zum Zahlungsverzug

Name Kontoinhaber/in:	Vorname Kontoinhaber/in:
-----------------------	--------------------------

Name Vhs-Teilnehmer/in (falls abweichend):	Vorname Vhs-Teilnehmer/in:
--	----------------------------

Kreditinstitut:	BIC:
-----------------	------

IBAN: DE _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Datum, Unterschrift

Anmelde-Formular

Wer sich anmeldet, muss auch kommen.

Ich melde mich für den folgenden Kurs an der Vhs Eutin an.

Kurs-Name: _____

Kurs-Nummer: _____

Name, Vorname: _____

Straße, Haus-Nummer: _____

Post-Leit-Zahl, Ort: _____

Telefon-Nummer: _____

E-Mail-Adresse: _____

Datum, Unterschrift: _____

Haben Sie eine körperliche
Einschränkung?

ja

nein



Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst.

Wir brauchen Ihre Daten für die Anmeldung.

Wir speichern Ihre Daten nach den Richtlinien der **Daten-Schutz-Grund-Verordnung**

Ich bin mit der Speicherung meiner Daten einverstanden.

Das Formular in Leichter Sprache wurde erstellt von:
Die Ostholsteiner, Werkstatt für angepasste Arbeit
Schwentinental

Einzugs-Ermächtigung



Hiermit erlaube ich, dass die Vhs Eutin

das Geld für meinen Kurs von meinem Konto abhebt.

Die Einzugs-Ermächtigung ist für den Kurs _____

mit der Nummer _____ .

Die Einzugs-Ermächtigung ist bis zu einem Widerruf gültig.

Name, Vorname: _____

Name der Bank: _____

IBAN-Nummer: _____

Datum, Unterschrift: _____

Machen Sie hier ein Kreuz,

um eine Ermäßigung zu beantragen.

Bitte bringen Sie dafür einen Nachweis mit.

Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst.

Wir brauchen Ihre Daten für die Anmeldung.

Wir speichern Ihre Daten nach den Richtlinien der **Daten-Schutz-Grund-Verordnung**

Ich bin mit der Speicherung meiner Daten einverstanden.

Das Formular in Leichter Sprache wurde erstellt von:
Die Ostholsteiner, Werkstatt für angepasste Arbeit
Schwentinental

Eutin:

Albert-Mahlstedt-Schule, Bahnhofstr. 7 a, Lehrküche: Eingang Albert-Mahlstedt-Str. 28

Berufliche Schulen des Kreises Ostholstein, Küche, Wilhelmstr. 6

Binchen-Filmkunsttheater, Albert-Mahlstedt-Str. 2

C.-M.-v.-Weber-Schule, Plöner Str. 15, Altbau: Eingang Albert-Mahlstedt-Str.

Diakonie, Ebereschenweg 13

Feldenkrais-Haus, LernBewegung, Plöner Str. 5

Ferienhof Gröne, Bast 3, Fissau

Gemeindehaus der ev. Kirche, Milchstr. 18, Altenkrempe

Goldschmiede Otte, Schusterweg 2 a, Groß Meinsdorf

Kampfkunst Academy, Markt 7

Kreativ-Werkstatt-Scharbeutz, Friedenstr. 3, 23684 Pönitz

Kreisbibliothek, Schlossplatz 2

Landesbibliothek, Schlossplatz 4

mattiehaus Angela Metzler, Segenhörn 6

Schule am Kleinen See, Musikraum, Lübsche Koppel 7

Schwentinehof, Hauptstr. 2, Sibbersdorf

Stadtbucht Eutin

Vhs-Haus, Plöner Str. 19

Malente:

AWO-Bürgerhaus, Kellerseestr. 22

Mühlenbergklinik, Frahmsallee 1 – 7, Therapieräume: Eingang Olandsweg

Schule an den Auewiesen, Neversfelder Str. 11

Service

Weiter mit Bildung! Fünf Schritte zur Bildungsfreistellung

1. Auswahl

Sie wählen aus unserem Programm eine Weiterbildungsveranstaltung aus. Sie fragen in der Geschäftsstelle nach einem freien Platz und der Anerkennung als Bildungsurlaub. Oder Sie überprüfen die Anerkennung auf der Seite des Landes: Schleswig-Holstein.de. Hier finden Sie unter Landesregierung/Themen/Bildung & Hochschulen/Bildungsfreistellung – Bildungsurlaub die Datenbank Bildungsfreistellung.

