



Preis: 2 €

vhs  Volkshochschule
Bielefeld

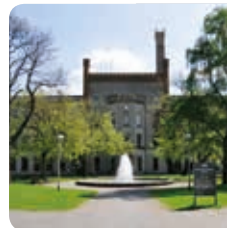
vhs-bielefeld.de

SENNESTADT
PROGRAMM
1/18

0	Information
1	Gesellschaft und Politik
2	Kultur, Kunst und Gestalten
3	Gesundheit
4	Fremdsprachen
5	Arbeitswelt und Beruf
6	Integration Deutsch als Fremdsprache

Inhalt

Gesellschaft und Politik.....	3
Kunst, Kultur und Gestalten	4
Gesundheit.....	5
Fremdsprachen	7
Arbeitswelt und Beruf.....	8
Deutsch als Fremdsprache	8
Sepa-Lastschriftmandat	12
Anmeldeformular.....	9
AGB.....	10
Entgeltordnung	11



Anmeldung und Information

VHS Bielefeld
 Tel.: 0521. 51-2222
www.vhs-bielefeld.de



Angelika Schröder

Tel.: 0521. 51-3492
angelika.schroeder@bielefeld.de
Nebenstelle Sennestadt

Gesellschaft und Politik

Winterwanderung

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Die 13 km lange Wanderung führt von Sieker über den Teutoburger Wald bis nach Sennestadt. Anschließend findet ein gemeinsames Kaffeetrinken statt.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen.

**1460X3 | Sennestadt
N.N.**

So, 21.01.2018, 13:00 - 17:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Endstation Stadtbahnlinie 2 in Sieker

Tageskasse 4,00 Euro

Exkursion zur Löwenburg

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Diese Exkursion mit dem Archäologen Heinz-Dieter Zutz führt vom Wanderparkplatz Wrachtrup auf dem Südkamm des Teutoburger Waldes bis zur Löwenburg. Anschließendes Kaffeetrinken ist geplant.

Begrenzte Teilnehmerzahl, Anmeldung bei Frau Petring unter 0178 699 4504.

Bitte wetterfeste Kleidung und feste Schuhe anziehen.

**1461X3 | Sennestadt
N.N.**

Sa, 24.03.2018, 13:30 - 16:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Haltestelle Linie 30 „Wrachtrup“

Tageskasse 4,00 Euro

Naturparktrails 1-3

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Die Naturparktrails 1-3 befassen sich mit den „Relikten historischer Waldnutzungen und Jahreszeiten im Buchenwald“. Die Strecke ist insgesamt 10 km lang, Rucksackverpflegung ist erforderlich.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen.

**1463X3 | Sennestadt
N.N.**

Sa, 07.04.2018
13:00 - 17:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Sennestadthaus

Tageskasse 4,00 Euro

Neubürgerwanderung

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Zu dieser Wanderung lädt der Sennestadtverein alle Mitbürger ein, die in den letzten Jahren nach Sennestadt gezogen sind und die ihren Stadtbezirk besser kennenlernen wollen.

**1464X3 | Sennestadt
N.N.**

Di, 08.05.2018, 17:15 - 19:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Stadtbibliothek Sennestadt

Tageskasse 4,00 Euro

Baumführung „Kräut und quer“

Schmackhafte Baumblätter, heilende Rinden und Knospen

Rund um den Johannisberg

Auf diesem Spaziergang erfahren Sie Interessantes, Hilfreiches und Spannendes über unsere heimischen Bäume.

Woran erkenne ich die heimischen Bäume? Würden Sie die Blätter der Linde essen? Wussten Sie, dass ein Tee aus Kirschbaumnospen gegen Husten hilft? Oder dass Erlenzapfen das heimische Henna sind?

Auf diese spannenden Fragen und noch weitere erhalten Sie Antworten.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen. Mitzubringen: Getränk, ggf. Wegzehrung, Notizzeug, Wanderlust und gute Laune

**1466X3 | Sennestadt
Katharina Hinze**

Sa, 12.05.2018, 15:00 - 17:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Parkplatz Kletterpark Johannisberg

Entgelt: 13,00 € / keine Ermäßigung

Kräuterwanderung

Rund um den Johannisberg

Startpunkt und Ziel der „gemütlichen“ 2-stündigen Wanderung ist der Kletterpark am Johannisberg.

Unterwegs sind gerade zu dieser Zeit viele verschiedene Kräuter zu finden. Sie bekommen ganz nebenbei eine Menge an hilfreichen Informationen über unsere heilsamen und schmackhaften Wildkräuter, wie beispielsweise: Aus welchen Kräutern kann ich grüne Pfannkuchen backen? Welche helfen gegen Bronchitis? Was machten unsere Vorfahren mit Gänsefingerkraut?

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen. Mitzubringen: Getränk, ggf. Wegzehrung, Notizzeug, Wanderlust und gute Laune

**1467X3 | Sennestadt
Katharina Hinze**

Sa, 19.05.2018, 15:00 - 17:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Parkplatz Kletterpark Johannisberg

Entgelt: 13,00 € / keine Ermäßigung

Auf dem Dr.-Schmidt-Weg von der Sparrenburg nach Schildesche -

eine etwas andere Kräuterwanderung

Der Dr.-Schmidt-Weg ist ein Wanderweg, der von der Bielefelder Innenstadt bis nach Schildesche führt. Die 8 km lange Strecke verläuft ausschließlich im Grünen und durchquert mehrere Parkanlagen. Am Wegesrand befindet sich zusätzlich eine reiche Vegetation. Natürlich werden die zu der Jahreszeit vorhandenen Kräuter und Pflanzen vorgestellt: Welche sind essbar - welche sind giftig? Welche Heilpflanze hilft bei welchen Beschwerden?

Der Rückweg von Schildesche in die Innenstadt wird mit der Straßenbahn erfolgen und bis zur Haltestelle Jahnplatz führen.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen. Mitzubringen: Getränk, ggf. Wegzehrung, Notizzeug, ggf. Fotoapparat, Wanderlust und gute Laune

**1468E3 | Sennestadt
Katharina Hinze**

So, 24.06.2018, 11:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Parkplatz Kletterpark Johannisberg

Entgelt: 15,00 € / keine Ermäßigung

Radtour zu den Heidschnucken

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Die Radtour führt von Sennestadt nach Hölvelhof. Schwierigkeitsgrad: mittel.

Maximal 20 Teilnehmer, Anmeldung bei Frau Petring unter 0178 699 4504.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen.

**1472X3 | Sennestadt
N.N.**

Sa, 10.03.2018, 11:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Sennestadthaus

Tageskasse 4,00 Euro

Radwanderung

in Kooperation mit dem Sennestadtverein

Die Route 5 aus „Senne - Die Natur mit dem Rad erleben“ führt vom Furlbachtal in den Osten der Senne - Rund um den Truppenübungsplatz. Die Strecke ist ca. 55 km lang und hat einen mittleren Schwierigkeitsgrad. Zum Abschluss ist die Einkehr im Heidehof vorgesehen.

Maximal 20 Teilnehmer, Anmeldung bei Frau Petring unter 0178 699 4504.

