

# Programmheft Herbst 2017

Auskunft:  
Kulturabteilung St. Wendel  
Dienstgebäude Schloßstraße 7  
66606 St. Wendel  
Telefon (06851) 809-1931  
Voranmeldung ab 28. August 2017



„Das große Bulli-Abenteuer/  
Von Istanbul ans Nordkap“  
Multivisionsshow von und mit  
©Peter Gebhard  
Donnerstag, 16. November 2017  
19.30 Uhr, Saalbau St. Wendel



## Grundbildung

Die St. Wendeler Volkshochschule e. V. ist seit 2015 ein anerkanntes Grundbildungszentrum im Rahmen des Grundbildungspaktes Saar. Im Rahmen unseres Kursprogrammes finden Menschen, die Bedarf im Bereich der Grundbildung haben, entsprechende Angebote, die in Kooperation mit der Arbeitsmarkt-Initiative Stadt St. Wendel gGmbH im ASB (ArbIW) durchgeführt werden. Wenn Sie Menschen kennen, die nicht oder nicht ausreichend Deutsch lesen und schreiben können oder Probleme mit Alltagsmathematik oder in der Lebenspraxis haben, weisen Sie diese bitte auf unsere Angebote hin. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ArbIW beraten sie gerne und zeigen die Möglichkeiten auf, wie sie mangelnde Fähigkeiten aufarbeiten können.

**Info: Arbeitsmarktinitiative Stadt St. Wendel gGmbH im ASB (ArbIW), Weimarer Straße 13, St. Wendel, Telefon: (0 68 51) 9 12 90 70**

### G1 Lesen und Schreiben lernen – von Anfang an!

Telefonische Voranmeldung oder persönliche Voranmeldung bei der ArbIW erforderlich!  
In diesem Kurs erlernen die Teilnehmenden von Grund auf das Lesen und Schreiben in deutscher Sprache. Der Kurs findet nach Vereinbarung statt, wenn genügend Voranmeldungen vorliegen. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 5 Personen.

### OL1 und OL2 Offener Lerntreff

In Kooperation mit der Arbeitsmarkt-Initiative Stadt St. Wendel gGmbH im ASB wird ein „Offener Lerntreff“ in deren Räumlichkeiten, **Weimarer Straße 13, in St. Wendel** angeboten.

Jeweils **donnerstags von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr und freitags von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr** bieten Dozenten den Teilnehmenden kostenlose Lernangebote aus dem Bereich der Grundbildung an, z. B.:

- Deutsch Lesen und Schreiben lernen
- Alltagsmathematik
- Umgang mit den Lernportalen [www.ich-will-lernen.de](http://www.ich-will-lernen.de) oder [www.ich-will-deutsch-lernen.de](http://www.ich-will-deutsch-lernen.de)
- lebenspraktische Übungen

Das konkrete Lernangebot richtet sich nach den Wünschen der Teilnehmenden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Interessierte können zu den festen Zeiten unverbindlich vorbeikommen und sich beraten lassen.

Der „Offene Lerntreff“ dient auch als interkulturelles Kommunikationszentrum, in dem die Teilnehmenden gemeinsame Aktionen planen und durchführen können.



## Gesellschaft - Fächerübergreifendes

**1**

### Stimmtraining - Die persönliche Stimme entwickeln

Telefonische Voranmeldung erforderlich! Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.  
Lernen Sie unter Anleitung der staatlich anerkannten Logopädin Sissi Schrader die für eine mühelose Stimmgebung erforderlichen Grundlagen kennen. Wenn Sie gerne oder viel sprechen, im Chor singen oder einfach Spaß am Ausprobieren und Kennenlernen der eigenen Stimme haben, sind Sie in diesem Kurs gut aufgehoben. Folgende Themen und entsprechende Übungen stehen auf dem Programm: Grundlagen der Stimmfunktion, die Bedeutung der Atmung für die Stimme, Tipps für Fitness und Gesunderhaltung der Stimme. Somit entsteht ein gezieltes Stimmtrainingsprogramm als Vorbereitung auf die in Ihrem Alltag geforderten stimmlichen Leistungen.

**2**

### Geschichtsworkshops

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**3**

Im Rahmen seiner Geschichtsworkshops befasst sich der Historiker Franz-Ortwin Englert in diesem Semester mit der Geschichte der Vereinigten Staaten von Nordamerika und der Geschichte der Auslandsdeutschen. Die Themenbereiche werden im Rahmen von je 10 Kursabenden und einer Exkursion beleuchtet. Gemeinsam mit den Kursteilnehmern wird der Kursleiter den Termin hierfür festlegen. Die Exkursion wird in

Eigenregie durchgeführt. Die gegebenenfalls damit verbundenen Kosten für Fahrt und Eintrittsgelder sind nicht in der Kursgebühr enthalten und müssen von den Kursteilnehmern vor Ort bezahlt werden.

**2**

### Die Geschichte der Vereinigten Staaten von Nordamerika (1. Teil) - NEU!

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Themen: Staatsgründung, Unabhängigkeitskrieg gegen England, die staatliche Entwicklung und Vergrößerung bis zum Sezessionskrieg. Eine Exkursion rundet den Workshop ab.

**3**

### Die Auslandsdeutschen (1. Teil) - NEU!

Telefonische Voranmeldung erforderlich!  
Beleuchtet wird die Geschichte der Deutschen in Nordamerika vom 17. Jahrhundert bis zur Gegenwart. Eine Exkursion rundet den Workshop ab.



## Gesellschaft - Hauswirtschaft

**4**

### Nähen und Zuschneiden

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Das Zuschneiden und Nähen gemeinsam mit anderen macht Spaß. Unter fachkundiger Anleitung erwerben die Kursteilnehmer notwendige Kenntnisse für das Nähen und Zuschneiden und erhalten praktische Hilfestellung und Tipps für den Stoffkauf. Nähmaschinen stehen zur Verfügung. Mitzubringen: Stecknadeln und eine Schere.

**5**

### Cucina Italiana – Kochkurs

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Die italienische Küche gilt als eine der vielfältigsten der Welt: aufgrund der geographischen und klimatischen Vielfalt Italiens enthält sie nicht nur die klassischen Zutaten der mediterranen Küche wie Fisch, viel Gemüse und Olivenöl, sondern auch einer eher ländlichen Küche wie Fleisch, Pilze und vieles mehr. Eine der wenigen Konstanten ist allerdings die Tischkultur, die bei warmen Mahlzeiten italienübergreifend eine Aufteilung in Vorspeisen („antipasti“), ersten Gang („primo piatto“, meist ein Nudel- oder Reisgericht), zweiten Gang („secondo piatto“, meist Fleisch oder Fisch) und ein Dessert („dolce“) vorsieht. Es werden Menüs gekocht, die mit überschaubarem Aufwand italienische Lebensfreude in den Küchenalltag bringen. Die Materialkosten werden auf die Teilnehmenden umgelegt und jeweils am Kurstermin von der Dozentin erhoben.