2. Gespräch mit dem Arbeitgeber

Sie informieren Ihren Arbeitgeber möglichst früh über Ihre geplante Teilnahme an der Weiterbildung und stellen Einvernehmen über den Termin der Freistellung her. Wichtig: Spätestens 6 Wochen vor Beginn der Weiterbildung muss die Teilnahmeabsicht dem Arbeitgeber mitgeteilt werden. Hierbei ist auch der Nachweis für die Anerkennung vorzulegen.

3. Buchung

Sie melden sich verbindlich zu einer anerkannten BU-Veranstaltung an. Die Vhs stellt eine Anmeldebestätigung aus, die als Nachweis für die Anerkennung dient. Diese reichen Sie Ihrem Arbeitgeber ein.

4. Teilnahme

Sie schließen die Weiterbildung erfolgreich ab und erhalten von der Vhs eine Teilnahmebescheinigung.

5. Teilnahmebescheinigung

Nach der Weiterbildung reichen Sie Ihrem Arbeitgeber die Teilnahmebescheinigung ein.

Häufig gestellte Fragen:

Was bedeutet Bildungsurlaub?

Mit dem Weiterbildungsgesetz Schleswig-Holstein (WBG) vom 6. März 2012 hat die Weiterbildung in Schleswig-Holstein eine neue gesetzliche Grundlage erhalten. Es besteht ein Rechtsanspruch auf Freistellung von der Arbeit zur Weiterbildung. Die Vhs Eutin bietet solche BU-Veranstaltungen an.

Wer hat Anspruch?

Alle Arbeitnehmer*innen einschl. Auszubildenden, deren Arbeitsverhältnisse mindestens sechs Monate bestehen, und die ihren Beschäftigungsschwerpunkt in Schleswig-Holstein haben, haben einen Freistellungsanspruch.

Wie viele Tage?

Grundsätzlich soll die Teilnahme an einer einwöchigen Weiterbildung ermöglicht werden, d. h. 5 Arbeitstage. Der Anspruch verringert sich, wenn regelmäßig an weniger als 5 Arbeitstagen gearbeitet wird.

Wer übernimmt die Kosten?

Das Arbeitsentgelt (Lohn/Gehalt) wird während der Freistellung ohne Minderung fortgezahlt. Die Gebühren für den Bildungsurlaubslehrgang, Fahrtkosten usw. zahlt in der Regel die/der Arbeitnehmer*in.

Wie kann ich mich abmelden?

Für alle BU-Veranstaltungen gilt, dass eine Abmeldung mindestens 14 Tage vor Beginn schriftlich in der Vhs vorliegen muss. Ist dies nicht der Fall, sind 50 Prozent - bei einer Abmeldung am Kursbeginntag 100 Prozent - der Gebühr zu entrichten.

Weiter mit Bildung!**Veranstaltungen mit anerkannter oder beantragter Bildungsfreistellung**

Titel	wann	Kurs-Nr.	Seite
Dänisch für Anfänger*innen, A1	08.04. - 12.04.2024	D40301	39
Dänisch für Fortgeschrittene	13.05. - 17.05.2024	D40312	40
English Conversation , B1.2	18.03. - 22.03.2024	D40619	45
Fachkraft für Ressourcenorientierte Sozialpädagogische Familienhilfe	Herbst 2024	D50010	54
Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung	16.10. - 19.10.2023	D30280	60
Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung	02.04. - 05.04.2024	D30281	60
Schwedisch für Anfänger*innen	01.07. - 05.07.2024	D42005	50
Spanisch Hören und Verstehen A1.2	16.10. - 20.10.2023	D42200	51
Spanisch Hören und Verstehen A1.2	08.04. - 12.04.2024	D42201	51
Systemisches Coaching	15.04. - 19.04.2024	D10615	16
Taijiquan	22.07. - 26.07.2024	D30193	71

Deutsch als Fremdsprache

Das Projekt „**STAFF.SH** – Starterpaket für Flüchtlinge in Schleswig-Holstein“ fördert Kurse für erwachsene Asylsuchende und Zugewanderte. Die Kurse vermitteln den Teilnehmenden erste sprachliche Kenntnisse zur Verständigung und geben eine Orientierung zur Bewältigung alltäglicher Angelegenheiten vor Ort.

Wir bieten Alphabetisierungskurse und A1-Kurse an.