**1473X3 | Sennestadt
N.N.**

Sa, 12.05.2018, 13:30 - 19:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Bokelfenner Krug

Tageskasse 4,00 Euro

Betriebsbesichtigung des Druckzentrums des Westfalen-Blattes

Wenn die Zeitungsproduktion im Druckhaus anläuft, ist dies jeden Tag aufs Neue ein besonderer Moment. In Sekundbruchteilen wird die aufgerollte und zuvor leere Papierbahn zu einer lesefertigen Zeitung verarbeitet. Bis zu 45.000 Exemplare können pro Stunde auf der Rotationsmaschine, dem unbestrittenen Herzstück und Taktgeber des neuen Druckzentrums der WESTFALEN-BLATT Gruppe gedruckt werden. In der Spitze können so pro Woche insgesamt mehr als fünf Millionen Tageszeitungen, Anzeigenblätter und Werbebeilagen erstellt werden.

Treffpunkt ist der Haupteingang des Druckzentrums, Am Beckhof 1 in Bi-Sennestadt. Parkmöglichkeiten befinden sich direkt vor Ort.

**1556X3 | Sennestadt
N.N.**

Do, 21.06.2018, 20:30 - 23:00 Uhr | 1 Termin
Druckzentrum Westfalen-Blatt,
Am Beckhof 1, Bielefeld-Sennestadt

entgeltfrei, Anmeldung erforderlich

Renovieren, sanieren und umbauen mit Hausakte

Richtiges Sanieren - wie geht das?

Mit einem eigens entwickelten Ordnungssystem, der Hausakte, gelingt die Sanierung des Eigenheimes. Hat man alle Informationen wie Pläne, Baubeschreibungen, Rechnungen etc. in diesem Ordnungssystem, auf das man im Sanierungsprozess immer zurückgreifen kann, ist die Arbeit mit allen Beteiligten massiv erleichtert. Auch hilft die Hausakte, das persönliche Sanierungsziel festzulegen und unterstützt bei der weiteren Beratung zu Umbau und Sanierung.

0

Information

Hausbesitzer, die ihr Eigentum energetisch sanieren möchten, erhalten ganz nebenher wichtige Tipps für den richtigen Umgang mit dem eigenem Haus.

**1617E3 | Sennestadt
Thorsten Försterling**

Di, 20.03.2018, 18:30 - 20:00 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Raum 102, Lindemannplatz 3
entgeltfrei

1

Gesellschaft
und Politik

**Private Vorsorgemöglichkeiten -
Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung,
Betreuungsverfügung**

Jeder Mensch kann in eine Situation geraten, in der er oder sie durch Unfall, Alter oder Krankheit nicht mehr in der Lage ist, wichtige Dinge selbst zu entscheiden. Deshalb ist es besonders wichtig rechtzeitig Vorsorge zu treffen. Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügungen stehen heute als Vorsorgemöglichkeiten zur Verfügung. Wie man sie erstellt, was es zu beachten gibt und welche Fragen auftreten können, sind wichtige Aspekte, die in dieser Veranstaltung geklärt werden.

**1701E5 | Sennestadt
Thomas Ehnis, SKM-Betreuungs e. V.**

Mi, 16.05.2018, 18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Raum 103, Lindemannplatz 3
entgeltfrei

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

**Kultur, Kunst
und Gestalten**

**Plattdeutsch -
Raus mit der Sprache**

Se können Plattdütsk kuiern, proten, snacken? Denn brengen Se hörs Spraak mit. Geern machen wi uns mitnanner innerhollen un rutfinnen, wo good wi us verstahn!

Sie verstehen diesen kurzen Ankündigungstext? In Ihrer Familie oder Verwandtschaft wird noch Plattdeutsch gesprochen? Sie selbst sprechen auch etwas und möchten Ihre Kenntnisse gern erweitern? Und Sie möchten auch mehr über die Sprache erfahren, die einst eigenständige Sprache des nordeuropäischen Kultur- und Handelsraumes war und die auch heute noch beispielsweise in Ortsnamen vorhanden ist.

Dann kommen Sie doch einfach zu unserem neuen „Sprachkurs“. Leichte Vorkenntnisse sind allerdings notwendig.

**2018W3 | Sennestadt
Marc Wübbenhorst**

Sa, 24.03.2018, 10:00 - 14:00 Uhr
So, 25.03.2018, 10:00 - 14:00 Uhr
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3

Entgelt: 38,00 € / keine Ermäßigung

5

Arbeitswelt
und Beruf

**Neuseeland - Gärten und Natur
im Land der Kiwis**

Diese Bilderreise führt Sie zu Landschaften, Parks und Gärten in Neuseeland. Dabei reisen Sie von der kulturvollen Nordinsel mit der Hauptstadt Auckland aus zur Südinsel mit ihren hohen Bergen und wunderschönen Fjorden bis zur weniger bekannten drittgrößten Insel Stewart, von wo aus Sie auf das Naturparadies „Ulva-Insel“ übersetzen. Auch

wenn das Land in den letzten zwei Jahrhunderten stark von den britischen Auswanderern geprägt wurde, fehlt doch nicht die Begegnung mit den Maori-Ureinwohnern.

Freuen Sie sich auf eine Bilderschau, die Kultur und Natur auf das Schönste verbindet, denn beides macht das gastfreundliche Neuseeland aus.

**2022E3 | Sennestadt
Carsten Seick**

Mo, 26.02.18, 19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Lindemannplatz 3
Vortragssaal

Abendkasse 5,00 Euro

**Kulturgeschichte/n:
Venedig 1739**

Ein kühner Sprung durch Raum und Zeit führt uns im dritten Teil der Kulturgeschichte/n in das Venedig des Jahres 1739. Canaletto malt gerade seine schönsten Stadtansichten. Nach vielen kommerziellen Erfolgen und künstlerischen Triumphen kommt es hingegen für Antonio Vivaldi zu seiner letzten Opern-Uraufführung am Teatro San Angelo. Danach packt er resigniert die Koffer, um andernorts ganz neu anzufangen. Benedetto Marcello, dem wir eine ätzende Satire auf den städtischen Musikbetrieb mit seinen Primadonnen und Kastraten verdanken, nimmt im selben Jahr Abschied für immer. Aber es gibt auch Zuzug zu vermelden: Giacomo Casanova ist nach dem Studium pleite und kehrt in seine Heimatstadt zurück. Was hat er uns über dieses Jahr zu berichten?

Der kulturgeschichtliche „Stadtrundgang“ wird ergänzt durch geistliche und weltliche Arien barocker Komponisten wie Antonio Vivaldi, Antonio Lotti, Antonio Caldara oder Tommasi Traetta.