**6**

### Weihnachten und Silvester in der italienischen Küche – Kochkurs – NEU!

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Die Weihnachtszeit und der Jahreswechsel auf der italienischen Tafel sind weit mehr als nur Sekt und Panettone – in einem Menü werden an diesem Abend einige typische Gerichte gekocht. Dabei lernen die Teilnehmenden auch das dahinterstehende Brauchtum näher kennen. Die Materialkosten werden auf die Teilnehmenden umgelegt und am Kursabend von der Dozentin erhoben.



## Gesellschaft - Spezial - Yachtschule S.A.L.T. GmbH

Auch in diesem Semester bietet die Yachtschule S.A.L.T. GmbH im Rahmen des Programms der St. Wendeler Volkshochschule ihre verschiedenen Sportbootführerschein-Kurse an. Informationen über die neuen Kurse erhalten Sie beim **kostenlosen Infoabend am 14. September** (siehe Kurstabelle Seite 4), im Internet unter [www.salt-segelschule.de](http://www.salt-segelschule.de) oder direkt bei der Yachtschule S.A.L.T. GmbH, gebührenfrei unter Tel. 08 00/9 67 07-96.

**7**

### Sportbootführerschein Binnen-Motor (Theorie und Praxis)

**8**

### Sportbootführerschein Binnen, Motor und Segeln (Theorie und Praxis)

**9**

### Sportbootführerschein See (Theorie und Praxis)



## Gesellschaft - Spezial - Vortragsveranstaltungen

**V01**

### Das „große Bulli-Abenteuer — Von Istanbul ans Nordkap“

Live-Multivisionsschau von und mit Peter Gebhard

Donnerstag, 16. November 2017, 19.30 Uhr, Saalbau St. Wendel



Fotos: ©Peter Gebhard

15000 Kilometer, 15 Länder, 99 Tage – mit dem kultigsten Oldtimer von Istanbul bis hoch ans Nordkap! Der renommierte Fotograf Peter Gebhard (GEO, stern, View) machte sich mit seinem T1-Bulli auf eine spektakuläre Tour quer durch Europa: Das Abenteuer beginnt in der quirligen 15-Millionen-Metropole Istanbul. Von dort tuckert er auf teils jahrtausendealten Routen durch die archaischen Gebirgslandschaften des Balkans. Unterwegs lebt er am Heiligen Berg Athos eine Woche bei griechischen Mönchen im Kloster und begegnet in den wilden albanischen Bergen einem Mädchen, das sich nur durch Fernsehen selber Deutsch beigebracht hat. Er trifft Trickdiebe, Leuchtturmwärter und kämpferische Bierbrauer, entdeckt eine Liebesinsel in Kroatien und hoch oben in den Alpen ein kleines Dorf, in dem die Bewohner noch eine Sprache aus dem Mittelalter sprechen.

Überall sorgt der sympathische T1-Bulli für Aufsehen, taucht Peter Gebhard in spannende Welten und Geschichten ein: Mit dem Halligpostboten fährt er im Wattenmeer gemeinsam Pakete aus, in den schwedischen Wäldern trifft er zwielichtige Schmuggler und 1000-PS-starke amerikanische Straßenkreuzer.



Peter Gebhard erzählt wunderbare Geschichten von seiner langen Bulli-Reise durch Europa – mal nachdenklich und tiefgründig, mal humorvoll und skurril. Erstmals setzte er modernste Drohrentechnik und faszinierende neue Perspektiven ein: Spektakuläre Luftaufnahmen und Videoszenen zeigen die traumhaften Landschaften entlang seiner Route nach Norden – und mittendrin der kleine rot-weiße VW-Bulli.

Am Ende entdeckt der Bulli durch Zufall am Nordkap in der Einsamkeit der Arktis einen grünen T2-Bus. Zu zweit schauen sie aufs Nordmeer hinunter – ein abenteuerlicher Roadmovie mit romantischem Happy-End! Weitere Infos und Trailer auf [www.peter-gebhard.de](http://www.peter-gebhard.de).

**Eintrittskarten sind zum Preis von 12 Euro, ermäßigt 8 Euro, bei allen bekannten Ticket-Regional-Vorverkaufsstellen (in St. Wendel sind dies Klein Buch + Papier, Tante Guerilla Shop, Musik Mohr und Globus), im Internet unter [www.ticket-regional.de](http://www.ticket-regional.de) oder an der Abendkasse erhältlich.**

**Fachliteratur zu Ihren VHS-Kursen und Künstlerbedarf für Ihre Malerei- und Zeichenkurse erhalten Sie bei ...**

[www.klein-buch.de](http://www.klein-buch.de) · [email@klein-buch.de](mailto:email@klein-buch.de)

**KLEIN**

**ALLES. BESONDERS. SCHÖN.**



## Beruf

### 10 Reden und Überzeugen: Rhetorik im Beruf und Alltag – NEU!

Telefonische Voranmeldung erforderlich! In Beruf und Öffentlichkeit, manchmal auch im Privaten, kommen wir mit unseren Beiträgen häufig nicht richtig zu Wort, fühlen uns in Konflikten manchmal hilflos. Das Seminar bietet die Möglichkeit, die persönlichen rhetorisch-kommunikativen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erkennen und durch verschiedene Gesprächs-, Rede- und Kommunikationsübungen aus dem (Berufs-)Alltag weiterzuentwickeln. Ziel ist es, Kommunikationssituationen anders steuern zu können. Wer kennt die Situation nicht? Die Kollegen oder Bekannte machen eine spöttische oder gar beleidigende Bemerkung, der Chef oder die Chefin formuliert einen scharfen Vorwurf und uns fällt erst eine halbe Stunde später eine passende Antwort ein. Wie kann man in solchen unangenehmen Situationen schlagfertig reagieren? Ausgehend von dieser Frage lernen die Teilnehmenden verschiedene Techniken kennen und erproben sie praktisch im Seminar.