Wegweiserkurse

Ganz neu im Angebot sind Wegweiserkurse. Sie haben das Ziel, Asylsuchenden in der jeweiligen Herkunftssprache unabhängig von ihrer Bleibeperspektive nach ihrer Ankunft nützliche Informationen für den Alltag und die wesentlichen Grundlagen des kulturellen Zusammenlebens in Deutschland zu vermitteln.

Wir bieten Wegweiserkurse in Arabisch, Dari/Farsi, Russisch oder Ukrainisch an.

Sprechen Sie uns gerne an und schauen Sie auf unsere Homepage.

Service

Termine:

Das Studienjahr beginnt am 11.09.2023 und endet am 19.07.2024.

Nach Weihnachten beginnt der Unterricht am 08.01.2024.

In den Schulferien und an Feiertagen findet in der Regel kein Unterricht statt.

Ferientermine:

Herbst:	Mo,	16.10.23	-	Fr,	27.10.23
Weihnachten:	Fr,	27.12.23	-	Sa,	06.01.24
Ostern:	Do,	02.04.24	-	Sa,	19.04.24
Himmelfahrt:				Fr,	10.05.24
Sommer:	Mo,	22.07.24	-	Sa,	31.08.24

Anmeldung:

1. Eine Anmeldung hat vor der Teilnahme an einem Kurs telefonisch, online, schriftlich mit Hilfe des Anmeldeformulars oder vor Ort bei der Vhs zu erfolgen. Anmeldungen werden ausschließlich von der Vhs-Geschäftsstelle entgegengenommen. Teilnehmende von Fortsetzungskursen müssen sich ebenfalls auf diese Weise neu anmelden.
2. Da nur begrenzt Plätze vorhanden sind, ist eine vorherige Anmeldung unbedingt erforderlich!
3. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Sofern alle Plätze belegt sind, erfolgt eine unverbindliche Vormerkung auf der Warteliste, um ggf. nachrücken zu können, wenn ein Platz frei wird.
4. Eine Anmeldung gilt als angenommen, sobald sie von der Vhs bestätigt wurde. Auch eine mündliche Zusage gilt als Bestätigung.
5. Mit der Anmeldung erkennt jede/r Teilnehmer*in die Entgeltordnung der Vhs an. Sie ist in der Geschäftsstelle einzusehen.

Teilnahmeentgelt:

1. Das Teilnahmeentgelt ist vor Kursbeginn in voller Höhe fällig. Barzahlung (keine Kartenzahlung) ist nur im Vhs-Büro möglich. Gegen Abgabe einer Einzugsermächtigung (SEPA-Lastschriftmandat) wird das Entgelt abgebucht.
2. Die Anmeldebestätigung gilt gleichzeitig als Zahlungsaufforderung. Eine gesonderte Rechnungsstellung erfolgt nicht.

Bankverbindung:

Vhs Eutin/Malente: Empfänger: Stadtkasse Eutin

IBAN: DE23 2135 2240 0000 0130 29

BIC: NOLADE21HOL bei der Sparkasse Holstein

Bitte geben Sie bei einer Überweisung immer den Namen der/des Teilnehmenden und die Kursnummer an!

Service-Nummer: 04521 849880

Zustandekommen der Veranstaltungen

Die Volkshochschule ist nicht verpflichtet, Veranstaltungen beginnen zu lassen, bei denen die erforderliche Mindestzahl bis eine Woche vor dem ersten Termin nicht erreicht ist. Wird eine Veranstaltung nicht durchgeführt, werden die Teilnehmenden benachrichtigt und Entgelte vollständig rückerstattet.

Ermäßigungen:

Für Schüler*innen, Auszubildende, Studierende, Teilnehmer*innen eines Bundesfreiwilligendienstes, eines freiwilligen sozialen, ökologischen oder kulturellen Jahres sowie für Personen, die Transferleistungen von der Agentur für Arbeit, dem Jobcenter oder dem Amt für Soziale Hilfen erhalten, wird auf Antrag und nach Vorlage des entsprechenden Nachweises 50 % Ermäßigung gewährt. Für Inhaber*innen der Ehrenamtskarte Schleswig-Holstein wird auf Antrag und nach Vorlage des entsprechenden Nachweises 10 % Ermäßigung gewährt. Über Ausnahmen entscheidet die Vhs-Leitung. Die Ermäßigung entfällt, wenn der Kurs von anderen öffentlichen Stellen gefördert wird; keine Ermäßigung wird bei Vorträgen, Studienreisen und entsprechend gekennzeichneten Kursen sowie auf (Lehr-) Materialien und Lebensmittel gewährt.