**2023E3 | Sennestadt
Sigrid Nieberle, Petra von Laer**

Mo, 09.04.18, 20:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Lindemannplatz 3
Vortragssaal

Entgelt: 10,00 € / keine Ermäßigung

Einführung in die Ölmalerei

Dieser Kurs ist eine Einführung in die Technik der Ölmalerei. Es sollen hier Grundvoraussetzungen geschaffen werden, um sich auf dem Gebiet der Ölmalerei sicher bewegen zu können. Unter anderem wird die Technik des Aufspannens und des Grundierens von Leinwand vermittelt. Der Kursleiter gibt eine ausführliche Einführung. Bitte Schreibmaterial mitbringen. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

**2140K3 | Sennestadt
Michael Plöger**

Di, 13.02.18 bis Di, 17.04.18
18:15 - 20:30 Uhr | 8 Termine
Sennestadthaus, Werkraum 01
Lindemannplatz 3

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 44,00 €

**2141K3 | Sennestadt
Michael Plöger**

Di, 05.06.18 bis Di, 10.07.18
18:15 - 20:30 Uhr | 6 Termine
Sennestadthaus, Werkraum 01
Lindemannplatz 3

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Buchbindearbeiten

Außer in Buchbindearbeiten sowie in das Aufziehen von Bildern führt dieser Kurs auch in die Anfertigung von Fotoalben, Schreibmappen, Zettelkästen, etc. ein. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

Max. TN-Zahl: 6

**2284T3 | Sennestadt
Gerhard Weiß**

Sa, 17.03.2018, 09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Werkstatt Weiß, Wilberger Str. 3
32760 Detmold

Entgelt: 29,00 € / keine Ermäßigung

**2285T3 | Sennestadt
Gerhard Weiß**

Sa, 09.06.2018, 09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Werkstatt Weiß, Wilberger Str. 3
32760 Detmold

Entgelt: 29,00 € / keine Ermäßigung

**Patchwork: Offene Werkstatt für
Einsteiger und Fortgeschrittene**

Patchwork bietet unerschöpfliche Möglichkeiten, eine eigene phantasievolle Arbeit zu erstellen. Einsteiger werden Schritt für Schritt mit der Technik vertraut gemacht. Fortgeschrittene können nach vorgeschlagenen Themen oder nach eigenen Wünschen arbeiten. Die Kursleiterin steht mit Rat und Tat zur Seite.

**2473K3 | Sennestadt
Ingrid Podewski**

Mo, 19.02.18 bis Mo, 23.04.18
09:00 - 11:15 Uhr | 8 Termine
Sennestadthaus, Raum 101
Lindemannplatz 3

Entgelt: 71,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Workshop Clownerie

**für (mutige) Anfänger, Fortschreitende
und Fortgeschrittene**

In diesem Kurs wollen wir uns mit der tragisch-komischen Figur des Clowns beschäftigen. Nach einer kurzen Einführung zur Geschichte werden wir dann selbst „in die rote Nase schlüpfen“. Dabei stehen Spielfreude, Emotionen und auch die Lust am Scheitern im Vordergrund. Denn der Clown spiegelt unser Menschsein: unser Eingeständnis, dass das Leben größer ist als wir, unsere tragikomischen Alltagskämpfe und unsere vielfältigen Emotionen. Diese im Augenblick wahrzunehmen und zuzulassen ist ein zentraler Bestandteil des Clownspiels.

 **Bitte bequeme Kleidung und leichte Schuhe mitbringen. Rote Nasen, falls vorhanden, sowie Verpflegung**

**2724W3 | Sennestadt
Isabel Remer**

Fr, 16.03.2018, 18:00 - 20:30 Uhr
Sa, 17.03.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

Die Tanzfreude

Wir erlernen neue und alte Tanzformen zu Melodien aus Folklore, Klassik, Schlager und moderner Tanzmusik. Die Schwerpunkte werden Rounds und Gesellschaftstänze in

geselliger Form sein. Wer Spaß am Tanzen hat, ist herzlich willkommen, alle werden mitgenommen. Nach dem Motto: „Man kann nie genug tanzen“ wollen wir uns die Freude am Tanzen erhalten.

Unentschlossene, aber interessierte Personen dürfen gern am 1. Termin zum Schnuppern und Kennenlernen kommen.

2806K3S | Sennestadt
Gabriele Hustedt

Do, 01.02.18 bis Do, 22.03.18
10:15 - 11:45 Uhr | 8 Termine
Luna, Saal, Lindemann-Platz 1
Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 31,00 €

2807K3S | Sennestadt
Gabriele Hustedt

Do, 12.04.18 bis Do, 05.07.18
10:15 - 11:45 Uhr | 10 Termine
Luna, Saal, Lindemann-Platz 1
Entgelt: 61,00 € / ermäßigt: 36,00 €

HULA - Entspannung aus Hawaii

Hula ist ein Solotanz für Frauen. Die uralten, sanften, harmonischen Tanzbewegungen verbinden Körper und Geist. Die weichfließenden Bewegungen der Arme und Hüften fördern die Durchblutung, die verschiedenen, sich wiederholenden Bewegungen die Konzentrationsfähigkeit. Dehn- und Atemübungen sowie „Traumreisen“ erleichtern das Abschalten vom Alltag und tragen zur Entspannung bei. Natürlich gehört auch die typische hawaiianische Musik dazu, und Sie werden schnell das Gefühl bekommen, in eine andere Welt entführt zu werden.

Sie sind neugierig geworden? Dann probieren Sie es doch einfach aus. Jeder kann den Hula lernen, jung oder alt, sportlich oder unportlich.

weiten Rock, Getränk für den Eigenbedarf

♀ 2850K3 | Sennestadt
Petra Sudmann

Wochenendseminar
Fr, 01.06.2018, 18:00 - 19:30 Uhr
Sa, 02.06.2018, 10:30 - 12:00 Uhr
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3
Entgelt: 12,00 € / ermäßigt: 6,00 €

Musik verstehen und einfach mitmachen

Einfache Begleitmuster

Erfahren Sie, mit welcher einfachen Strukturen eine Melodie begleitet werden kann. Mit Klangbeispielen aus Klassik, Filmmusik und Musicals bringt Sie der Pianist Johann Schröder auf den Geschmack, mit ihm zusammen selber kleine Begleitmuster am Klavier auszuprobieren. Danach werden Sie Musik mit anderen Ohren hören!

♀ 2949K3 | Sennestadt
Johann Schröder

Fr, 26.01.2018
18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Lindemannplatz 3
Vortragssaal
Entgelt: 6,00 € / keine Ermäßigung

Djembe - Trommeln

Einführung

Afrikanisches Trommeln ist ein Ausdruck von Lebensfreude und gehört zu den ältesten Musikformen der Welt. Keine andere traditionelle Musik basiert auf derart pulsierenden Rhythmen. Dabei bekommt man zugleich ein Gefühl von Getragensein und erdverbundener Energie. Die Djembe ist eine westafrikanische Trommel mit einer gewaltigen Klangbreite (tiefe Bässe und hohe Obertöne). Rasante feurige, erdige Rhythmen machen diesen Workshop zu einem tiefen Trommelerlebnis. Singen unterstützt das Rhythmusgefühl. Trommeln können für den Workshop gegen eine Gebühr von 4,00 EUR vom Kursleiter geliehen werden.

2993T3 | Sennestadt
Aik Hüllhorst

Sa, 14.04.2018, 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3
Entgelt: 20,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Gesundheit

Fingerfood und Snacks - Internationale Küche

Gerade auf Partys oder kleinen Festen im Freundes- oder Familienkreis sind die kleinen, leichten, fantasievollen Speisen immer ein Renner. Klein aber durchaus mit Anspruch ist die Devise. Köstlichkeiten aus der mediterranen Küche, Leckeres mit Fisch aus den Tiefen des Atlantiks oder Feines aus der asiatischen Küche ... kurz: für jeden Anlass die perfekte Kreation.