## Sprachen

### Einstufung und Beratung

Alle Interessenten, die früher schon einmal Unterricht in einer Fremdsprache gehabt haben, brauchen in der Regel nicht die Anfängerkurse zu besuchen, sondern können einen ihrem Kenntnisstand entsprechenden Kurs wählen. Unsere Kursleiter beraten Sie gerne bei der Wahl der geeigneten Kursstufe. Einen Anhaltspunkt für das Sprachniveau eines Kurses bietet auch die Gruppierung nach dem GER (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen – siehe auch: [www.europa-eischer-referenzrahmen.de/sprachniveau.php](http://www.europa-eischer-referenzrahmen.de/sprachniveau.php)) und die Angabe der Kursstufe in unserem Programm.

Die \*Ziffer bezeichnet dabei das Semester, mit dem die Teilnehmer dieses Sprachkurses beginnen.

### 11 Arabisch (Fortgeschrittene)

Dieser Kurs bietet eine weitergehende Einführung in das gesprochene und geschriebene Hocharabisch. Er eignet sich auch für haupt- und ehrenamtliche Helfer in der Flüchtlingshilfe, die sich grundlegende Kenntnisse aneignen möchten, um leichter mit den von ihnen betreuten Personen in Kontakt zu kommen.

### 12 Deutsch für Ausländer (Anfänger und Fortgeschrittene)

Diese Kurse wenden sich an alle Ausländer, gleich welcher Nation, die keine oder nur geringe Deutschkenntnisse haben.

Ausländischen Gästen, die sich nur vorübergehend in Deutschland aufhalten und ausländischen Mitbürgern, die nicht zur Teilnahme an Integrationskursen berechtigt oder verpflichtet sind, soll es ermöglicht werden, die wichtigsten Lebenssituationen sprachlich zu bewältigen. Die St. Wendeler Volkshochschule bittet darum, ausländische Mitbürger auf diese Kursangebote hinzuweisen.

### 16 Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Schwedisch

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit zum Erlernen der wichtigen Fremdsprachen: Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch. Für Skandinavienfans haben wir ab diesem Semester wieder einen Schwedisch-Kurs im Programm. Lernziel der Fremdsprachen-Kurse: solide Kenntnisse der praktischen Umgangssprache, die Fertigkeit, einfache Geschäfts- und Privatbriefe zu schreiben, die Fähigkeit, sich bei einem Auslandsaufenthalt in normalen Gesprächssituationen sprachlich zu behaupten. Unsere Sprachkurse orientieren sich darüber hinaus auch an Situationen aus dem Touristen-Alltag und empfehlen sich daher für all jene, die sich Sprachkenntnisse für eine Auslandsreise aneignen möchten.



Bei uns erhalten Sie Tickets und Eintrittskarten für mehr als 100.000 Veranstaltungen jährlich!

## Globus macht Schule!

Unsere Schreibwarenabteilung ist erste Klasse. Hefte, Ordner, Stifte aber auch Schulbücher, Lektüren und Lernhilfen – auf Sie warten ein umfassendes Sortiment und kompetente Beratung. Dafür wurden wir sogar vom Handelsverband Bürowirtschaft und Schreibwaren/Bundesverband Bürowirtschaft ausgezeichnet.

Kennen Sie außerdem bereits den Globus Buchshop? Hier können Sie Bücher einfach bequem von zu Hause aus bestellen und beim nächsten Einkauf abholen.

[www.globus-buchshop.de](http://www.globus-buchshop.de)



### 38 Latein für Laien und Liebhaber – Anfänger und Fortgeschrittene

Latein: Sprache der Kirche – Latein: Sprache der Wissenschaft – Latein: Sprache des modernen Europa – Latein:

Basiskurs für die Vorbereitung der Latinumsprüfung

Wer verband die Sprache früher nicht mit Autorität, Bevormundung, Drill? Wer verbindet Latein heute aber nicht auch mit gebündelter Weisheit, mit Niveau, mit höchster weltweiter Anerkennung und Nachahmung?

Alle wichtigen Institutionen der Welt, ob NATO, ob UNO, ob USA, ob FBI oder andere schmücken sich mit lateinischen Motti, alle wichtigen Entscheidungen in der Geschichte basieren auf ihrem juristischen Erbe in Urkunden und Gesetzen. Wer heute europäisch denkt, denkt lateinisch, wer Latein kennt, ist Humanist und Fortschrittsdenker. In allen europäischen Sprachen und Kulturen stecken so viele lateinische Begriffe und Elemente, dass es einem kleinen, aber feinen Kreis interessierter Lateinfreunde Spaß macht, sich mit dem kulturellen Erbe unserer römischen Vorfahren auseinanderzusetzen. Während junge Spitzenpolitiker wie der junge französische Staatspräsident Macron oder

andere in Eliteschulen an diese Tradition in elitärer und teurer Ausbildung herangeführt worden sind, bietet die VHS St. Wendel mit Matthias Hans, Lateinlehrer am Cusanusgymnasium St. Wendel, die Möglichkeit, in einem Anfänger- und einem Fortgeschrittenenkurs, diese faszinierende Welt kennenzulernen. Die lateinische Literatur und Kultur hat wie keine andere unsere moderne Welt, gerade auch im gallo-römischen Saarland, geprägt. Dies gilt auch und im Besonderen für die lateinische Tradition der Kirche und der Bibel im diesjährigen 500. Jubiläumsjahr der Reformation. Niemand wird überfordert, Interessenten mit keinen oder rudimentären Kenntnissen sind im Anfängerkurs, Wiederholer und Auffrischer im Fortgeschrittenenkurs herzlich willkommen. Jeder kann sich mit seinen Kenntnissen und Ideen einbringen. Beide Kurse sind auch als Teil der Vorbereitungen für eine spätere Latinumsprüfung für angehende Studenten denkbar und sinnvoll. Zusätzliche Exkursionen (z.B. nach Reims, Trier, Mainz) und besondere Veranstaltungen runden die jeweiligen Kurse ab. Die gegebenenfalls damit verbundenen Kosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten und sind von den Kursteilnehmern vor Ort zu übernehmen.



„Kreativität.“



„Bewegung.“



„Entspannung.“



„Gesundheit.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



Was auch immer Sie antreibt, wir helfen Ihnen dabei, Ihre Wünsche und Ziele zu erreichen. Das ist unser Grundprinzip, unsere Verpflichtung als Genossenschaftsbank. Dazu zählt auch, dass unsere Mitglieder aktiv über unseren Kurs mitbestimmen können. Dass wir uns um die Sicherheit Ihrer Anlagen kümmern. Und dass wir natürlich vor Ort immer für Sie da sind. Überzeugen Sie sich doch am besten selbst.