Stornierung einer Anmeldung:

1. Eine Stornierung der Anmeldung muss spätestens am dritten Werktag vor Veranstaltungsbeginn dem Vhs-Büro bekannt gegeben werden. Abmeldungen bei den Kursleiter*innen sind unwirksam! Das Fernbleiben von der Veranstaltung gilt ebenfalls nicht als Abmeldung!
2. Für Studienfahrten und Bildungsurlaub gilt das eingeschränkte Rücktrittsrecht. Bei Bildungsurlaubsveranstaltungen muss die Abmeldung mindestens zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn erfolgen. Für Studienfahrten gelten gesonderte Rücktrittsbedingungen.
3. Die Nichteinhaltung der Abmeldefristen verpflichtet grundsätzlich zur Zahlung von 50 % des Entgelts. Ohne Abmeldung wird das volle Entgelt fällig.
4. Bei einer Abmeldung nach Kursbeginn wird das volle Entgelt fällig. Nur aus zwingenden Gründen (Wegzug, langfristige Erkrankung u. a.) kann das Entgelt gegen einen schriftlichen Nachweis (ärztl. Attest, Meldebescheinigung u. a.) anteilig berechnet werden.
5. Gesonderte Bedingungen gelten für entsprechend gekennzeichnete Veranstaltungen.

Entgelterstattung:

1. Das volle Entgelt wird rückerstattet:
 - bei Rücktritt von der Anmeldung innerhalb der Abmeldefrist
 - wenn ein Kurs seitens der Vhs abgesagt wurde.
2. Erstattungsfähiges Entgelt (ab 10,00 Euro) wird nur auf Antrag des/r Teilnehmenden rücküberwiesen. Beträgt das erstattungsfähige Entgelt weniger als 10,00 Euro wird es in der Regel dem Kundenkonto des/r Teilnehmenden gutgeschrieben und mit der nächsten Kursbuchung verrechnet.

Übersicht über Abmeldefristen und Zahlungsverpflichtungen

Die Nichteinhaltung der Abmeldefristen verpflichtet zur Zahlung des Teilnahmeentgelts. Das gilt auch im Falle einer Erkrankung.

Abmeldungen sind ausnahmslos an die Geschäftsstelle zu richten. Eine Abmeldung bei der Kursleitung oder Nichtteilnahme am Kurs entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

Veranstaltungstyp	Eingang der Abmeldung bei der Vhs
Sprachkurse mit mehr als 4 Kursterminen	- bis 1 Tag vor Beginn des 2. Kurstermins kostenfrei - nach dem 2. Kurstermin volles Teilnahmeentgelt
Sprachkurse mit weniger als 4 Kursterminen	- bis 3 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn kostenfrei - 2 bis 1 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn 50 % des Teilnahmeentgelts - am Kursbeginn tag volles Teilnahmeentgelt
Bewegungskurse	- bis 3 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn kostenfrei - 2 bis 1 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn 50 % des Teilnahmeentgelts - am Kursbeginn tag volles Teilnahmeentgelt
Bildungsurlaubsveranstaltungen	- bis 14 Tage vor Kursbeginn kostenfrei - 13 bis 1 Tag vor Kursbeginn 50% des Teilnahmeentgelts - am Kursbeginn tag volles Teilnahmeentgelt
Kochkurse	- bis 6 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn kostenfrei - 5 bis 1 <u>Werk</u> tage vor Kursbeginn 50 % des Teilnahmeentgelts - am Kursbeginn tag volles Teilnahmeentgelt
Goldschmiedekurse Kosmetikkurse Stand-up-Paddlingkurse	- bis 14 Tage vor Kursbeginn kostenfrei - 13 bis 1 Tag vor Kursbeginn 50% des Teilnahmeentgelts - am Kursbeginn tag volles Teilnahmeentgelt
Studienreisen	- laut entsprechender Vereinbarung