Wie immer kochen wir mit marktfrischen, hochwertigen Zutaten. Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte Getränk, (Schürze), zwei Geschirrtücher, Spültücher und Restbehälter mitbringen.

3209T3 | Sennestadt
Birgitta Mütterthies

Sa, 03.03.2018, 11:00 - 15:30 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30
Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Cucina Italiana - Küche der Regionen um Modena, Mailand, Venedig, Neapel

Köstlichkeiten und traditionelle Genüsse aus den Regionen Italiens werden uns an diesem Abend durch unser Menü begleiten. Gekocht wird mit besten regionalen und saisonalen Zutaten sowie Fisch, Parmigiano Reggiano, Prosciutto di Parma, Antipasti misti di verdura, Carpaccio di pesce, Mozzarella di buffalo ... Kurzum: Wir tauchen ein in die Geheimnisse der italienischen Küche. Da darf natürlich ein guter italienischer Wein nicht fehlen.

Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte Getränk, (Schürze), zwei Geschirrtücher, Spültücher und Restbehälter mitbringen

3224T3 | Sennestadt
Birgitta Mütterthies

Fr, 27.04.2018

17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Mediterranes Frühjahrsmenü

Jeder Mensch sehnt sich nach dem Frühling, vor allem dann, wenn der Winter lang und grau war. Frühling bedeutet Licht, längere Tage, Neuwerdung des Lebens. Frühling bedeutet aber auch Frische und Geschmack, v. a. wenn das Gemüse noch jung und zart gepflückt und genossen wird. Wir werden einige leichte italienische Frühjahrsgerichte mit viel Gemüse zubereiten und sie mit etwas Wein, Musik und Espresso genießen. Buon appetito! In der Kursgebühr sind Lebensmittelkosten in Höhe von 14,00 Euro enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, Spültücher und Restbehälter mitbringen.

3235T3 | Sennestadt
Isaak Gassner

Sa, 10.03.2018, 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 37,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Türkische Küche

Kochen und Essen haben in der Türkei einen hohen Stellenwert, fördern sie doch die Gemeinschaft und Kommunikation. Vielleicht ist die türkische Küche deshalb so vielseitig und reich an köstlichen Gerichten. Mit viel Spaß und Freude an der Zubereitung begeben Sie sich in diesem Kurs auf einen kulinarischen Streifzug durch die türkische Küche. Darüber hinaus werden aber auch landeskundliche Hintergründe und Traditionen vermittelt. Sie erfahren beispielsweise, welche Gerichte in den verschiedenen Regionen der Türkei besonders bevorzugt werden und wie sie zustande kommen. Im Entgelt sind die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 9,00 Euro enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, Spültücher und Restbehälter mitbringen.

3251T3 | Sennestadt
Ramazan Özgentürk

Fr, 20.04.2018, 17:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 31,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Ausgleichsgymnastik für Frauen

Ausgleichsgymnastik an der Volkshochschule Bielefeld ist eine Ganzkörpergymnastik. Sie dient dem Ausgleich einseitiger körperlicher Alltagsbelastungen, der Prävention von Haltungsschäden und der Kräftigung der Muskulatur. Schwerpunkte sind einfache Lockerungsübungen, Übungen zur Dehnung, Kräftigung, Gelenkigkeit, Beweglichkeit, Stütz- und Haltefähigkeit und Entspannung. Ausdauer und Koordination sollen ebenfalls verbessert werden. In Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit werden Übungen mit Bällen, Reifen, Bändern und anderen Materialien angeboten. Dabei wird teilweise auch Musik eingesetzt. Ziel ist es, gesunde Bewegungsformen kennen zu lernen, den eigenen Körper bewusst zu erfahren und Zutrauen in die

0

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

0

Information

eigene Bewegungsfähigkeit zu entwickeln. Das Bewegungsangebot kann auch im individuellen Alltag weitergeführt werden.

 **bequeme Kleidung und Handtuch**

♀ 3311K3F | Sennestadt
Annett Starke

Mi, 07.02.18 bis Mi, 13.06.18
09:00 - 09:45 Uhr | 15 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

1

Gesellschaft
und Politik

 **bequeme Kleidung, Handtuch und Turnschuhe**

♀ 3316K3F | Sennestadt
Andrea Prüfer

Do, 01.02.18 bis Do, 28.06.18
18:00 - 19:00 Uhr | 17 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

Fit in den Tag

Leichte Konditionsgymnastik für Frauen ab 50

Den Schwerpunkt der Konditionsgymnastik bildet ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining. Dabei werden Kraft, Schnelligkeit und Ausdauerfähigkeit, aber auch die Beweglichkeit geschult und gefördert. Begleitet wird das Training durch motivierende Musik.

 **bequeme Kleidung und Decke**

♀ 3332K3F | Sennestadt
Annett Starke

Mi, 07.02.18 bis Mi, 13.06.18
09:50 - 10:35 Uhr | 15 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 25,00 €


3

Gesundheit

Faszien-Training ohne Rolle

Angebot zum Schnuppern und Ausprobieren

Faszientraining ist Straffung und Stärkung für das Bindegewebe. Die Faszien bilden die ‚Hülle‘ der Muskulatur. Durch einseitige oder zu wenig Bewegung kann es sein, dass sich diese Struktur verklebt und es zu Schmerzen kommt. Gezieltes Training kann dem Verkleben der Faszie entgegenwirken und sie wieder geschmeidig und elastisch machen. Die Beweglichkeit wird verbessert, das Bindegewebe gestärkt, ein positives Körpergefühl ist die Folge. Regelmäßiges Training kann sogar Verspannungen lösen, besonders im Schulter- und Nackenbereich. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jeder ist willkommen, egal ob Sporteinsteiger oder Fortgeschrittene.

 **bequeme Kleidung, Turnschuhe und Handtuch; Tennisball, wenn vorhanden**

3394K3 | Sennestadt
Michelle Reichert

Di, 06.03.18 bis Di, 20.03.18
18:45 - 19:30 Uhr | 3 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 12,00 € / ermäßigt: 7,00 €

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Fitness-Mix

Ein Fitnessprogramm für jüngere Menschen

Sie möchten etwas gegen den einseitigen Bewegungsalltag unternehmen? Dann könnte dieser Kurs genau der richtige für Sie sein. Es erwartet Sie ein moderates Konditionstraining mit Übungen zur Mobilisation, Kräftigung, Koordination und Körperwahrnehmung. Durch abwechslungsreiche Übungsformen werden die Muskeln trainiert und Sie werden (wieder) beweglicher. Natürlich unterstützt Sie dabei die passende Musik. Das Programm ist für Einsteiger/-innen wie für bereits Fitnessorientierte geeignet.