[www.unserevolksbank.de](http://www.unserevolksbank.de)



St. Wendeler  
Land

Unsere  
Volksbank eG



| Kurs-Nr.                            | Voranmeldung* | Titel                                                              | Leitung                                           | Zeit                                                  | Ort                                                                       | Anzahl der Termine | Kursbeginn                 | Kursgebühr EUR          |
|-------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|-------------------------|
| Gesundheit - Fitness - Körperpflege |               |                                                                    |                                                   |                                                       |                                                                           |                    |                            |                         |
| 40                                  | V             | Progressive Muskelentspannung nach Jacobson                        | Knut Berwanger                                    | Mo, 17.30-18.30                                       | Bildungs- u. Kulturzentrum "impuls",<br>Alter Woog 8, Hospital St. Wendel | 10                 | 18.09.                     | 25,50                   |
| 41                                  | V             | "Feldenkrais-Kurs - ""Beweglich sein - ein Leben lang"""           | Christine Kuenen                                  | Di, 16.15-17.45                                       | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 10                 | 12.09.                     | 38,--                   |
| 42                                  | V             | "Feldenkrais-Kurs - ""Beweglich sein - ein Leben lang"""           | Christine Kuenen                                  | Di, 18.00-19.30                                       | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 10                 | 12.09.                     | 38,--                   |
| 43                                  | V             | Hatha-Yoga - Weg zur Gesundheit                                    | Agnes Rauber                                      | Fr, 18.00-19.15                                       | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 11                 | 15.09.                     | 35,--                   |
| 44                                  | V             | Hatha-Yoga - Weg zur Gesundheit                                    | Agnes Rauber                                      | Fr, 19.30-21.00                                       | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 11                 | 15.09.                     | 42,--                   |
| 45                                  | V             | Tai Ji Quan - Anfänger                                             | Thomas Strube                                     | Fr, 17.00-18.30                                       | Obertreis-Schule, Turnhalle                                               | 10                 | 15.09.                     | 38,--                   |
| 46                                  | V             | Tai Ji Quan - Fortgeschrittene                                     | Thomas Strube                                     | Fr, 18.30-20.00                                       | Obertreis-Schule, Turnhalle                                               | 10                 | 15.09.                     | 38,--                   |
| 47                                  | V             | Wirbelsäulengymnastik                                              | Michael Nerschbach                                | Mo, 19.15-20.15                                       | KBBZ?, Jahnstraße, Turnhalle                                              | 10                 | 11.09.                     | 25,50                   |
| 48                                  | V             | Wirbelsäulengymnastik - <b>Vormittagskurs</b>                      | Andrea Backes                                     | Di, 10.00-11.00                                       | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 10                 | 12.09.                     | 25,50                   |
| 49                                  | V             | Wirbelsäulengymnastik - <b>Vormittagskurs</b>                      | Andrea Backes                                     | Fr, 9.30-10.30                                        | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 10                 | 15.09.                     | 25,50                   |
| 50                                  | V             | Wirbelsäulengymnastik - <b>Vormittagskurs</b>                      | Andrea Backes                                     | Mi, 9.00 - 9.45                                       | Turnhalle der ehem. Grundschule<br>Urweiler, neben dem Sportplatz         | 10                 | 13.09.                     | 19,--                   |
| 50a                                 | V             | Pilates — <b>NEU!</b>                                              | Dorena Theobald                                   | Di, 20.00-20.45                                       | Cusanus-Gymnasium, Turnhalle                                              | 10                 | 12.09.                     | 19,--                   |
| 51                                  |               | Fitnessgymnastik                                                   | Suse Zuschlag                                     | Mi, 20.00-21.00                                       | Cusanus-Gymnasium, Turnhalle                                              | 10                 | 13.09.                     | 25,50                   |
| 52                                  |               | Tabata Intervall-Training                                          | Suse Zuschlag                                     | Mi, 21.00-22.00                                       | Cusanus-Gymnasium, Turnhalle                                              | 10                 | 13.09.                     | 25,50                   |
| 53                                  |               | Back-Power - Gymnastik                                             | Anette Ripplinger                                 | Mo, 19.00-19.45                                       | Obertreis-Schule, Turnhalle                                               | 10                 | 11.09.                     | 19,--                   |
| 54                                  |               | Bauch-Beine-Po-Gymnastik                                           | Anette Ripplinger                                 | Mo, 18.00-18.45                                       | Obertreis-Schule, Turnhalle                                               | 10                 | 11.09.                     | 19,--                   |
| 55                                  | V             | Bauch-Beine-Po-Gymnastik - Vormittagskurs                          | Margit Müller                                     | Di, 9.00- 9.45                                        | Obertreis-Schule, Gebäude III, 1. Etage                                   | 10                 | 12.09.                     | 19,--                   |
| 56                                  | V             | Aqua-Med                                                           | Bianka Klee-Alles                                 | Mo, 16.30-17.15                                       | Bosenberg-Klinik, Hallenbad                                               | 6                  | 25.09.                     | 39,--                   |
| 57                                  | V             | Aqua-Med                                                           | Bianka Klee-Alles                                 | Mo, 17.15-18.00                                       | Bosenberg-Klinik, Hallenbad                                               | 6                  | 25.09.                     | 39,--                   |
| 58                                  | V             | Aqua-Med                                                           | Bianka Klee-Alles                                 | Mo, 18.00-18.45                                       | Bosenberg-Klinik, Hallenbad                                               | 6                  | 25.09.                     | 39,--                   |
| 59                                  | V             | Pflegerische Wassergymnastik                                       | Daniel Schallmo                                   | Mi, 18.45-19.30                                       | Wendelinusbad, Welvertstraße 1                                            | 10                 | 13.09.                     | 28,--<br>zzgl. Eintritt |
| 60                                  | V             | Aquajogging - Joggen im Wasser - Fortgeschrittene                  | Daniel Schallmo                                   | Mi, 19.30-20.15                                       | Wendelinusbad, Welvertstraße 1                                            | 10                 | 13.09.                     | 28,--<br>zzgl. Eintritt |
| 61                                  | V             | Die Geheimnisse optischer Wirkung - Farb-, Typ- und Outfitberatung | Coiffeur Team Lieb GmbH,<br>Friseure & Typberater | Mi, 18.30-21.30                                       | SBBZ¹, Gymnasialstraße, Saal 215                                          | 3                  | 08.11.                     | 47,--                   |
| Kultur - Kreativität                |               |                                                                    |                                                   |                                                       |                                                                           |                    |                            |                         |
| 62                                  | V             | Cajon für alle                                                     | Philippe Fiotte                                   | Do, 18.00-19.00                                       | Fun Music School,<br>Tholeyer Str. 3, Raum 15                             | 8                  | 14.09.                     | 25,--                   |
| 63                                  | V             | Ukulele für alle                                                   | Ralph Schäfer-Lösch                               | Do, 19.00-20.00                                       | Fun Music School,<br>Tholeyer Str. 3, Raum 3                              | 8                  | 14.09.                     | 25,--                   |
| 64                                  | V             | Aquarell und Acryl - Malkurs für Anfänger und Fortgeschrittene     | Gerhard Birkenbach                                | Mo, 19.00-21.15                                       | SBBZ¹, Gymnasialstraße, Saal 111                                          | 10                 | 11.09.                     | 57,--                   |
| 65                                  | V             | Aquarell und Gouache - Malkurs für Anfänger und Fortgeschrittene   | Gerhard Birkenbach                                | Di, 19.00-21.15                                       | SBBZ¹, Gymnasialstraße, Saal 111                                          | 10                 | 12.09.                     | 57,--                   |
| 66                                  | V             | Malen mit Acrylfarben - Anfänger und Fortgeschrittene              | Gerhard Birkenbach                                | Do, 19.30-21.45                                       | KBBZ², Jahnstraße, Saal 46                                                | 10                 | 14.09.                     | 57,--                   |
| 67                                  | V             | Farbmalerie und Acrylcollagen - Kombination, Aktion, Komposition   | Ellen Schmitt                                     | Mi, 18.30-21.00                                       | SBBZ¹, Gymnasialstraße, Saal 101                                          | 10                 | 13.09.                     | 63,50                   |
| 68                                  | V             | Mosaikkunst für Heim und Garten - Wochenendseminar                 | Dominique Joas                                    | Fr, 17.00-20.00<br>Sa, 10.00-18.00<br>So, 10.00-15.00 | SBBZ¹, Gymnasialstraße, Saal 101                                          | 1 WE               | 22.09.<br>23.09.<br>24.09. | 51,--                   |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Standort-Info: | <sup>1</sup> Dr.-Walter-Bruch-Schule, <b>Sozialpflegerisches Berufsbildungszentrum (SBBZ)</b> , Seiteneingang, Zufahrt zwischen Neubau Gymnasialstraße 21 und Gymnasialstraße 25, oder Zugang über Treppe links neben dem Schulgebäude in der Wendalinusstraße 26<br><sup>2</sup> Dr.-Walter-Bruch-Schule, <b>Kaufmännisches Berufsbildungszentrum (KBBZ)</b> , Jahnstraße 14 |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