A lphabetisierung	4	Kommunikation	16
Ältere	15, 56f, 74	Kosmetik	79
Anmeldung	3, 85f	Kundalini-Yoga	66
Aquafitness	77	L aptop	56
B eruf	54ff	Lerntechniken	15
berufl. Orientierung	55	Literatur	21f
Betreuung	12	M alen	29ff
Bewegung	62ff	Musik	36f
Bildungsurlaub	16, 40, 45, 50f, 54, 71, 90f	N ähen	33f
Buchbinden	31	Natur	6ff
Buchmesse	31	Nordic Walking	76
C hor	37	O nline-Kurse	14, 59
Computer	56ff	P ädagogik	54
D änisch	39f	Permakultur	8
Demenz	13	Philosophie	19
Deutsch	5, 42ff	Programmieren	59
E DV	56f	Prüfungsvorbereitung	15, 42f, 53
Englisch	44ff	Q igong	70
Excel	58	S chreiben	23
F asten	79	Schwedisch	50
Feldenkrais	60f	Service	85
Film	5	Smartphone	56
Fitness	76	S panisch	51
Fotografie	26	Spiel	25
Französisch	47	Sportbootführerschein	53
Frauen	35, 64f, 72f, 78	Sprachen	38ff
Führungstraining	16	S tudienfahrten -reisen	17f
G edächtnistraining	15	SUP	78
Geschichte	10ff	Systemisches Coaching	16
Gestalten	31ff	T aijiquan	71
Goldschmieden	31	Tanz	75
Griechisch	47	Teilnahmebedingungen	90ff
Gymnastik	72ff	Tiere	6f, 16
H andwerken	35	Trommeln	36
Hatha-Yoga	62f	U pcycling	32f
I mkern	6	V eranstaltungsräume	89
Italienisch	48	Verbraucherfragen	14
Improvisationstheater	25	Vorsorgevollmacht	12
K alligrafie	27	W assergymnastik	77
Kochen	11, 80ff	Y oga	62ff
		Z eichnen	27ff

Service

Alpha	4	Kommunales Kino	25
Bäckerei Klausberger	41	Kursportal	8, 67
Bestattungen Schröder	29	Lernportal	5
Brillen Hoth	26	mattiehaus	54
Buchhandlung Hoffmann	21	Physiotherapie Manowski	62
Cable Car Clothiers	50	Physiotherapie Rose-Zeuner	69
Cobobes Haustechnik	U3	Pitzner & Schleuter KG	30
Cox Eutin	33	Schloss Eutin	37
Dachdecker Strauch	34	St.-Elisabeth-Krankenhaus	49
Dr. Pistor Augenoptik	15	Stadt Eutin	U4
Elektro Kripke	6	Stadtwerke Eutin GmbH	57
Eutin Tourismus GmbH	U2	Strandgolfer	17
Fahr-Rad-Laden	70	Theater Neustadt	24
Feldenkrais Schlimmermann	61	Tischlerei Mielke	47
HAMABO-Baumpflege	11		

Danke!

Wir bedanken uns ganz herzlich bei den Inserenten, die durch ihre Anzeige die Volkshochschularbeit unterstützen!

Impressum:

Herausgeber:	Vhs Eutin
Verantwortlich:	Annette Rudolph
Layout:	Birte Petersen Kirsten Scheuch
Titelbild:	Peter Krauß
Fotos:	Anne Weise
Bildbearbeitung:	Birte Petersen
Druck:	Kreativ Druck und Medienagentur GmbH Neumünster
Auflage:	15.000 Stück

Hinweis: Die Volkshochschule ist für ihre Beiträge selbst verantwortlich. Sie übernimmt für Druckfehler keine Gewähr, Irrtümer und Änderungen sind vorbehalten.

**Moderne Haustechnik
hat einen Namen**



**Besuchen Sie unsere Bad-,
Heizungs- und Klima-Ausstellung**



cobobes *Tradition seit 1895*

Heizung || —|| Klima || —|| Sanitär

**Lübecker Landstraße 32 • 23701 Eutin
www.cobobes.de • Tel. 0 45 21 – 7 04 90**



WIR SUCHEN DICH!!

DUALE AUSBILDUNG Verwaltungsfachangestellte/r

- 3-jährige Ausbildung (Verkürzung möglich)
- über 1.000 € Ausbildungsvergütung
- 30 Tage Urlaub
- 400€ Abschlussprämie
- gute Übernahmechancen
- Fahrrad- oder Jobticketzuschuss

Weitere Infos findest du
auf unserer Internetseite



Folge uns auf Instagram!
@EUTIN_KARRIERE



DUALES STUDIUM (Bachelor of Arts) „Allgemeine Verwaltung / Public Administration“

- 3-jähriges bezahltes Studium
- über 1.300 € Anwärterbezüge
- 30 Tage Urlaub
- Beamtenverhältnis auf Widerruf
- EU-weit anerkannter Bachelor-Abschluss
- gute Chance zur Verbeamtung auf Lebenszeit
- Fahrrad- oder Jobticketzuschuss