 **Sportbekleidung, Handtuch; Matte, wenn vorhanden**

3429K3 | Sennestadt
Andrea Prüfer

Do, 15.02.18 bis Do, 22.03.18
19:15 - 20:15 Uhr | 6 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Wirbelsäulengymnastik soll die Beweglichkeit erhalten und die Rumpfmuskulatur kräftigen, um die Wirbelsäule zu entlasten. Rückenschule soll helfen, Bewegungen wie Stehen, Laufen, Heben, Bücken usw. mit möglichst geringer Belastung für die Wirbelsäule durchzuführen. Bestandteil der Kurse sind also immer auch Informationen über rückenrechtliches Verhalten im Alltag und im Beruf. Nach einer Aufwärmphase lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Übungen kennen, die auf die Stärkung der Muskulatur von Bauch und Rücken abzielen. Diese Übungen sind besonders effektiv, wenn sie auch zu Hause regelmäßig fortgeführt werden. Die Kurseinheiten enden mit Dehnungs- und Entspannungsübungen. Alle Kursleiterinnen und Kursleiter im Bereich der Rückenurse verfügen über eine fundierte Ausbildung im sportlichen Bereich und qualifizieren sich stets weiter über die Teilnahme an Fortbildungen oder über den Erwerb von Rückenschullehrerlizenzen. Sollten Sie bereits gesundheitliche Beschwerden haben, klären Sie bitte die Unbedenklichkeit des Kursbesuches mit Ihrem Arzt ab. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Decke oder ein Handtuch mit.

 **Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf**

3566K3 | Sennestadt
Michelle Reichert

Di, 06.02.18 bis Di, 26.06.18
17:00 - 18:30 Uhr | 17 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 109,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Aqua-Jogging: Tiefwassertraining

Aqua-Jogging ist ein Ausgleichstraining zur Steigerung der Ausdauer und Kondition, zur Schulung der Koordination und des Gleichgewichts. Aqua-Jogging ist besonders gelenkschonend, trainiert die Herz-Kreislauf-funktion. Ein besonderer Nebeneffekt ist die Wassermassage. Das Ganzkörpertraining kräftigt, stabilisiert und stärkt besonders vie-

le Muskelpartien, wie z.B. Bauch, Beine, Po, Rücken, Arm- und Atemmuskulatur. Trainiert wird im tiefen Wasser; Schwimmfähigkeit ist Voraussetzung zur Teilnahme. Der Kurs eignet sich für alle Altersgruppen. Der Eintrittspreis ist im Entgelt enthalten.

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3617K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Mo, 08.01.18 bis Mo, 12.03.18
14:00 - 15:00 Uhr | 9 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 47,00 €

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3618K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
14:00 - 15:00 Uhr | 12 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 73,00 € / ermäßigt: 52,00 €

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3619K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Mo, 08.01.18 bis Mo, 12.03.18
15:00 - 16:00 Uhr | 9 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 47,00 €

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3620K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Mo, 09.04.18 bis Mo, 02.07.18
15:00 - 16:00 Uhr | 12 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 47,00 €

Wassergymnastik: macht Spaß und hält fit

Im Wasser geht alles gleich viel leichter, denn Muskeln, Sehnen und Gelenke werden nicht überlastet. Wasser trägt, entspannt und bietet jede Menge Möglichkeiten, Fitness und Ausdauer zu trainieren. Der Eintrittspreis ist im Entgelt enthalten.

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3621K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Di, 09.01.18 bis Di, 13.03.18
13:00 - 14:00 Uhr | 10 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 49,00 €

 **Schwimmbekleidung, Handtuch**

3622K3 | Sennestadt
Elke Kleinpeter

Di, 10.04.18 bis Di, 03.07.18
13:00 - 14:00 Uhr | 10 Termine
Hallenbad Sennestadt, Travestr. 28

Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 49,00 €

Yoga

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensal-

ter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen.

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke

3731K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Do, 01.02.18 bis Do, 15.03.18
17:30 - 19:00 Uhr | 7 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke

3732K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Do, 12.04.18 bis Do, 28.06.18
17:30 - 19:00 Uhr | 9 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke

3746K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Mi, 31.01.18 bis Mi, 14.03.18
17:30 - 19:00 Uhr | 7 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke

3747K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Mi, 11.04.18 bis Mi, 13.06.18
17:30 - 19:00 Uhr | 9 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Einführungskurs

Sportkleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3748K3 | Sennestadt
Peter Kluczewitz

Di, 09.01.18 bis Di, 13.03.18
16:45 - 18:15 Uhr | 10 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Einführungskurs

Sportkleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3749K3 | Sennestadt
Peter Kluczewitz

Di, 09.01.18 bis Di, 13.03.18

18:30 - 20:00 Uhr | 10 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Yoga

Fortführungskurs

In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensalter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Besuch eines Einführungskurses in das Hatha-Yoga wie z.B. an der VHS Bielefeld. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.

Sportkleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3788K3 | Sennestadt
Peter Kluczewitz

Di, 15.05.18 bis Di, 17.07.18
16:45 - 18:15 Uhr | 10 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Fortführungskurs

Sportkleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3789K3 | Sennestadt
Peter Kluczewitz

Di, 15.05.18 bis Di, 17.07.18
18:30 - 20:00 Uhr | 10 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Fremdsprachen

Take it easy: Englisch entspannt üben u. vertiefen, Auffrischung A2, 1. Semester

Sie haben bereits Grundkenntnisse des Englischen (Niveau A2) und möchte diese gerne in kleiner Kursrunde ganz entspannt reaktivieren, festigen oder weiter ausbauen? In diesem Kurs wiederholen Sie grundlegende Grammatik sowie Wortschatz, und erhalten mehr Sicherheit in der sprachlichen Anwendung, so dass Sie sich in den wichtigsten täglichen Situationen auf Englisch verständigen können. Der Kurs unter fachkundiger Leitung und mit modernem Vertiefungslehrwerk ist kommunikativ ausgerichtet, alle wichtigen Situationen werden thematisiert und gezielt geübt: Essen und Trinken, Märkte und Einkaufsgewohnheiten, Reisen, Urlaub und Unterkünfte, Sehenswürdigkeiten, Orientierung und Informationen erfragen, Begegnungen, Krankheit und Wohlbefinden u.v.m. Selbstverständlich können Schwerpunkte in Absprache mit den Teilnehmenden gesetzt werden. Have fun with your English!

Lehrbuch: Take it Easy A2, ISBN 978-306-5207942

4095K3 | Sennestadt

Oliver Ahrens

Di, 27.02.18 bis Di, 12.06.18
19:15 - 20:45 Uhr | 12 Termine
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Take it easy: Englisch entspannt üben u. vertiefen, Auffrischung A2, 3.Semester (Fortsetzungskurs)

Der Kurs wendet sich an Teilnehmende des Formats „Take it easy: Englisch entspannt üben u. vertiefen, Auffrischung A2“, 1. und 2. Semester, die die Reaktivierung, Festigung und den Ausbau ihrer Englischkenntnisse gemeinsam mit Muße fortsetzen möchten. Neueinsteigern wird der Besuch der Gruppe im Anschluss empfohlen.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben!