## Gesundheit - Fitness - Körperpflege

- 40 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (PM) ist eine leicht erlernbare, sehr effektive und universell einsetzbare Entspannungsmethode. Die aufeinander abgestimmten Übungen sind dazu geeignet, den Weg zur körperlichen und geistigen Entspannung zu vereinfachen. Sie sind hilfreich für eine bessere Stressbewältigung, stärken die Skelettmuskulatur und das Immunsystem, schulen die Konzentrationsfähigkeit und dienen zur Schmerzbewältigung (z. B. Migräne). Als Ein- bzw. Durchschlafhilfe hat sich diese Methode auch sehr gut bewährt. Bei der PM werden sechzehn verschiedene Muskelgruppen des Körpers intensiv angespannt und anschließend sofort entspannt. Dabei soll der Gegensatz von Anspannung und Entspannung erspürt werden, wodurch ein tiefer Entspannungszustand erreicht werden kann. Es sollten eine Gymnastikmatte und ein kleines Kissen mitgebracht werden, die Übungskleidung sollte bequem sein.

- 41 Feldenkrais-Kurs – „Beweglich sein – ein Leben lang“**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Die Feldenkrais- Methode, benannt nach ihrem Begründer, dem israelischen Physiker Moshe Feldenkrais (1904 – 1984), vermittelt uns überraschend einfache Möglichkeiten, die Intelligenz unseres Körpers zu nutzen, um Bewegungen zu optimieren. Unser sensomotorisches System reagiert auf die täglichen Belastungen und Traumata mit spezifischen Muskelreflexen, die gewohnheitsmäßige Muskelanspannungen hervorrufen, welche wir willkürlich nicht mehr lösen können. Diese unbewussten Muskelkontraktionen führen mit der Zeit zu Steifheit, Schmerzen und einem eingeschränkten Bewegungsspielraum. Diese gemeinhin als Alterungsprozess akzeptierte Entwicklung müssen wir so nicht hinnehmen. Wir verbessern die Wirksamkeit, mit der das Gehirn Bewegungen koordiniert und kontrolliert, so dass wir uns in verschiedensten Situationen sicherer, leichter und effizienter bewegen können. Die Übungen sind für Jung und Alt, Bewegungsfreudige und- beeinträchtigte, Männer und Frauen gleichermaßen geeignet. Die Feldenkrais- Methode wird mittlerweile in einer Vielzahl von Bereichen angewandt, von der Gerontologie bis zur Rehabilitation bei neurologischen Störungen, vom Spitzensport bis zur Tanz – und Theaterausbildung. Sportler haben, ohne ihr Trainingsprogramm zu verändern, damit ihre Geschwindigkeit gesteigert und ihre Koordination verbessert. Weitere Infos: [www.feldenkrais-kuenen.de](http://www.feldenkrais-kuenen.de)

- 43 Hatha-Yoga - Weg zur Gesundheit**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**44** Hatha-Yoga-Üben ist ein Weg zu innerer und äußerer Balance. Er fördert die Gesundheit und lehrt, in Einklang mit sich selbst zu kommen. Neue Erfahrungen werden gemacht und Lebensfreude stellt sich ein. Kursinhalte sind: Körperhaltungen (zum Bewegen, Kräftigen, Dehnen, Konzentrieren, Entspannen), Atemübungen (sinnvoller Einsatz des Atems beim Üben, verschiedene Atemtechniken), Stilleübungen (Achtsamkeitsübungen zur Ausrichtung des Geistes). Mitzubringen sind: Wolldecke und rutschfeste Matte. Übungskleidung: bequeme Kleidung, z. B. Pulli und Gymnastikhose.