4108K3 | Sennestadt
Oliver Ahrens

Di, 27.02.18 bis Di, 12.06.18
17:30 - 19:00 Uhr | 12 Termine
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Italienisch für die Reise: Wochenendkurs

Sie wollten schon immer Italienisch lernen, um sich auf einer geplanten Reise nach Italien verständigen zu können? Dann ist dieser Kompaktkurs im Wochenendformat genau richtig für Sie. Von Freitagabend bis Sonntagmittag lernen Sie sprachliche Grundlagen und Basiswortschatz zu Themenbereichen, die für jeden Auslandsaufenthalt unverzichtbar sind, wie z. B. : Reisen, Essen & Trinken, Einkaufen, einfache Redewendungen, etc. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4501W3 | Sennestadt
Annalisa Mancini

Fr, 04.05.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 05.05.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 06.05.2018, 10:15 - 14:15 Uhr
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Niederländisch für den Urlaub - NL voor vakantiegangers

Wochenendkurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse in kleiner Kursgruppe

Sie möchten gerne unsere niederländischen Nachbarn besuchen. Wäre es nicht eine wunderbare Geste, mit ersten sprachlichen Schritten in der Landessprache zu überraschen? Der Kurs vermittelt Ihnen in kurzer Zeit einige Grundlagen des Niederländischen für Ihren Urlaub. Sie erlernen Redewendungen und elementare Grammatik für typische Alltagssituationen wie Begrüßung und Verabschiedung, die Uhrzeit, kurze Gespräche über das Befinden, eine Unterkunft buchen, nach dem Weg fragen, im Restaurant, Ein-

0

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

0

Information

kaufgespräche.... Selbstverständlich erhalten Sie zudem viele hilfreiche Tipps und Infos zu Land und Leuten, um vorab potentielle „Fettnäpfchen“ für ausländische Besucher zu entlarven. So können Sie bestens vorbereitet Ihre Reise antreten. Tot ziens!

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, die in der Kurspauschale enthalten sind.**

4631W3 | Sennestadt
Marc Wübbenhorst

Sa, 10.03.2018, 10:00 - 15:00 Uhr
So, 11.03.2018, 10:00 - 15:00 Uhr
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3


Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

1

Gesellschaft
und Politik

Spanisch für die Reise: Wochenendkurs

Sie wollten schon immer Spanisch lernen, um sich auf einer geplanten Reise nach Spanien oder Lateinamerika verständigen zu können? Dann ist dieser Kompaktkurs im Wochenendformat genau richtig für Sie. Von Freitagabend bis Sonntagmittag lernen Sie sprachliche Grundlagen und Basiswortschatz zu Themenbereichen, die für jeden Auslandsaufenthalt unverzichtbar sind, wie z. B.: Reisen, Essen & Trinken, Einkaufen, einfache Redewendungen, etc. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4704W3 | Sennestadt
Ines Barahona-Wanke

Wochenendseminar
Fr, 22.06.2018, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 23.06.2018, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 24.06.2018, 10:15 - 14:15 Uhr
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 34,00 €

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

Spanisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der spanischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

 **Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.**

4808K3 | Sennestadt
Ines Barahona-Wanke

Mi, 21.02.18 bis Mi, 20.06.18
18:30 - 20:00 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3

Entgelt: 115,00 € / ermäßigt: 58,00 €

5

Arbeitswelt
und Beruf

Arbeitswelt und Beruf

Ihr Auftritt - mit Stimme, Sprache und Persönlichkeit überzeugen

Sicheres und souveränes Auftreten sind ein Schlüssel zum Erfolg. In einem gelungenen Zusammenspiel von Stimme, Sprache und Körpersprache entfalten sich Ihre individuelle Ausstrahlung und Persönlichkeit und entscheiden mit, wie überzeugend und authentisch Sie von anderen empfunden werden. Ob Sie ein Gespräch führen oder eine Rede halten, wenn Sie sich und Ihre Wirkung kennen, sind Sie glaubwürdiger und können Ihre Ziele leichter erreichen.

5715W3 | Sennestadt
Bernd Reiling

Fr, 13.04.2018, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 14.04.2018, 09:30 - 16:30 Uhr
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 79,00 € / ermäßigt: 41,00 €

3

Gesundheit

Deutsch als Fremd- und Zweitsprache Integration

Deutsch Anfängerstufe 5 / Aufbaukurs 2

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Interessenten in Sennestadt.

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

 **Lehrbuch: Pluspunkt Deutsch ,Leben in Deutschland**

6611K3 | Sennestadt
Michaela Johanntokrax

Vera Krawanja

montags, dienstags, mittwochs, donnerstags,
05.03. - 22.03.2018 und 09.04. - 19.04.2018
; 9:00 - 13:00 Uhr, 20 Termine
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

4

Fremdsprachen

Deutsch Anfängerstufe 6 / Aufbaukurs 3

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Interessenten in Sennestadt.

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2-B1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

 **Lehrbuch: Pluspunkt Deutsch ,Leben in Deutschland**

6621K3 | Sennestadt
Michaela Johanntokrax

Vera Krawanja

montags, dienstags, mittwochs, donnerstags,
23.04. - 17.05.2018 und 28.05. - 14.06.2018;
9:00 - 13:00 Uhr, 20 Termine
Sennestadthaus, Raum 102
Lindemannplatz 3

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Einfach per Post absenden (**VHS-Bielefeld, 33597 Bielefeld**) oder bei der VHS abgeben. Liegt uns bereits Ihr SEPA-Mandat zum Lastschrifteinzug vor, können Sie uns Ihre Anmeldung auch faxen (**0521. 51 - 3431**) oder per E-Mail senden. (**volkshochschule@bielefeld.de**) Auf www.vhs-bielefeld.de erhalten Sie diesen Katalog als PDF. In dem PDF können Sie alle Formulare auch bequem am Bildschirm ausfüllen.

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und mögliche Änderungen zu Ihrem Kurs übermitteln zu können, geben Sie bitte folgende Daten an:

Tel.:

Mobil:

E-Mail:

Zusatzangaben:

weiblich

männlich

Geburtsdatum:

Ich melde mich hiermit verbindlich für folgenden Kurs an:

Kursnummer:

Teilnehmerentgelt:

Kurstitel:

Kursbeginn:

Unterschrift Teilnehmer:

Bei einem Sprachkurs: Bitte die Beratungspflicht beachten!

Wurden Sie bereits beraten?:

ja

nein

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn und grundsätzlich schriftlich zu erklären. Die im VHS-Programm / im Internet aufgeführten AGB der VHS habe ich zur Kenntnis genommen.

Mit der Übermittlung von Newslettern mit Infomaterial zu Angeboten der VHS an meine E-Mail-Adresse bin ich einverstanden.

Ermäßigungen

Ich bin BAföG Empfänger/in, besitze den Bielefeld-Pass oder bin persönlich von der Rundfunkgebühr befreit (bitte den gültigen Nachweis in Kopie beifügen).

Zahlen Sie Ihre VHS-Kurse bequem per Lastschrift

Ab dem 01. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard, der den europäischen Zahlungsverkehr vereinheitlicht. SEPA ist die Abkürzung für „Single Euro Payments Area“, den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum. Betroffen sind Überweisungen und Lastschriften. Wenn Sie als VHS-Teilnehmerin und VHS-Teilnehmer weiterhin Ihre Kursgebühr per Lastschriftverfahren einziehen lassen, bitten wir Sie, uns ein sogenanntes SEPA-Mandat zu erteilen (eine unterschriebene Ermächtigung zum Einzug der Kursgebühr im SEPA-Lastschriftverfahren). Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns – bis auf Widerruf – Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen.

Wichtig:

Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse. Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat automatisch. **Auf der Rückseite dieser Anmeldekarte finden Sie den Vordruck für das SEPA-Mandat.** Bitte füllen Sie diese Anmeldung und das rückseitige Formular aus und senden Sie uns das Original per Post zurück.

Datenschutzrechtlicher Hinweis:

Die personenbezogenen Daten werden zur Kursabwicklung elektronisch gespeichert und nach 5 Jahren gelöscht, wenn in diesem Zeitraum kein weiterer Kurs besucht wird.

Stand:06.2014

0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Allgemeines

Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

Prüfungen der Cambridge ESOL sind keine Veranstaltungen derVHS. Ebenso Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen. Insoweit tritt dieVHS nur als Vermittler auf.

Anmeldung

Wer kann sich anmelden?

Jeder, der mindestens das 16. Lebensjahr vollendet hat. Ausnahmen sind im Programm besonders benannt. In diesem Fall ist die Unterschrift eines Elternteils erforderlich.

Wie melde ich mich an?

Per Post, Fax, E-Mail, Telefon oder persönlich in derVHS. Benutzen Sie bitte die Anmeldekarte auf der vorletzten Seite. Anmeldevordrucke per E-Mail finden Sie unter:

www.vhs-bielefeld.de

Sie können sich auch direkt im Internet über www.vhs-bielefeld.de anmelden. Bitte beachten Sie, dass Sie nach erfolgreicher Anmeldung sofort eine Bestätigung über die Anmeldung erhalten. Sollten Sie diese Rückmeldung nicht erhalten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Es können nur vollständig ausgefüllte Anmeldungen berücksichtigt werden.

Sie können sich bei einigen Kursen auch über eine Weitermeldeliste für den Folgekurs durch Ihre Unterschrift und Bestätigung verbindlich anmelden. Diese Liste wird zum Ende des Kurses vom Kursleiter vorgelegt. Für Einzelveranstaltungen (z. B. Vorträge) ist eine Anmeldung nicht erforderlich. Ausnahmen sind im Programmheft gekennzeichnet.

Kurse mit Beratungspflicht

Bei beratungspflichtigen Kursen wenden Sie sich bitte vor Ihrer Anmeldung an die im Programmheft genannten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Wann kann ich am gewählten Kurs teilnehmen?

Sie melden sich wie oben beschrieben verbindlich zu dem ausgewählten Kurs an und können dann teilnehmen.

Falls der Kurs ausfällt oder sich Änderungen gegenüber dem Programmheft ergeben, informieren wir Sie vor Beginn der Veranstaltung über die von Ihnen genannte Mail-Adresse. Liegt uns diese nicht vor, rufen wir Sie an oder schreiben Ihnen.

Wer ist der Veranstalter bei Studienreisen und Exkursionen?

Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld. Insoweit tritt die Volkshochschule nur als Vermittler auf.

Habe ich ein Rücktrittsrecht?

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist bis spätestens 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn und grundsätzlich **schriftlich** zu erklären.

Bei **Bildungsurlauben** beträgt die Rücktrittsfrist 3 Wochen. Ein Rücktritt von der Anmeldung zu einer Prüfung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich. Nach Ablauf der vorgeannten Fristen besteht bei Rücktritt die Pflicht zur Zahlung des Teilnehmerentgeltes.

Für **Studienreisen** gelten besondere Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.

Bei Sprach- und sonstigen **Prüfungen** beachten Sie bitte auch die im Programmheft aufgeführten Bedingungen.

Ein **Nichterscheinen** zu den Terminen gilt nicht als Abmeldung. Näheres entnehmen Sie bitte der Entgeltordnung oder fragen Sie uns. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.

Widerrufsbelehrung

Haben Sie sich zu dem Kurs/ der Veranstaltung per Internet, Fax, E-Mail oder Telefon (Fernabsatzgeschäft) angemeldet, informieren wir Sie gesondert mit der gesetzlich vorgeschriebenen Widerrufsbelehrung über Ihr Recht, diese vorgenommene Anmeldung zu widerrufen. Die Widerrufsbelehrung finden Sie auch im Programmheft nach dem Text der Entgeltordnung.

Im falschen Kurs?

Sie stellen während eines Kurses fest, dass der von Ihnen gewählte Kurs nicht Ihren Erwartungen oder Befähigungen entspricht. Bitte sprechen Sie frühzeitig Ihre Kursleiterin, Ihren Kursleiter oder die jeweilige Fachbereichsleitung an. Wir beraten Sie gerne.

Wie kann ich bezahlen?

Sie zahlen durch Erteilung eines SEPA-Mandats für dieVHS. Wir ziehen das Teilnehmerentgelt dann für Sie bequem und unproblematisch eine Woche nach Kursbeginn von Ihrem Girokonto ein. Im Einzelfall ist auch eine Barzahlung möglich. Bei kostenpflichtigen Einzelveranstaltungen wird das Teilnehmerentgelt zu Beginn der Veranstaltung in bar erhoben.

Ist Ratenzahlung möglich?

Grundsätzlich ist eine Ratenzahlung ab einem Kursentgelt von mehr als 200,00 € und einer Veranstaltungsdauer von mindestens acht Wochen möglich. Bitte sprechen Sie uns an.

Prüfungsentgelte:

Die Höhe der Prüfungsentgelte teilen wir Ihnen auf Anfrage gerne mit.

Für den Bereich Sprachen:

Tel.: 0521. 51- 6810

Für den Bereich Berufliche Weiterbildung:

Tel.: 0521. 51- 2440

Bei Durchführung einer Prüfung außerhalb Bielefelds gelten die jeweils örtlichen Entgelt und Prüfungsbedingungen.

Wer bekommt eine Ermäßigung?

Ermäßigungen erhalten:

- Bezieherinnen und Bezieher von BAföG.
- Besitzerinnen und Besitzer des Bielefeld-Passes, oder eines sonstigen Sozialpas-

ses, dessen Inhalte dem Bielefeld-Pass entsprechen.

- Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind

Angaben zu den ermäßigten Entgelten finden Sie bei den einzelnen Veranstaltungen.

Wie beantrage ich eine Ermäßigung?

Ermäßigungen müssen bei der Anmeldung beantragt werden.

Fügen Sie bitte der Anmeldung die entsprechenden gültigen Nachweise (siehe oben) bei.

Nachträgliche Ermäßigungen sind ausgeschlossen; eine spätere Erstattung von Gebühren ist nicht möglich.

Haben Sie eine Reklamation?

Sollten Sie Anlass zu einer Reklamation oder Beschwerde haben, informieren Sie uns bitte schriftlich oder telefonisch.

Änderungen/ Abweichungen zum Programmheft

Die Volkshochschule behält sich Änderungen der ausgewiesenen Veranstaltungsdaten (Termine, Teilnehmerentgelte, Veranstaltungsorte, Kursleiter, etc.) vor. Ansprüche gegen die Volkshochschule können daraus nicht abgeleitet werden. Im Übrigen gilt die Entgeltordnung der Volkshochschule. Diese finden Sie im Programmheft auf der Seite 166.

Schadensersatzansprüche

Schadensersatzansprüche der Teilnehmer oder Vertragsparteien gegen dieVHS Bielefeld sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.

Haftung

Die Volkshochschule Bielefeld übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten.

Datenschutz

Hinweis nach § 4 Abs. 1 Teledienstschutzgesetz:

Die im Rahmen der Kontaktaufnahme oder der Teilnahme an einem Kurs/ Veranstaltung anfallenden personenbezogenen Daten werden von derVHS Bielefeld zum Zwecke der Vertragsdurchführung verarbeitet und genutzt.