- 45 Tai Ji Quan – Anfänger und Fortgeschrittene**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**46** Tai Ji Quan ist eine Bewegungskunst, die sich aus den chinesischen Kampfkünsten entwickelt hat. In langsamen, fließenden Bewegungen übt man eine feste Folge von Figuren. Die Langsamkeit der Ausführung ermöglicht es nach einiger Übung, in jede Bewegung den ganzen Körper ein-

zubeziehen und somit dem Ziel näher zu kommen, das in einem alten chinesischen Sprichwort sehr treffend formuliert ist und in vielen medizinischen Untersuchungen bestätigt wurde: „Übe Tai Ji Quan und du wirst stark wie ein Holzfäller, geschmeidig wie ein Kind und gelassen wie ein Weiser.“ Im Anfängerkurs werden Basisbewegungen des Yangstil-Tai Ji Quans geübt und der Ablauf des ersten Teils der traditionellen Form nach Yang Cheng Fu unterrichtet. Im Fortgeschrittenenkurs wird die Form weitergelehrt und vertieft sowie Waffenformen unterrichtet.

- 47 Wirbelsäulengymnastik**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**50** In den Kursen wird sanftes und effektives Rückentraining zur Mobilisierung und Kräftigung der haltungsgebenden Muskulatur vermittelt, nach dem Motto "Gute Haltung - Starker Rücken". Eine vielfältige Auswahl an Handgeräten und Übungsmaterialien sorgt für einen abwechslungsreichen und motivierenden Kursverlauf. Integrierte Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannungstechniken runden die Übungsstunden ab. Es sollten eine Gymnastikmatte und ein kleines Kissen mitgebracht werden; die Übungskleidung sollte bequem sein.

- 50a Pilates – NEU!**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

PILATES ist eine sanfte, aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode für den Körper und auch den Geist - ein systematisches Körpertraining, erfunden und entwickelt von Joseph H. Pilates. Einzelne Muskeln oder Muskelpartien werden ganz gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt. Nicht die Quantität, sondern die Qualität der PILATES-Übungen zählt und die Atmung wird mit den Bewegungen koordiniert. Benötigt wird für diese Übungen in erster Linie ein weicher Teppich oder eine Gymnastikmatte, angenehme Trainingskleidung (Socken statt Sportschuhe).

- 51 Fitnessgymnastik**  
Dieser Kurs wendet sich an alle, die fit und beweglich bleiben möchten. Mit musikalischer-rhythmischer Umrahmung werden Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit geschult. Gleichzeitig soll einseitigen Alltagsbelastungen und Bewegungsmangel entgegengewirkt werden. Insbesondere können berufliche Belastungen und Stress durch das intensive Bewegungstraining kompensiert werden.

- 52 Tabata Intervall-Training**  
Tabata ist ein hochintensives Intervall-Training, das der japanische Forscher Izumi Tabata am Nationalen Institut für Fitness und Sport in Tokio entwickelt hat. Es ist einfach, aber äußerst effektiv: Von jeder Übung werden 8 Intervalle von je 20 Sekunden Dauer durchgeführt, zwischendurch gibt es jeweils eine 10-sekündige Pause. Studien ergaben, dass „Tabata“ die maximale Sauerstoffaufnahme verbessert und sehr effektiv Fett verbrennt, wenn man bei jedem Intervall an seine Grenze geht. Ziele beim Tabata-Training können eine bessere Ausdauer (Intervalle mit Sprints), ein erhöhter Stoffwechsel (Kniebeugen, Seilspringen) oder mehr Kraft (Crunches, Liegestütze) sein. Das Training ist auch für Anfänger geeignet, da die Kursleiterin die Übungen an das Trainingsniveau der Teilnehmer anpasst. Das Tabata-Training ist ein idealer Ausgleich zu beruflichen Belastungen und Stress, die durch das intensive Bewegungstraining kompensiert werden.

- 53 Back-Power - Gymnastik**  
Back-Power ist ein fundiertes Rückentraining unter Einbeziehung des kompletten Körpers. Schwung und Rhythmus in der Ansprache durch die Kursleiterin und in der Ausführung der Übungen sorgen für Spaß und Ausdauer beim Training und tragen somit zum erfolgreichen und effektiven Einsatz dieser Gymnastik bei, die sich auch beson-

ders als Ausgleichsgymnastik für Personen eignet, die im Beruf einseitigen körperlichen Belastungen ausgesetzt sind.

- 54 Bauch-Beine-Po-Gymnastik**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich - nur beim Vormittagskurs!

**55** Die Kurse richten sich an alle, die ein Ganzkörpertraining mit Schwerpunkt Bauch, Beine, Po suchen. Es werden körperformende Übungen mit fettverbrennenden Elementen kombiniert. Die Übungsauswahl und Präsentation ist sowohl für Einsteiger als auch für Geübte geeignet. Die Bauch-Beine-Po-Gymnastik wirkt sich bei richtiger Durchführung auch positiv auf die körperliche Fitness in Alltag und Beruf aus. Eine Gymnastikmatte ist mitzubringen!

- 56 Aqua-Med**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!  
**58** Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

Gesundheitsorientierte Wassertherapie, geeignet für Menschen mit orthopädischen Beschwerden im Bereich von Hüfte, Knie, Rücken etc. sowie bei Muskelerkrankungen. Diese Form der Wassertherapie wirkt sich auch positiv auf Herz und Kreislauf aus und endet jeweils mit wohltuenden Entspannungsübungen für Körper, Geist und Seele. Der Kurs findet im Warmwasserbecken statt.

- 59 Pflegerische Wassergymnastik**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!  
Bewegungstherapie im Wasser lockert und entspannt auf nahezu spielerische Art. Die Übungen machen die Gelenke geschmeidig, fördern die Spannkraft der Muskeln und die Durchblutung und sind somit eine Möglichkeit, Arthrosen, Wirbelsäulenschäden, Muskelatrophien, Herz- und Kreislauf- labilität, Gefäßerkrankungen sowie Bindegewebschwächen entgegenzuwirken. Alter, Körperbau, Geübtheit, Schwimmkenntnisse usw. spielen bei den Übungen keine Rolle; die Gefahr von Muskelkater oder Sportverletzungen besteht nicht. Der Eintritt für das Wendelinusbad ist von den Kursteilnehmern selbst zu entrichten und nicht in der Kursgebühr enthalten.

- 60 Aquajogging - Joggen im Wasser (Fortgeschrittene)**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Durch die Laufbewegung im Wasser sollen gesundheitsbewusste Menschen ebenso angesprochen werden wie fitness- oder leistungsorientierte. Beim Aquajogging handelt es sich um eine Sportart, bei der man körperliche Fitness erzielen kann, ohne dass Gelenke oder Wirbelsäule überbeansprucht werden. Besonders angezeigt ist diese Form des Trainings auch bei oder nach Verletzungen. Mithilfe eines Aquajogging-Gürtels schwebt man im tiefen Wasser und führt ein kraftbetontes Ausdauertraining durch. Die Aquajogging-Kurse eignen sich nur für Schwimmer, da das Training im Schwimmbereich des Bades stattfindet.

Der Eintritt für das Wendelinusbad ist von den Kursteilnehmern selbst zu entrichten und nicht in der Kursgebühr enthalten.

- 61 Die Geheimnisse optischer Wirkung – Farb-, Typ- und Outfitberatung**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Wahre Schönheit kommt von innen, aber sie wird immer von außen in Form gebracht.  
1. Abend – Farbberatung: Farben sind nur so schön, wie sie Ihnen auch wirklich stehen! Die Favorite Colors Beratung ist eine einzigartige Farb-analyse, die kein Farbdiktat auferlegt. Erleben Sie moderne Farbberatung – kein Kästchendenken.  
2. Abend – Individuelle Frisuren- und Make-up Beratung: Ihr Haar und Ihr Make-up sind die schönsten und wichtigsten Accessoires und haben die größte optische Wirkung! Welche Haarfarben, welche Haarlängen, welche Frisurenformen sind möglich – abgestimmt auf Ihren Farbtyp und ihre Gesichtsform. Wir zeigen Ihnen die Schminktechnik und Anwendung für ein Tages-Make-up in den für Sie richtigen Farben.  
3. Abend – Stil- und Outfitberatung: Ihr „Auftritt“ ist Ihre optische Visitenkarte! Sie erlernen, Vorzüge zu erkennen, „Makel“ anzunehmen und lässig zu umgehen. Stepp für Stepp werden die Geheimnisse optischer Wirkung erarbeitet – Wie finden Sie Ihren eigenen Stil? – Was gehört zur stilicheren Basisgarderobe? – Gesamtwiederholung.

Sie erhalten eine einzigartige Favorite Colors® Card, sowie eine Stil & Outfit-Broschüre mit allen wichtigen Details im Wert von insgesamt 25€, die zusätzlich zu der Kursgebühr zu entrichten sind. Zusätzlich erhalten Sie am zweiten Beratungsabend einen Typ- und Frisurenpass sowie einen Gutschein über ein Tages-Make-up. Der zweite Beratungsabend findet in den Räumlichkeiten des Intercoiffure Team Lieb St. Wendel statt: Wilhelmstraße 20, 66606 St. Wendel. Die Kursleitung übernehmen Friseure und Mitarbeiter des Coiffeur Team Lieb, mit der Spezialausbildung „Master of Beauty“.

## Kultur - Kreativität

Die Kreativkurse der St. Wendeler Volkshochschule vermitteln kreative Techniken, die nicht nur Freude bereiten und die Umsetzung eigener künstlerischer Ideen ermöglichen, sondern insbesondere auch dazu geeignet sind, Stress und Alltagsbelastungen durch schöpferisches Tun auszugleichen und dadurch das seelische Gleichgewicht zu fördern. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zu Kultur, ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe und fördert Integration und Inklusion.

- 62 Cajon für alle**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

„Cajon“ heißt übersetzt nichts anderes als „Kiste“. Sie ist das „kleinste Schlagzeug der Welt“ und auch das mit Abstand günstigste. Sie wird mit den Händen gespielt und kann überall hin mitgenom-

# Wir sind LIEB

St. Wendel

## Kleider machen Leute Frisuren machen Menschen!

Schöne Kleidung hat eine schöne Frisur verdient.

Winterbach • St. Wendel • Saarbrücken • Neunkirchen • St. Ingbert • Merzig  
[www.lieb-friseur.de](http://www.lieb-friseur.de)

**63 Ukulele für alle**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**64 Aquarell und Acryl -  
Malkurs für Anfänger und  
Fortgeschrittene**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**65 Aquarell und Gouache –  
Malkurs für Anfänger und  
Fortgeschrittene**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**66 Malen mit Acrylfarben –  
Anfänger und Fortgeschrittene**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Lösung unter fachkundiger Leitung im Kurs vermittelt wird. Themen in diesem Kurs sind: Malen von Landschaften, Gegenständen und Stilleben, Gestalten von Formen auf der Fläche, Erlernen der wichtigsten Grundlagen der Perspektive und der Farbenlehre. Ziel des Kurses ist es, eigene Ideen umzusetzen und auf die Leinwand zu bringen. Der Materialbedarf wird am ersten Kursabend besprochen.

**67** Farbmalerie und Acryll Collagen -  
Kombination, Aktion, Komposition  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

**68 Mosaikkunst für Heim und Garten -  
Wochenendseminar**  
Telefonische Voranmeldung erforderlich!

# S.A.L.T. YACHT

Yachtschule und Surfschule  
0681/967070

**Segel- und Motorbootausbildung.**

- Binnen, See und Hochsee, Sprechfunk

**Surfschule am Bostalsee**

- Surfkurse und Surfbrett-Vermietung

**Infos für die Kurse in St. Wendel:**

- St. Wendeler VHS: 06851/8091931
- S.A.L.T. YACHT: 0681/96707-96

Bismarckstr. 57, 66121 Saarbrücken  
Internet: [www.saltyacht.com](http://www.saltyacht.com)

**DIE 1  
NR. 1  
AN DER  
SAAR**

**Alles auf einen Blick**  
Kurse, Vorträge  
und Studienfahrten  
Ihrer saarländischen  
Volkshochschulen  
finden und buchen.



sl.vhsen.de

**Trau dich!**  
Es ist nie zu spät.  
Lerne lesen  
und schreiben.



[www.abc-kurs.de](http://www.abc-kurs.de)



© Ministerium für  
Bildung und Kultur

**SAARLAND**  
Großes entsteht immer im



St. Wendeler  
Volkshochschule e. V.

Mit uns geht Bildung weiter.

## Qualität verbindet!

**vhs**  
Die Volkshochschulen

**VHS Sprachkurse und telc Prüfungen orientieren sich am Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen.**

- Zertifikate in zehn Sprachen auf fünf Kompetenzstufen
- Die ideale berufliche und persönliche Weiterbildung
- International anerkannt bei Arbeitgebern und Hochschulen
- Flexible Prüfungstermine
- Top-Preis-Leistungsverhältnis

Mehr Informationen  
sowie kostenlose  
Übungstests finden Sie  
unter **www.telc.net**.  
Oder lassen Sie sich  
persönlich beraten:  
**Tel.: +49(0)681/36666**

telc – language tests: die Hausmarke der Volkshochschulen

## Infos für Kursteilnehmer

### Hinweis zu Gender Formulierung

Bei allen Bezeichnungen in dieser Broschüre, die auf Personen bezogen sind, meint die gewählte Formulierung beide Geschlechter, auch wenn aus Gründen der leichteren Lesbarkeit die männliche Form steht.

### Anmeldung

An den Kursen kann jeder teilnehmen. Die Anmeldung erfolgt im Kurs durch Eintragen in die Anmeldeliste. **Ausnahme:** Bei den Kursen **Nr. G1, 1 - 6, 10, 37, 40 – 50 sowie 55 – 68** werden aus organisatorischen Gründen bzw. wegen begrenzter Teilnehmerzahl Voranmeldungen bei der Geschäftsstelle der St. Wendeler Volkshochschule (Anruf genügt) und, soweit noch Plätze frei sind, am ersten Abend vom Kursleiter entgegengenommen. Mindestteilnehmerzahl: Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn am ersten Termin mindestens 10 Teilnehmer anwesend sind, bei den Sprachkursen ab Stufe 5 müssen 8 Teilnehmer anwesend sein. Die endgültige Entscheidung über die erforderliche Mindestteilnehmerzahl trifft die Geschäftsstelle.

### Teilnahmegebühr, Gebührenerlass und -ermäßigung

Die Kursteilnehmer erhalten eine Rechnung über die Kursgebühr, die auf das angegebene Bankkonto einzuzahlen bzw. zu überweisen ist. Die Kursgebühr wird sofort nach Rechnungserhalt fällig; bei Zahlungsverzug behält sich die St. Wendeler Volkshochschule die Erhebung von Mahngebühren vor. Bei Urlaub und Krankheit besteht kein Anspruch auf Rückzahlung der Kursgebühr. **Bei einer Teilnahme an mehr als einem Kurstag ist das volle Entgelt für den Kurs zu entrichten. Abmeldungen sind unverzüglich der Geschäftsstelle der St. Wendeler Volkshochschule gegenüber zu erklären,** ansonsten wird die Kursgebühr fällig. Eine Abmeldung bei den Kursleitern ist nicht ausreichend. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Wenn geplante Kurstermine ausfallen und Nachholtermine angeboten werden, besteht für die Teilnehmer kein Anspruch auf Gebührenerstattung, falls die Nachholtermine nicht wahrgenommen werden können!

### Gebührenerlass

Empfänger von Arbeitslosengeld II sowie deren Familienangehörige ohne eigenes Einkommen, Bezieher von bedarfsorientierter Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung und Bezieher von Hilfe zum Lebensunterhalt können an den Kursen der VHS kostenlos teilnehmen (**gilt nicht für die Kurse Nr. 1 - 3, 5 – 10, 56 – 58, 61 und 68**). Der Gebührenerlass ist bei der Geschäftsstelle der St. Wendeler Volkshochschule zu beantragen. Die für den Gebührenerlass genannten Voraussetzungen sind der VHS-Geschäftsstelle vom Antragsteller durch Vorlage entsprechender Bescheide nachzuweisen. Ist der Bescheid älter als einen Monat, wird der Antragsteller darum gebeten, zusätzlich den aktuellen Kontoauszug vorzulegen, der den Eingang der entsprechenden Zahlungen auf dem Girokonto belegt. **Etwa anfallende Material- oder sonstige Nebenkosten sind vom Teilnehmer in jedem Fall zu entrichten und können nicht erstattet werden.**

### Gebührenermäßigung

Eine Ermäßigung von 2,50 EUR erhalten Hörer, die gleichzeitig mehrere Kurse belegen, für den zweiten und jeden weiteren Kurs. Schülern wird gegen Vorlage eines Nachweises (Schulbescheinigung oder Schülerschein) bei der Geschäftsstelle der St. Wendeler Volkshochschule ein Nachlass von 5 EUR auf die Kursgebühr gewährt.

**Ausgenommen hiervon sind die Kurse Nr. 1 - 3, 5 – 10, 56 – 58, 61 und 68.**

### Haftung:

Bei Unfällen und beim Verlust von persönlichen Sachen wird gegenüber dem/der Teilnehmer/-in keine Haftung übernommen.

### Kostenerstattung durch Krankenkassen

Verschiedene Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten für Kurse aus dem Bereich Gesundheitsbildung, die der Primärprävention dienen. Die Höhe der Zuschüsse kann jedoch bei den einzelnen Krankenkassen unterschiedlich sein. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse. Falls Sie einen Zuschuss zu der Kursgebühr erhalten können, stellen wir Ihnen gerne eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse aus, wenn Sie regelmäßig an einem entsprechenden Kurs teilgenommen haben.

### Mitgliedschaft

Mitglieder der St. Wendeler Volkshochschule erhalten bei allen Kursen eine Gebührenermäßigung von 2,50 EUR. Mitglied der St. Wendeler Volkshochschule kann jeder werden. Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt 7,50 EUR. Die Satzung liegt beim Kulturamt zur Einsicht offen. Der Beitritt als Mitglied kann durch formlose schriftliche Erklärung erfolgen.

### Bankkonto

Kreissparkasse St. Wendel  
IBAN: DE42 5925 1020 0000 0767 52  
BIC: SALADE51WND

### Ferien

Während der Herbstferien (30. September bis 15. Oktober) und am Montag, 30. Oktober, findet in der Regel kein Unterricht statt. Bitte beachten Sie, dass in diesem Jahr neben Allerheiligen am 1. November auch der Reformationstag am 31. Oktober ein gesetzlicher Feiertag und deshalb unterrichtsfrei ist.

### Dauer der Kurse

Alle Kurse sind spätestens bis zum Beginn der Weihnachtsferien beendet. Neubeginn bzw. Fortsetzung ist im Februar 2018.

### Sonstige Kurse

Kurse zu anderen Themen und Stoffgebieten werden von der Kreisvolkshochschule St. Wendel angeboten. Auskunft erteilt die Geschäftsstelle der **Kreisvolkshochschule, Tel. (06851) 8 01 40 11**. Dort kann auch deren Arbeitsplan angefordert werden.

Bequem  
ist einfach.



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

kskwnd.de

Wenn's um Geld geht  
 Kreissparkasse  
St Wendel