Wenn Sie eine Anfrage stellen/ sich für einen Kurs/ Veranstaltung anmelden und dabei Angaben zu Ihrer Person machen, verwenden wir diese Daten nur, soweit es für die Durchführung der Geschäftsbeziehung erforderlich ist.

DerVHS Bielefeld ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Sie können dem jederzeit widersprechen.

Aufgrund des § 41, Abs. 1, Satz 2, Buchst. i der Gemeindeordnung für das Land Nordrhein-Westfalen in der Fassung der Bekanntmachung v. 14.07.1994 (GV.NRW.S.666), zuletzt geändert durch Gesetz vom 29.04.2003 (GV.NRW.S.254), hat der Rat der Stadt Bielefeld in seiner Sitzung am 15.07.2004, zuletzt geändert in seiner Sitzung am 22.6.2006 folgende Entgeltordnung für die Volkshochschule (VHS) Bielefeld beschlossen:

§ 1 Privatrechtliche Entgelte

Für die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS sind privatrechtliche Entgelte nach Maßgabe dieser Entgeltordnung zu zahlen.

§ 2 Höhe der Entgelte

- Entgelte für VHS-Veranstaltungen sind grundsätzlich kostendeckend zu erheben. Dazu sind alle veranstaltungsbezogenen Kosten in das Entgelt einzukalkulieren. Zusätzlich wird eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 10 % der veranstaltungsbezogenen Kosten in das Gesamtentgelt einkalkuliert. Die Gesamtentgelte werden auf volle € aufgerundet.
- Die VHS-Direktorin kann für einzelne Veranstaltungen oder Veranstaltungsgruppen abweichende Entgelte festlegen. Diese abweichenden Entgelte sind aus dem Programmheft zu entnehmen.
- Bei einem späteren Kurseintritt wird das Entgelt anteilig fällig, soweit bereits mindestens 20 % des Angebotes durchgeführt wurde.

§ 3 Entgeltfreie und nicht kostendeckende Veranstaltungen

- Sozialverpflichtete Angebote, insbesondere im Bereich Alphabetisierung und Integration werden entgeltfrei oder nicht kostendeckend angeboten.
- Die VHS-Direktorin kann für Veranstaltungen von besonderem öffentlichen Interesse (z.B. Kooperationsveranstaltungen mit den Auslandsgesellschaften) ebenfalls eine Entgeltfreiheit oder Entgeltminderung festlegen.

§ 4 Studienfahrten und -reisen

- Für Studienfahrten und -reisen wird die Höhe der Teilnehmerkosten entsprechend der Gesamtkostenkalkulation festgelegt.
- Für diese Veranstaltungen gelten die besonderen Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.
- Bei Studienfahrten und -reisen werden Ermäßigungen nicht gewährt.

§ 5 Ermäßigungen

- Inhaber des Bielefeld-Passes, Studenten mit Bafög sowie Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind, erhalten auf die gemäß §§ 2 und 3 zu entrichtenden Entgelte eine Ermäßigung von 50 %. Entgeltbestandteile für Sachaufwendungen und Materialien sind nicht ermäßigungsfähig.

- Die VHS-Direktorin kann für bestimmte Teilnehmer- oder Kursgruppen die vorstehenden Ermäßigungsregelungen ändern und bestimmte Kurse oder Kursgruppen von den Ermäßigungsregelungen ausschließen.
- Eine Ermäßigung kann nur bei der Anmeldung gewährt werden. Dabei sind die Ermäßigungsgründe durch entsprechende Bescheinigungen nachzuweisen. Die ermäßigten Beträge werden auf volle € aufgerundet.

§ 6 Zahlungspflicht, Fälligkeit

- Das Entgelt wird mit der Anmeldung fällig. Bei Studienreisen gelten abweichende Fälligkeiten, die den besonderen Teilnahmebedingungen (§5) zu entnehmen sind.
- Bei Entgelten, die den Betrag von 200,00 € für einen Kurs übersteigen, ist Ratenzahlung grundsätzlich möglich. Einzelheiten ergeben sich aus dem aktuellen Programmheft.

§ 7 Rücktritt und Erstattung des Entgelts

- Ein Rücktritt von der Teilnahme mit Erstattung des Entgelts ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei Veranstaltungen nach dem AbwG beträgt die Rücktrittsfrist drei Wochen.
Die Rücktrittsfristen für Studienreisen ergeben sich aus den besonderen Teilnahmebedingungen (vgl. § 4).
- Ein Rücktritt mit Erstattung des Entgeltes aus vom Teilnehmer nicht zu vertretenden Gründen ist bis zum Kursbeginn möglich. In diesen Fällen wird eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 Euro fällig, der Betrag wird von dem dem Teilnehmer zu erstattenden Kursentgelt einbehalten.
- Das Teilnehmerentgelt wird voll erstattet, wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt wird, durch eine Verlegung des ständigen Termins ein Teilnehmer die Veranstaltung nicht mehr besuchen kann, die Teilnahmeberechtigung wegen Überbelegung des Kurses widerrufen wurde.
- Das Teilnehmerentgelt wird anteilig erstattet, wenn
 - mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Veranstaltungsabschnitte ausfällt,
 - ein Teilnehmer aus von ihm nicht zu vertretenden Gründen an der Veranstaltung nicht weiter teilnehmen kann, die VHS über die Unmöglichkeit der Teilnahme unverzüglich informiert wurde und noch nicht mehr als die Hälfte der Veranstaltung durchgeführt wurde.
 In diesen Fällen wird neben dem anteiligen Teilnehmerentgelt eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 € fällig.

- Bei Ausschluss eines Teilnehmers von der Teilnahme wegen fortwährender Störungen besteht kein Anspruch auf Erstattung.

§ 8 Aufrechnung

Eine Aufrechnung von Erstattungsbeträgen gegen die zu zahlenden Entgelte ist ausgeschlossen.

§ 9 Inkrafttreten

Die geänderte Entgeltordnung tritt mit Beschlussfassung des Rates der Stadt Bielefeld in Kraft. Zugleich tritt die bis dahin geltende Entgeltordnung für die Volkshochschule der Stadt Bielefeld vom 01.08.2004 außer Kraft.

WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:
Volkshochschule Bielefeld
Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld
Fax: 0521 51 3431
volkshochschule@bielefeld.de
www.vhs-bielefeld.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung.



0

Volkshochschule Bielefeld | Gläubigeridentifikationsnummer: DE 192 0000 0000 17669
Stadt Bielefeld | Volkshochschule | 33597 Bielefeld

Information

Bitte alle Felder ausfüllen und unterschreiben!

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

Mandatsreferenz (Vertrag / Kassenzeichen)
(wird von der VHS ausgefüllt)

1

Gesellschaft
und Politik

Geldinstitut:

IBAN:

BIC:

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

Dieses Mandat gilt für wiederkehrende Zahlungen zur oben genannten Mandatsreferenz (VHS-Kurse).

3

Gesundheit

Bitte nur ausfüllen, wenn der Kursteilnehmer nicht der Kontoinhaber ist (zb. wenn Sie einen Kurs verschenken möchten):

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

Ich ermächtige hiermit die Stadtkasse Bielefeld Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Bielefeld auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die dabei mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ort:

Unterschrift

Datum:

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache