

„Es kommt darauf  
an, das Hoffen  
zu lernen.“

Ernst Bloch



# Volkshochschule Programm

Januar bis September 2024

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein



**EnGAGiert  
für faire  
Konditionen,  
enGAGiert  
für Sie.**

**Wir machen „zuhause“ einfach:** Als Mieter profitieren Sie von vielen Vorteilen. Keine Provision, keine Kautions, dafür aber jede Menge Service und Sicherheit. Wir gestalten Wohnraum für Ihre Bedürfnisse und stehen Ihnen bei allen Fragen rund ums Wohnen in Ludwigshafen mit Rat und Tat zur Seite.



**Liebe Ludwigshafener Bürgerinnen und Bürger,  
liebe Leserinnen und Leser,**

„Es kommt darauf an, das Hoffen zu lernen“ - diesen Satz des bekannten Ludwigshafener Philosophen Ernst Bloch haben wir für das Jahr 2024 als Motto der Volkshochschule gewählt. Angesichts von Kriegen, Krisen und Klimawandel können uns die Hoffnung oder das positive Denken leicht abhandenkommen.

Dem wollen wir mit unseren Mitteln, mit Weiterbildung, Vorträgen, der Einladung zu Austausch und Diskussion und einem „Festival der Hoffnung“ auf dem Ernst Bloch-Platz gemeinsam mit der Integrierten Gesamtschule Ernst Bloch und dem Ernst Bloch Zentrum etwas entgegensetzen. In Kooperation mit der Protestantischen Kirche für Ludwigshafen und dem Projekt am Lutherplatz „Paradiesen statt Apokalypsen“- leicht und sinnig leben“ bieten wir ab April eine Veranstaltungsreihe an, die „Hoffnung im Gepäck“ hat. Das Ernst-Bloch-Zentrum bietet ab März unter dem Titel "Hoffnungslos? Über Krise und Utopie" drei Gesprächsrunden zum Thema an, die den Bogen von Hoffnungslosigkeit und Dystopie hin zu Utopie und Ausweg schlagen. Zwei stadthistorische Vorträge in der vhs befassen sich mit den Themenkreisen „Überleben, Hoffen und Handeln“ in Bezug auf den zweiten Weltkrieg und den großen Streik bei der BASF um den Achtstunden-Tag.

In seinem „Prinzip Hoffnung“ lädt Ernst Bloch uns zum Träumen, genauer gesagt zum „Tagträumen“ ein, um Visionen, Ideen und Vorstellungen von einer besseren Zukunft zu entwickeln. Diese Ideen sollen wir in Handlungen, in „konkrete Utopien“ verwandeln, um unser aller Leben zu verbessern.

Dazu lade ich Sie herzlich in unsere Volkshochschule ein. Kommen Sie, träumen Sie und setzen Sie etwas um, das Sie schon lange tun wollten und das Ihnen selbst, Anderen oder der Umwelt guttut: eine Sprache lernen, ein Bild malen, Entspannungsübungen lernen, gebrauchte Kleidung beim „Upcycling“ auffrischen, sich zu Photovoltaik informieren, sich mit Amnesty International vernetzen oder mit Gleichgesinnten ein „Festival der Hoffnung“ feiern.

Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kreativität und wünschen Ihnen viele hoffnungsvolle Impulse bei uns an der vhs.

Beate Steeg  
Dezernentin für Soziales und Integration



Die Volkshochschule hat sich ein Leitbild gegeben. Darin ist ihr Auftrag gegenüber den Bürgern und den von ihnen gewählten kommunalen Gremien enthalten. Gefördert wird von der vhs das lebenslange Lernen für alle Bürgerinnen und Bürger. Dafür steht ein breit gefächertes, bedarfsgerechtes Bildungsangebot zur Verfü-

gung. Fähigkeiten zur sozialen und gesellschaftlichen Teilhabe werden unterstützt, dazu zählen gegenseitige Toleranz und Wertschätzung. Grundlage aller Bestrebungen ist das Recht auf Bildung für jeden Menschen, unabhängig von Geschlecht, Alter, Nationalität, Glauben, sozialer Herkunft und Bildungsgrad.

**GZQ CERTIFICATION**

## Zertifikat

Die GZQ GmbH  
Sulzbachtalstraße 131, 66125 Saarbrücken <sup>[2]</sup>  
bescheinigt hiermit, dass das Unternehmen

**vhs** Ludwigshafen  
Stadt am Rhein  
Volkshochschule der Stadt Ludwigshafen  
Bürgerhof, D-67059 Ludwigshafen <sup>[1]</sup>

**zugelassener Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung für folgende Fachbereiche ist:** <sup>[2]</sup>

- Nr. 1** Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung nach § 45 Absatz 1 Satz 1 Nummer 1 bis 5 SGB III
- Nr. 3** Maßnahmen der Berufswahl und Berufsausbildung nach dem Dritten Abschnitt des Dritten Kapitels des SGB III
- Nr. 4** Maßnahmen der beruflichen Weiterbildung nach §§ 81 und 82 des Vierten Abschnitts des Dritten Kapitels des SGB III

**zugelassen durch die GZQ GmbH** <sup>[2]</sup>  
- von der Deutschen Akkreditierungsstelle GmbH (DAKKS) akkreditierte Zertifizierungsstelle - <sup>[4]</sup>.

Durch ein Audit wurde der Nachweis erbracht, dass die Forderungen nach dem **Recht der Arbeitsförderung (Sozialgesetzbuch Drittes Buch - SGB III)** in Verbindung mit der **Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung-Arbeitsförderung (AZAV)** erfüllt sind.

Zertifikat Registrier-Nr.: <sup>[2]</sup> A3470217  
Jahr der Erstausstellung durch GZQ: 2017

Dieses Zertifikat ist gültig vom 05.04.2023 bis 04.04.2026 <sup>[2]</sup>  
Saarbrücken <sup>[2]</sup>, den 23.03.2023 <sup>[2]</sup>

*Thomas Scherer* <sup>[2]</sup>  
Geschäftsführer Zertifizierungsstelle <sup>[2]</sup>

GZQ GmbH  
Sulzbachtalstraße 131  
D-66125 Saarbrücken  
Fachkundige Stelle (FIS)

**DAKKS**  
Deutsche Akkreditierungsstelle  
B-11-11004-1/01

Beim umfangreichen Bildungsangebot für alle Bürgerinnen, Bürger, Organisationen, Unternehmen, Vereine und Institutionen stehen Kompetenz, Zuverlässigkeit und Kontinuität an erster Stelle. Auf ständige Qualitätssicherung und -verbesserung wird dabei geachtet, das Programm kontinuierlich und flexibel weiterentwickelt.

Mitarbeiter\*innen der Volkshochschule und Kursleiter\*innen garantieren ein hochwertiges Angebot, die Durchführung von Veranstaltungen nach didaktisch/pädagogischen Gesichtspunkten, einen geordneten Organisationsablauf und eine kundenfreundliche Leistungserbringung. Das Ziel ist ein gelungenes Lernen von allen Teilnehmer\*innen. Fachliche und individuelle Lernziele sind erreicht, wenn sich das im Kurs Erworbene für private, berufliche oder gesellschaftliche Zwecke anwenden lässt. Zum gelungenen Lernen gehören auch Freude an der Wissensaneignung, Motivation zu lebenslangem Lernen und die Weiterentwicklung von individuellen Fähigkeiten genauso wie erfolgreich bestandene Prüfungen, Abschlüsse und Zertifikate sowie die berufliche Eingliederung.

Den vollständigen Text des Leitbildes finden Sie auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de).

**LQW**

**con flex**  
Qualitätssicherung  
GmbH

Qualitätstestiert  
bis 12.08.2027

**vhs**  
Volkshochschule  
der Stadt Ludwigshafen



# Anmeldung | Geschäftszeiten | Ferien

**Anmeldung:** Montag: 09.00-13.00 Uhr und 14.00-16.00 Uhr  
Dienstag: 09.00-13.00 Uhr und 14.00-16.00 Uhr  
Donnerstag: 09.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr

**Telefonische Anmeldung:** Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 09.00-13.00 Uhr

**Telefon 0621 504-2238 | Fax 0621 504-2640**

**Online-Anmeldung:** [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de), E-Mail: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de)

Sie finden uns auch unter vhs Ludwigshafen:



Facebook,



Instagram,



YouTube



**Schriftliche Anmeldung:** Die schriftliche Anmeldung finden Sie ganz hinten im Programm (zum Ausschneiden). Wir benötigen Ihren Namen, Anschrift, Telefonnummer, Kursnummer, Gebühr, Bankverbindung und Ihre Unterschrift!

Sie bekommen eine Anmeldebestätigung. Sollte der Kurs belegt sein, werden wir Sie umgehend benachrichtigen.

**Semester:** Montag, 29.01.2024 bis September 2024

Beachten Sie bitte unsere Geschäftsbedingungen ab Seite 187, bevor Sie sich anmelden!

**1 UE =** 1 Unterrichtseinheit entspricht 45 Minuten

**TN =** Teilnehmer\*innen

**Ferienzeiten** Die unterrichtsfreien Zeiten orientieren sich an den Schulferien von Rheinland-Pfalz:

**Ostern:** 25.03.2024 - 02.04.2024

**Pfingsten:** 21.05.2024 - 29.05.2024

**Sommer:** 15.07.2024 - 23.08.2024



**Geänderte Geschäftszeiten in den Ferien:**

**Mo., Di., Do. 09.00-13.00 Uhr und 14.00-15.00 Uhr**

**Die Sprachberatung ist während der Ferien geschlossen!**

**Hausschließung** **Weihnachten:** 22.12.2023 ab 17 Uhr - 01.01.2024

**Sommer:** 05.08.2024 - 17.08.2024

**Persönliche Anmeldung:**

02.01.2024 - 05.01.2024 geschlossen.

**Voraussichtlicher Beginn Spätjahr 2024:**

9. September 2024



# So finden Sie uns

## So finden Sie uns:

Der Bürgerhof befindet sich in der Stadtmitte zwischen der Fußgängerzone Bismarckstraße und der Ludwigstraße.

**Sie fahren mit der Straßenbahn:** Sie nehmen die Linien 6, 6 A bzw. 7 und steigen an der Haltestelle "Ludwigstraße" Zugang Volkshochschule aus oder die Linien 4, 4A, 10 und steigen an der Haltestelle "Kaiser-Wilhelm-Straße" aus.

**Sie kommen mit dem Auto:** Parkmöglichkeiten siehe Karte!



**Stadtverwaltung Ludwigshafen  
Integration und Weiterbildung  
Volkshochschule  
Bürgerhof**

**67059 Ludwigshafen am Rhein  
Tel. 0621 504-2238, Fax 0621 504-2640  
E-Mail: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de), [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**

Folgende Parkhäuser befinden sich in der Nähe der Volkshochschule:

- Bürgerhof, Bahnhofstraße 7-9
- Rhein-Galerie LU, Im Zollhof 4

Vorwort .....	1
Leitbild der vhs (Kurzfassung) .....	2
Anmeldung   Geschäftszeiten   Ferien .....	3
So finden Sie uns .....	4
Das Team der Volkshochschule .....	6-8
 Unser Jahresmotto "Hoffnung" .....	9-11
vhs - stark vernetzt - unsere Kooperationspartner .....	12
 Digitales Leben .....	13-28
 Grundbildung   Alphabetisierung .....	29-36
 Politik, Gesellschaft und Umwelt .....	37-56
 Kultur   Gestalten .....	57-94
 Gesundes Leben .....	95-122
 Sprachen .....	123-165
Deutsch   Integration .....	123-131
Fremdsprachen .....	132-156
 Arbeit und Beruf .....	157-174
 Schulabschlüsse   Förderangebote für Kinder .....	175-180
 Aktiv im Alter – Seniorenprogramm .....	181
 Stadtteilprogramm .....	183-186
Geschäftsbedingungen   Widerrufsbelehrung   Impressum .....	187-190
Datenschutzbestimmungen .....	191-192
Stichwortverzeichnis .....	193-194
Anmeldeformular für schriftliche Anmeldung .....	195-196



## Leitung



### **Stefanie Indefrey**

Leitung Volkshochschule, Lehrgang Kindertagespflege  
Telefon 0621 504-2043, stefanie.indefrey@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 201, 2. OG

Unsere AGB's  
sowie Informationen  
zur Kursanmeldung  
und Gebühren finden  
Sie ab Seite 187.

## Pädagogische Mitarbeiter\*innen



### **Susanne Schlindwein**

Kultur und Gestalten  
Telefon 0621 504-2625, susanne.schlindwein@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 200, 2. OG



### **Juliane Krohn**

Gesundes Leben, Kochen und Aktiv im Alter  
Telefon 0621 504-2017, juliane.krohn@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 200, 2. OG



### **Furtuna Berishaj-Kabashi**

Deutsch als Fremdsprache/Integration  
Telefon 0621 504-2578, furtuna.berishaj-kabashi@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 205, 2. OG



### **Olga Kormilicina**

Deutsch als Fremdsprache/Integration, Förderangebote für Kinder  
Telefon 0621 504-2586, olga.kormilicina@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 106, 1. OG



### **Galina Plininger**

Deutsch als Fremdsprache/Integration, Arbeit und Beruf, Digitales Leben  
Telefon 0621 504-2587, galina.plininger@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 206, 2. OG



### **Heike Ettischer**

Fremdsprachen, Förderangebote für Kinder  
Telefon 0621 504-2634, heike.ettischer@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 203



**N.N.**

Arbeit und Beruf, Digitales Leben

Telefon 0621 504-2587

Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 209, 2. OG

---



**Petra Paula Marquardt**

Schulabschlüsse, Grundbildung, Alphabetisierung, Politik, Gesellschaft und Umwelt

Telefon 0621 504-2631, [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)

Sprechzeiten: Mo 10 - 12 Uhr, Mi 14 - 17 Uhr und nach Vereinbarung, Zimmer 204, 2. OG

---



**Dagmar Krebaum**

Schulabschlüsse



**Margrit Moschner**

Schulabschlüsse

---

## Verwaltungsmitarbeiter\*innen

**Information und Anmeldung:** Fax 0621 504-2640, Zimmer 1, EG,

Geschäftszeiten: siehe Seite 3



**Hayriye Giesholt**

Telefon 0621 504-2238,

[hayriye.giesholt@ludwigshafen.de](mailto:hayriye.giesholt@ludwigshafen.de)



**Alexandra Huber**

Telefon 0621 504-2238

[alexandra.huber@ludwigshafen.de](mailto:alexandra.huber@ludwigshafen.de)

---



**Oliver Provo**

Kasse, Gebühren, Raumplanung

Telefon 0621 504-2633, [oliver.provo@ludwigshafen.de](mailto:oliver.provo@ludwigshafen.de)

Geschäftszeiten: siehe Seite 3, Zimmer 2, EG

---



**Silke Rapp**

Kursleiter\*innenverwaltung

Telefon 0621 504-2636, [dozentenangelegenheiten.vhs@ludwigshafen.de](mailto:dozentenangelegenheiten.vhs@ludwigshafen.de)

Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 3, EG

---



**Regina Brauch**

Sachbearbeitung vhs-Programm, Homepage, Inserate

Telefon 0621 504-2628, Fax 0621 504-3815, [regina.brauch@ludwigshafen.de](mailto:regina.brauch@ludwigshafen.de)

Zimmer 202, 2. OG

---



**Sandra Heß**

Haushalt, Statistik, Zuschüsse

Telefon 0621 504-2635, [sandra.hess@ludwigshafen.de](mailto:sandra.hess@ludwigshafen.de)

Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 4, EG

---



**Oliver Raquet**

Organisationsassistentz Integration  
Telefon 0621 504-2602, oliver.raquet@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 6, EG

---



**Anda Sarközi**

Sachbearbeitung Integration  
Telefon 0621 504-2648, anda.sarkoezi@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Nach Vereinbarung, Zimmer 5, EG

---



**Ralf Trapp**

Sachbearbeitung Integration  
Telefon 0621 504-2638, ralf.trapp@ludwigshafen.de  
Sprechzeiten: Di. 10-12, Do. 14-16 Uhr und nach Vereinbarung, Zimmer 7, EG

---

## Hausverwaltung



**Dieter Heine**

Telefon 0621 504-2637, Mobil 0170 7805415, dieter.heine@ludwigshafen.de  
Zimmer 9, EG

---



**Michael Manghi**

Telefon 0621 504-2637, Mobil 0162 1339781, michael.manghi@ludwigshafen.de  
Zimmer 9, EG

Nutzen Sie  
die Möglichkeit  
der Online-Anmeldung:

**[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**

Nähere Infos finden Sie  
auf Seite 187.



# Unser Jahresmotto für 2024: „Es kommt darauf an, das Hoffen zu lernen“

(Ernst Bloch)

Liebe vhs Teilnehmer\*innen,  
liebe Bürger\*innen,  
wir möchten Sie gerne  
einbeziehen und von  
Ihnen erfahren:

Was lässt  
Sie hoffen?

Ist hoffnungsvoll  
sein ein Gefühl oder  
ein Gedanke?

Von was  
tagträumen Sie?

Wer macht Ihnen  
Hoffnung?

Kennen Sie  
Menschen / Initiativen,  
die Ihnen Hoffnung  
machen?

Wie schenken  
Sie Hoffnung?

Stirbt die  
Hoffnung wirklich  
zuletzt?

Schreiben Sie uns Ihre  
Gedanken auf und senden  
Sie uns unter [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de).  
Bitte geben Sie uns auch die  
Erlaubnis zur Veröffentlichung,  
anonym oder namentlich.

Im Laufe des Jahres 2024 werden wir  
auch in Veranstaltungen und in anderen  
Formaten nach Ihren Gedanken fragen.

Herzlichen Dank Ihr vhs-Team

# Hoffnungslos? Über Krise und Utopie

Themenschwerpunkt im Ernst-Bloch-Zentrum

Wir erleben zurzeit eine Vielzahl an globalen Krisen, die sich teilweise überlappen und wechselseitig verstärken. Insbesondere bei jüngeren Menschen erzeugen sie eine geradezu apokalyptische Gegenwartswahrnehmung.

Dieses Empfinden, in einer Art „Endzeit“ zu leben, ist jedoch ein historisches Phänomen. Das wahrscheinlich auch nicht zum letzten Mal zu beobachten ist. Die nachvollziehbare Wahrnehmung, wir steuerten auf eine Apokalypse zu, wird im Themenschwerpunkt 2024 am Ernst-Bloch-Zentrum ernst genommen. Es soll jedoch der unseres Erachtens ebenfalls bemerkenswerte Umstand thematisiert werden, dass sich auch das utopische Denken verbraucht zu haben scheint.

Woran liegt das? Wo zeigen sich Ansätze, auch wenn sie noch so unscheinbar sind? Wie wären diese zu bewerten? Und nicht zu vergessen: Welche Zukunftsängste sind objektiv begründet? Auf welche trifft das aber nicht ganz so uneingeschränkt zu, wie häufig angenommen wird? Diesen Fragen wollen wir uns in mehreren fachübergreifenden Gesprächsrunden in der Reihe „Talk bei Bloch.Live“ widmen.

„Es kommt darauf an, das Hoffen zu lernen.“

Ernst Bloch

**14. März 2024, 18:00 Uhr -  
Eröffnungsvortrag**

**18. April 2024, 18:00 Uhr -  
Kältestrom: Ursachen der  
Hoffnungslosigkeit**

Vermittelt durch die Wissenschaft, aber auch in der medialen Berichterstattung sowie den sozialen Medien entsteht das Bild einer geschlossenen, allumfassenden und scheinbar unabwendbaren Katastrophe. Der Zustand einer grassierenden Hoffnungslosigkeit ist durchaus begründet und führt zu einer Verzweiflung und Abwehr, zum anderen aber auch zu bestimmten Reaktionen in Politik, Kultur und Zivilgesellschaft. Das Zustandekommen der Hoffnungslosigkeit wie ihre Auswirkungen wollen wir hinterfragen.

**06. Juni 2024, 18:00 Uhr -  
Dystopie: Weiterleben**

Dass ein Leben in einer unwirtlich gewordenen Welt nicht gezwungenermaßen unmöglich ist, damit haben sich zahlreiche Autor\*innen, Filmemacher\*innen, Künstler\*innen und Gameproduzent\*innen beschäftigt. Haben deren Zukunftsentwürfe, wenn man sie gleichsam zurückprojiziert ins Jetzt, einen praktischen Wert für uns? Mit welchen eventuell richtungsweisenden Alternativen konfrontieren sie uns?

#### 04. Juli 2024, 18:00 Uhr - Utopie: Auswege

Wenn etwas die Möglichkeit suggeriert, das Blatt zu wenden und die Geschichte noch einmal in eine gute Richtung zu lenken, ist es – wie so oft – der Konsum: Vegan, grün, CO2-neutral. Dadurch ergeben sich zwar Selbstwirksamkeitsschancen, doch die Produktions- und Distributionsverhältnisse – also die Struktur – lässt es nicht zu.

Aktivistische Bündnisse, hätten hingegen politische Optionen anzubieten. Aber Utopien, wie nicht nur eine Welt aussehen könnte, in der das Schlimmste noch einmal verhindert wurde, sondern die zudem noch lebenswert erscheint, haben auch sie nur selten parat. Welche Utopien wären also überhaupt denkbar? Welche Ansätze gibt es schon?



Foto: Stadtverwaltung LU



Foto: Stadtverwaltung LU

Der Eintritt zu jeder Veranstaltung beträgt 5 Euro, 2,50 Euro ermäßigt.

Veranstaltungsort: Ernst-Bloch-Zentrum, Walzmühlstraße 63, 67061 Ludwigshafen am Rhein.

Anmeldung unter  
E-Mail: [anmeldung@bloch.de](mailto:anmeldung@bloch.de) oder  
telefonisch unter 0621 504-2202.

Terminänderungen vorbehalten.

Nähere Informationen auch zu den weiteren Veranstaltungen des Themenschwerpunkts 2024 unter [www.bloch.de](http://www.bloch.de).



## Unsere Kooperationspartner

Mit zahlreichen Kooperationspartnern aus den Bereichen Bildung, Wissenschaft, Gesundheit, Integration, Sport und Verwaltung arbeitet die vhs zusammen und es kommen immer wieder weitere dazu.

Für das große Engagement und die wertvolle Zusammenarbeit möchte sich die vhs bei allen Kooperationspartnern sowie den vielen Kursleiterinnen und Kursleitern herzlich bedanken.





# Digitales Leben



Bild: joci03 von Getty über Canva.com

Hier finden Sie  
Ihren persönlichen  
Zugang zu  
digitalen Medien.



## Digitales Leben

Betriebssysteme, Bluetooth, WLAN, Apps, Cloud, Videokonferenz. Soziale Medien, Postings und Reels ... Wenn Ihnen diese Begriffe nicht geläufig sind und Sie gerne mehr darüber wissen möchten, können Sie in der Rubrik „Digitales Leben“ Ihren persönlichen Zugang zu digitalen Medien finden. Wir vermitteln Ihnen die nötigen Fähigkeiten, um in das digitale Leben von heute voll einzusteigen und die „elektronischen Alleskönner“ sinnvoll in Ihrem Alltag zu nutzen. Dabei deckt der Bereich ein breit gefächertes Angebot an Inhalten und Möglichkeiten, Sprechstunden, Wissen und Kniffen zur Verwendung von Smartphones, PCs und den wichtigsten Programmen ab.

**Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Galina Plininger  
Telefon 0621 504 2587, Email: [galina.plininger@ludwigshafen.de](mailto:galina.plininger@ludwigshafen.de)**

## Bürgernahe Medienkompetenz – Digi-Netz der Weiterbildung



**Bürgernahe  
Medienkompetenz –  
Digi-Netz  
der Weiterbildung**



## Offene und kostenfreie Sprechstunde zu digitalen Themen

Sie können sich für einen Einzeltermin von 60 Minuten anmelden und erhalten individuelle Unterstützung.

Bringen Sie gerne Ihr eigenes Gerät zur Sprechstunde mit.

Im Rahmen des Projekts „Bürgernahe Medienkompetenz – DigiNetz der Weiterbildung“, welches vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz gefördert wird, soll die Teilhabe an der digitalisierten Welt gefördert werden.

Termine finden Montagvormittag, Dienstag- oder Mittwochnachmittag statt. Pro Person kann zunächst nur eine Anmeldung angenommen werden.

*DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz ist gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz.*



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, TRANSFORMATION  
UND DIGITALISIERUNG

## Offene Sprechstunde

### DigiNetz - Bürgernahe Medienkompetenz

Brauchen Sie Hilfe bei digitalen Herausforderungen? Unsere gebührenfreie Sprechstunde bietet Ihnen eine individuelle Unterstützung bei breit gefächerten Fragen zum Thema Digitalisierung. Unsere Kursleitungen suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen für Ihre konkreten Anliegen. Ihren PC, Ihr Smartphone oder Tablet können Sie gerne mitbringen. Mögliche Themenschwerpunkte in der Sprechstunde sind:

- Online-Bewerbungen
- Digitale Dienste nutzen
- Speicherplatz einrichten
- Umgang mit Smartphone oder Tablet
- Nutzung der Smartphone-Apps
- E-Mail und Internet
- Datenschutz und Sicherheit
- Funktionen der Microsoft-Office-Programme
- und andere Themen rund um den digitalen Alltag, die Ihnen auf dem Herzen liegen

**Kursort:** vhs Ludwigshafen, Raum 108

**Die Sprechstunden sind ein kostenfreies Angebot und finden in Präsenz statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.**

**Die Einzeltermine finden Sie unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de). Sie können Sie auch telefonisch erfragen unter 0621 504-2238**





Ihre Kursleitungen:

## Andrea Haalboom:

*„Mein Fachgebiet beinhaltet PC-Kenntnisse und Einrichtungen der Gerätschaften. Datenschutzoptionen und Sicherheit steht bei mir an höchster Stelle. Außerdem kenne ich mich schon jahrelang in den Betriebssystemen der Smartphones und Tablets sowie Apple iPhone und IPAD aus, mit Freude zeige ich jedem Kunden die Handhabung und die Vielfalt der mobilen Geräte.“*

**Sprechstunden: montags 10-13 Uhr, Termine bitte telefonisch oder online vereinbaren**



Foto: privat

## Alphonsine Kleindienst-Kouadio:

*„Mein Schwerpunkt ist das Online-Lernen, vor allem in Verbindung mit dem Erlernen der deutschen Sprache und die Nutzung der digitalen Medien im Kursraum und zum Berufseinstieg. Gerne berate ich auch pädagogisches Fachpersonal dazu, wie man mit digitalen Medien einen Unterricht voranbringen kann. Sie können sich mit mir in deutscher oder in französischer Sprache unterhalten.“*

**Sprechstunden: 3x dienstags 14-15 Uhr, Termin bitte telefonisch oder online vereinbaren**



Foto: Petra Paul Marquardt\_vhs

## Bernd Hoyer:

*„Ich bin seit ca. 23 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig. In diesen Jahren habe ich mit vielen verschiedenen Einrichtungen zusammengearbeitet.*

*Meine Themen sind zum Beispiel: Windows PC: Version 10 und 11. Grundlagen und Nutzung*

*Internet: Funktion, Nutzung der angebotenen Dienste wie E-Mail, Soziale Dienste, Sicherheit, Android (alle aktuellen Versionen) – Grundlagen, Nutzung, Bedienung und Apps auswählen, installieren und nutzen.“*

**Sprechstunden: dienstags 14-17 Uhr, Termin bitte telefonisch oder online vereinbaren**



Foto Gordana Smiljic\_vhs

## Klaus Lippert

*„Meine Schwerpunktthemen sind: Smartphone und Tablet (Android). iPhone- und IPad Grundlagen. Die weite Welt des Internets, zum Beispiel: Unterhaltungsmöglichkeiten, Einkaufen, Risiken vermeiden, Datenschutz, Sicherheit und Kommunikation im Internet. Außerdem kenne ich mich sehr gut mit dem Betriebssystem Windows aus und kann hier unterstützen.“*

**Sprechstunden: mittwochs 14-17 Uhr, Termin bitte telefonisch oder online vereinbaren.**



Foto: privat





## Smartphone und Tablet für Senior\*innen und neugierige Einsteiger\*innen

Foto: Syda productions über Canva.com



### Unterstützung im digitalen Alltag

In unserem Programm finden Sie zwei verschiedene Smartphonekurse:

Beide Kurse sind zweiteilig und bestehen jeweils aus einem Basiskurs und einem Aufbaukurs. Wer noch gar keine Kenntnisse im Umgang mit dem Smartphone hat, sollte mit einem Basiskurs beginnen. Hier wird sozusagen „bei null“ anfangen und die grundlegenden Funktionen eines Smartphones oder Tablets erklärt.

Auf dem Basiskurs folgt der Aufbaukurs, der sich an Menschen richtet, die Grundkenntnisse im Umgang mit diesen Geräten haben.

Die Kurse werden von zwei verschiedenen Kursleitungen gehalten und unterscheiden sich im Ablauf, nicht in den Ergebnissen: Am Ende des jeweiligen Aufbaukurses haben Teilnehmende gleichwertige Kenntnisse im Umgang mit dem Smartphone erlangt.

### Plötzlich ein Smartphone - Grundeinstellungen bei Android-Geräten (Basiskurs)

Zielgruppe: Einsteiger\*innen ohne Kenntnisse

In diesem Basiskurs wird Ihnen geduldig die Handhabung und Grundeinstellungen ihres Smartphones gezeigt.

Inhalte sind zum Beispiel wie man telefoniert, Nachrichten sendet und empfängt, Fotos aufnimmt und teilt, sowie andere grundlegende Funktionen ihres Geräts. Darüber lernen Sie, wie man die eingebauten Anwendungen nutzt, wie „Kalender“ und „Kontakte“, um Ihren Alltag zu erleichtern.

Außerdem lernen Sie, wie Sie mit Freunden und Familie in Verbindung bleiben.

● Fr, ab 16.02.2024, 10.15 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 104

58,00 €/7,3 UE/2x

Andrea Haalboom

Min/Max-TN 4/6

**241KE50120**

Bei Fragen zu den Smartphone- und Tabletkursen wenden Sie sich bitte an  
Juliane Krohn  
Telefon: 0621 504-2017  
E-Mail: juliane.krohn@ludwigshafen.de



Foto Juliane Krohn\_vhs

Ihre Kursleiterin:  
Andrea Haalboom



Ihr  
Kursleiter:  
Bernd Hoyer

Foto: Gordana Smiljic

## Fit im Umgang mit Tablet oder Smartphone Android-Geräte im Alltag (Aufbaukurs)

Zielgruppe: Einsteiger\*innen mit Grundkenntnissen

In diesem Smartphone-/Tablet-Kurs für Android-Geräte lernen Sie, das Beste aus ihrem Gerät herauszuholen und es an ihre spezifischen Bedürfnisse anzupassen. Mit den richtigen Einstellungen und Anwendungen kann das Gerät noch benutzerfreundlicher und effizienter werden. Wichtige und Sinnvolle Anwendungen (Apps) werden vorgestellt und Sie lernen, wie man diese findet, installiert und benutzt.

- Fr, ab 08.03.2024, 10.15 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 104  
113,00 €/11 UE/3x  
Andrea Haalboom  
Min/Max-TN 4/6 **241KE50121**

STADT  
BIBLIOTHEK



Für alle  
Smartphonekurse  
bitte mitbringen:  
eigenes Smartphone oder  
Tablet mit Ladekabel,  
Benutzername/E-Mail-Adresse,  
PIN/Passwort und eventuell  
dazugehörige  
Unterlagen.

## Basiskurs kompakt: Android für absolute Anfänger\*innen

Zielgruppe: Einsteiger\*innen ohne Kenntnisse

Inhalte sind zum Beispiel wie man telefoniert, Nachrichten sendet und empfängt, Fotos aufnimmt und teilt, sowie andere grundlegende Funktionen ihres Geräts. Darüber lernen Sie, wie man die eingebauten Anwendungen nutzt, wie „Kalender“ und „Kontakte“, um Ihren Alltag zu erleichtern. Individuelle Fragen werden beantwortet.

- Di / Do, 23.04.2024 - 02.05.2024,  
10.15 - 12.30 Uhr  
Weitere Termine: 10.04., 16.04.,  
17.04.2024  
Stadtbibliothek, Bismarckstr. 44-48,  
Raum Ideenw3rk (3.OG)  
93,00 €/12 UE/4x  
Bernd Hoyer  
Min/Max-TN 4/5 **241KE50124**
- Di / Mi, 18.06.2024 - 26.06.2024,  
10.15 - 12.30 Uhr  
Weitere Termine: 19.06., 25.06.,  
26.06.2024  
Stadtbibliothek, Bismarckstr. 44-48,  
Raum Ideenw3rk (3.OG)  
93,00 €/12 UE/4x  
Bernd Hoyer  
Min/Max-TN 4/5 **241KE50126**

Bitte melden  
Sie sich rechtzeitig  
vor Kursbeginn für  
Ihre Kurse an.



## Aufbaukurs kompakt: Android für Anfänger\*innen

Zielgruppe: Einsteiger\*innen mit Grundkenntnissen

In diesem Smartphone-/Tablet-Kurs für Android-Geräte lernen Sie, das Beste aus ihrem Gerät herauszuholen und es an ihre spezifischen Bedürfnisse anzupassen. Mit den richtigen Einstellungen und Anwendungen kann das Gerät noch benutzerfreundlicher und effizienter werden. Wichtige und Sinnvolle Anwendungen (Apps) werden vorgestellt und Sie lernen, wie man diese findet, installiert und benutzt.

- Di - Do, 14.05.2024 - 16.05.2024, 10.15 - 12.30 Uhr

Der Kurs findet an drei aufeinanderfolgenden Tagen statt.

Stadtbibliothek, Bismarckstr. 44-48, Raum Ideenw3rk (3.OG)

69,00 €/9 UE/3x

Bernd Hoyer

Min/Max-TN 4/6

**241KE50125**

## Basiskurs iPhone/iPad für Apple-Geräte

Zielgruppe: Einsteiger\*innen ohne Kenntnisse

Sie lernen, wie man Anwendungen herunterlädt und installiert, um neue Funktionen und Möglichkeiten hinzuzufügen und wie man die Datenschutzeinstellungen konfiguriert, um sicherzustellen, dass ihre persönlichen Daten geschützt sind.

Außerdem lernen Sie, Ihr Smartphone oder Tablet an Ihre spezifischen Bedürfnisse anzupassen.

Zum Beispiel: Schriftgröße und -art ändern, Benachrichtigungseinstellungen individualisieren, Akku sparsam verwenden oder Standort-Tracking-Service deaktivieren.

Bitte mitbringen: eigenes I-Phone oder I-Pad mit Ladekabel, Benutzername/ E-Mail-Adresse, PIN/Passwort und eventuell dazugehörige Unterlagen.

- Fr, ab 12.04.2024, 10.15 - 13.00 Uhr  
Stadtbibliothek, Bismarckstr. 44-48, Raum Ideenw3rk (3.OG)

86,00 €/11 UE/3x

Andrea Haalboom

Min/Max-TN 4/6

**241KE50128**

**Wir möchten es Ihnen noch einfacher machen, den passenden Kurs für Sie zu finden:**

- schnelle Kurssuche
- Kursvorschau
- Informationen
- Online-Anmeldung
- schnell - sicher - zu jeder Zeit



Volkshochschule  
der Stadt Ludwigshafen

**Nutzen Sie unsere  
ONLINE-Anmeldung:  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**





## EDV für Senior\*innen



Foto: Robert Kneschke über Canva.com

### Computer im Alltag - für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Senior\*innen und alle Menschen, die im Umgang mit dem Computer weitere interessante Erfahrungen sammeln möchten. Die Themen werden ausführlich erklärt und es gibt ausreichend Zeit und Ruhe, das Gelernte zu üben, sodass Sie Ihr neues Wissen später selbstständig anwenden können.

Die Grundlagen im Umgang mit dem PC, wie Umgang mit Tastatur und Maus, Ordnerstruktur, Anwendungen starten/ beenden usw., werden vorausgesetzt

Die Kursleitung geht während des Kurses auch auf individuelle Fragestellungen der Teilnehmenden ein.

Der Kurs findet an den PCs der Volkshochschule statt.

- Di, ab 05.03.2024, 9.30 - 11.45 Uhr  
vhs, Raum 108

145,00 €/24 UE/8x

Mark Meck

Min/Max-TN 4/6

**241KE50114**

### Online Banking und bargeldlos Bezahlen mit dem Smartphone (Android oder iOS)



#### Worauf muss ich achten?

In diesem Kurs bekommen Sie auf der einen Seite die Möglichkeiten aufgezeigt, Online-Banking sicher durchzuführen. Auf der anderen Seite erfahren Sie, wie Sie am Smartphone die APP Wallet bedienen und einrichten.

Es werden verschiedene Zahlungsmöglichkeiten aufgezeigt, wie Google Pay, Apple Pay, PayPal, Zahlungsmethoden wie Kreditkarten, Debitkarten, mobile Zahlungs-Apps oder Online-Überweisungen.

Die Kursleitung legt großen Wert auf Sicherheit und auf Aufklärung der Risiken. Sie gehen mit der Kursleitung die jeweiligen Schritte mit Ihrem eigenen Smartphone durch und haben am Ende des Kurses die notwendigen Einstellungen auf Ihrem Handy, sowie das notwendige Wissen, worauf beim bargeldlosen Bezahlen zu achten ist.

Als Voraussetzung für diesen Kurs, sollten Sie die Grundlagen über Internet-Browser und auch Smartphone-Einstellungen kennen, daher nutzen Sie gerne unsere Einführungskurse für Smartphone auf den vorausgehenden Seiten.

- Fr, ab 07.06.2024, 10.15 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 104

58,00 €/7,3 UE/2x

Andrea Haalboom

Min/Max-TN 4/6

**241KE50110**



## Digitales Leben - allgemein

### Sicherheit im Internet - Geräte schützen und Risiken abwehren

Was passiert eigentlich bei einem Angriff aus dem Internet? Welche Rolle spielen dabei Viren, Trojaner & Co. und welche Schutzmöglichkeiten gibt es? Was sind typische Anzeichen für einen Befall des Computers mit Schadsoftware und welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sollten im Ernstfall ergriffen werden? Diese und weitere Fragen im Zusammenhang mit dem Thema Cybersicherheit werden an diesem Termin geklärt. Sie dürfen Ihre individuellen Fragen einbringen und erhalten nützliche Tipps.

Voraussetzungen: PC-Grundlagenkenntnisse wie z.B. sicherer Umgang mit Maus und Tastatur.

- Fr, 22.03.2024, 12.30 - 14.00 Uhr

---

- Online-Termine

---

- 24,50 €/2 UE/1x

---

- Biljana Varzic

---

- Min/Max-TN 4/6 **241KE50129**

### Künstliche Intelligenz: Chancen und Risiken

Das Seminar beginnt mit einer Einführung in den Begriff künstliche Intelligenz (KI). Anhand einfacher Beispiele wird gezeigt, wie einige Algorithmen (z.B. neuronale Netze) der KI funktionieren. Die Teilnehmenden können Programme wie ChatGPT und Bart ausprobieren und die Möglichkeiten und Grenzen dieser Systeme erfahren. Im vorletzten Teil wird darüber gesprochen, dass die Beschäftigung mit KI neue Fragen auch über uns, Menschen, aufwirft. Was bedeutet Intelligenz? Was bedeuten Moral und Kreativität? Zum Schluss werden die Auswirkungen der KI auf unseren Alltag diskutiert.

- Sa, 02.03.2024, 10.00 - 14.30 Uhr

---

- vhs, Raum 108

---

- 49,00 €/6 UE/1x

---

- Wolfgang Höffken

---

- Min/Max-TN 6/10 **241KE50130**

- Sa, 29.06.2024, 10.00 - 14.30 Uhr

---

- vhs, Raum 108

---

- 49,00 €/6 UE/1x

---

- Wolfgang Höffken

---

- Min/Max-TN 6/10 **241KE50131**

### Erstellen von Webseiten ohne Programmierkenntnisse

Sie wollten schon immer eine Webseite oder ein Webshop erstellen, aber haben keine Programmierkenntnisse oder beschränktes Budget? Dann sind Sie hier richtig! In dem Kurs lernen Sie einfach per Mausclick Ihre für Sie angepasste Webseite / Shop zu erstellen. Wählen Sie zwischen einer Vielzahl von Templates (Vorlagen) Ihr favorisiertes Design aus und gestalten diese nach Ihren Wünschen um.

Der Kurs umfasst das Erstellen von Websites/ Shops, Customizing und Internet Adresse Domain.

- Sa, 09.03.2024, 10.30 - 12.30 Uhr

---

- Online-Termine

---

- 47,00 €/2,7 UE/1x

---

- Thilo Herzau

---

- Min/Max-TN 1/8 **241KE50132**

- Sa, 25.05.2024, 14.30 - 16.30 Uhr

---

- Online-Termine

---

- 47,00 €/2,7 UE/1x

---

- Thilo Herzau

---

- Min/Max-TN 1/8 **241KE50133**





Foto: Syda Productions über Canva



## Die Welt der Apps

„Die Welt der Apps“ = holen Sie mehr raus, aus Ihrem Smartphone/Tablet! Apps erfreuen sich großer Beliebtheit! Aber warum? Was ist überhaupt eine App und wie lade ich sie herunter? Nutzen Sie alle Sinne Ihres Smartphones/Tablets! Lernen Sie in diesem Kurs, aus Ihrem Smartphone mehr herauszuholen - ob Staumelder, Blitzer-App, Navigation bis zu Hotels, Tickets, Wander / Radtouren planen oder bestellen und bezahlen per Smartphone.



Lernen Sie, sich besser und schneller zu organisieren. Buchen Sie Ihren Flug und checken Sie z. B. 24 Stunden vorher bequem per App in Ihrem Flugzeug ein. Lernen Sie das Smartphone als Ihren Begleiter besser kennen und nutzen Sie die unendlichen Möglichkeiten praktischer Funktionen für den Alltag.

Behandelt wird auch die Bedienung der Apps, um gezielte Ergebnisse zu bekommen.

Dieser Kurs eignet sich für Anwender, welche bisher nur telefonieren und mehr als WhatsApp kaum nutzen, und Fortgeschrittene, welche auf der Suche nach sinnvollen Apps sind.

Bitte dabei haben: Smartphone/Tablet  
Android/ Apple / Windows

- Sa, 16.03.2024, 14.30 - 16.30 Uhr

Online-Termine

47,00 €/2,7 UE/1x

Thilo Herzau

Min/Max-TN 1/8

**241KE50134**

- Sa, 15.06.2024, 14.30 - 16.30 Uhr

Online-Termine

47,00 €/2,7 UE/1x

Thilo Herzau

Min/Max-TN 1/8

**241KE50135**

**Bei Fragen zu diesen Kursen wenden Sie sich bitte an Galina Plininger.**

**Telefon: 0621 504-2587**

**E-Mail:**

**[galina.plininger@ludwigshafen.de](mailto:galina.plininger@ludwigshafen.de)**



Foto: Syda Productions über Canva.com



### Geld verdienen im Internet durch Verkauften



Internet-Verkaufsplattformen erfreuen sich immer stärkerer Beliebtheit. Allein Ebay hat in Deutschland mehr als sechs Millionen registrierte Mitglieder, die täglich rund eine Million Artikel anbieten bzw. kaufen. Wollen Sie eine Insel ersteigern oder Ihren Familienschmuck zu fairen Preisen verkaufen? Aber auch Bücher sowie Elektronik-Artikel finden Ihre neuen Besitzer über diverse Ankauf-Portale. Evtl. stellen Sie selber Produkte her und/oder möchten diese verkaufen. Dann mache ich Sie mit der aufregenden Welt der Auktion und Internetverkaufshäuser bekannt! Interaktiv werden Text-Formulierung, Artikelbeschreibung und Rechtliches behandelt, welche Sie zum erfolgreichen Verkäufer machen.

Kursinhalt: Kauf und Verkauf bei Online-auktionen; erfolgreiche Strategien beim Bieten und Versteigern / Verkaufen auf Portalen, Text-Formulierungen, Nutzungsbedingungen, Schutz vor unzuverlässigen Bietern und Verkäufern.

Voraussetzungen: Internetgrundkenntnisse

- Sa, 13.04.2024, 10.30 - 12.30 Uhr  


---

 Online-Termine  
 47,00 €/2,7 UE/1x  
 Thilo Herzau  
 Min/Max-TN 1/8 **241KE50136**
  
- Sa, 13.07.2024, 14.30 - 16.30 Uhr  


---

 Online-Termine  
 47,00 €/2,7 UE/1x  
 Thilo Herzau  
 Min/Max-TN 1/8 **241KE50137**



## Apple vs. Windows

Sie tragen sich mit dem Gedanken umzusteigen und die Windows-Welt hinter sich zu lassen, aber haben Angst vor dem Umstieg? Dann sind Sie hier genau richtig!

Apple-Produkte sind schick, sehr stabil, sehr sicher, wertig und lange haltbar! Aber wo sind die Unterschiede gegenüber Windows-Systeme? Welches Apple-Produkt (iMac, Macbook Air, Pro, Mini) ist das Richtige für mich? Sie erhalten in diesem Kurs eine Entscheidungs- / Umzugshilfe bzw. praktische Hilfe und einen Überblick, wo die Unterschiede liegen, und was Sie bei einem Umzug beachten müssen. Behandelt werden die wichtigsten Programme, um Ihre täglichen Office-Aufgaben erledigen zu können. Tauchen Sie ein in die Welt von Apple!

- Sa, 27.04.2024, 14.30 - 16.30 Uhr  
Online-Termine  
47,00 €/2,7 UE/1x  
Thilo Herzau  
Min/Max-TN 1/8 **241KE50138**

- Sa, 08.06.2024, 14.30 - 16.30 Uhr  
Online-Termine  
47,00 €/2,7 UE/1x  
Thilo Herzau  
Min/Max-TN 1/8 **241KE50139**



24



## Zur richtigen Traumstelle durch online Bewerbung



Wer sich nach einem langen Angestelltenverhältnis oder aus der Selbständigkeit bzw. Arbeitslosigkeit neu bewirbt, ist sehr oft unsicher, was die Erwartungshaltung der Unterlagen, sowie das Gespräch und die Ansprache für eine Traumstelle betrifft. Viele Firmen setzen mit Karriereportalen darauf, den richtigen Bewerber schnell zu finden. Dies spart nicht nur Zeit, sondern ist heute auch noch sicherer geworden. Hierzu ist es wichtig, dass die Personalabteilung mit wenig Zeit und Prüfungsaufwand erkennt, dass Sie der Richtige für die ausgeschriebene Stelle sind. Im Schnitt werden max. 3 Minuten für eine Auswahl investiert. Oft sind die Bewerbungen wenig aussagekräftig oder haben nicht den richtigen Bezug zur Stelle. Hier ist die richtige Vorbereitung das A&O. In dem Kurs erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks sowie Bewerbungsportale, wie Sie auch zu interessanten Stellen kommen. Gestaltung, CV, Lebenslauf, Format und Auftritt sind ebenfalls Bestandteile des Kurses.

- Sa, 09.03.2024, 14.30 - 16.30 Uhr  
Online-Termine  
47,00 €/2,7 UE/1x  
Thilo Herzau  
Min/Max-TN 1/8 **241KE50140**

- Sa, 13.07.2024, 10.30 - 12.30 Uhr  
Online-Termine  
47,00 €/2,7 UE/1x  
Thilo Herzau  
Min/Max-TN 1/8 **241KE50141**



## EDV - Grundlagen

### Computer für neugierige Einsteiger

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum allerersten Mal mit dem Computer befassen und keine oder nur geringe Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie anhand von alltagsnahen Beispielen langsam und gründlich den Umgang mit dem Computer.

Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen, starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur. Sie erstellen und speichern kleine Texte mit Word und unternehmen Ausflüge in die Welt des Internets.

Die Inhalte werden sehr ausführlich, in ruhigem Tempo und verständlich vermittelt und zur Vertiefung wiederholt.

Voraussetzungen: keine

- Do, ab 07.03.2024, 18.00 - 20.15 Uhr  
in den Ferien kein Kurs

vhs, Raum 101

132,00 € + 19,15 € Script/18 UE/6x

Mark Meck

Min/Max-TN 5/9

**241KE50142**

## Office Programme

### Office im Büroalltag

Den Büroalltag mit Word, Excel, Outlook, PowerPoint und dem Browser Edge (Internet Explorer) effizient gestalten. So haben Sie Ihren Arbeitsalltag im Griff!

Erstellen Sie Geschäftsbriefe, Protokolle und Berichte mit Word. Automatisieren Sie Ihre Korrespondenz in Word. Verwalten Sie Kontakte und Adressen in Outlook und planen Sie Termine und Besprechungen. Organisieren Sie Aufgaben und Stellvertretungen. Führen Sie Arbeiten mit Excel durch (Berechnungen/Diagramme) und erstellen Sie Präsentationen mit PowerPoint. Außerdem beschaffen Sie sich Informationen aus dem Internet.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit einem PC sowie einfache Kenntnisse in Word, Excel und PowerPoint

- Mi, ab 06.03.2024, 18.00 - 20.15 Uhr  
kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 108

140,00 € + 19,15 € Script/24 UE/8x

Mark Meck

Min/Max-TN 6/9

**241KE50143**

## Ein Geschenk mit Bildungsgarantie

Überraschen Sie Verwandte, Freunde und Bekannte mit einem Geschenkgutschein der vhs Ludwigshafen.

Auch für Firmen zu besonderen Anlässen ein ideales Geschenk.

Bei uns erhalten Sie Geschenkgutscheine für eine bestimmte Veranstaltung oder über einen beliebigen Betrag.

**Sprechen Sie uns einfach an. Wir beraten Sie gerne unter  
Telefon 0621 504-2638**



## Excel - mal etwas anders

Quillt Ihr Desktop und Ihre Lesezeichen auch schon über?

Das wäre dann die Lösung: Excel ist eines der vielseitigsten Programme der Office-Familie. Man kennt es als DAS Rechenprogramm schlechthin und viele schreckt genau dieses ab. Aber haben sie gewusst, das Excel auch ein hervorragendes „Organisationstalent“ besitzt!? - und dass mit viel einfacheren Mittel als man denkt. Dies ermöglicht revolutionäre Strukturmöglichkeiten, wie z.B. das Bündeln von Internet-Informationen, den sofortigen und objektbezogenen Dateizugriff ohne lästiges Suchen. All das sind normalerweise die Probleme des Computeralltags, ob im privaten oder geschäftlichen Bereich. Daher ist der Kurs geeignet für rein Interessierte, von der Bürokräft bis hin zu Firmeninhaber\*innen. Sie werden in jeder Hinsicht Zeit gewinnen und Excel von einer anderen Seite kennenlernen und das ganze ohne Makros, VBA, hochkomplexe Formeln und unendliche Zahlenkolonnen. Bringen Sie Ihre Organisation auf Trapp und lassen Sie sich vom Excel-Fieber anstecken. Excel - ein vielfach unterschätztes Programm - ist lebendiger, als Sie denken.

Zielgruppe: Anwender\*innen mit guten PC-Grundkenntnissen. Vorkenntnisse in Excel sind nicht unbedingt erforderlich. Auch als Firmenkurs möglich.

Bitte mitbringen: USB-Stick, Schreibzeug  
Arbeitsunterlagen inklusive

• Fr, ab 07.06.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 108

58,00 €/8 UE/2x

Christoph Lorenz

Min/Max-TN 6/8

**241KE50118**

**Einzelunterricht am Computer:  
Hier bekommen Sie die  
individuelle Unterstützung,  
die Sie brauchen!**



Foto: Mierny von Getty über Canva.com

## Einzelunterricht am Computer

Die Welt der Computerprogramme, Betriebssysteme usw. stellt für viele Menschen eine Herausforderung dar.

Werden Sie nervös, wenn Sie daran denken, Neues in einer Gruppe zu lernen? Dann kann Einzelunterricht die richtige Lösung für Sie sein! Der Kursleiter konzentriert sich auf Ihre persönlichen Lernbedürfnisse, anstatt Sie mit Programmen und Themen zu überfordern, die für Sie nicht relevant sind. Sie erhalten ganz persönlichen Unterricht, abgestimmt auf Ihre Inhalte, Ihr Wissensniveau und Ihren Lernstil.

Die 90-minütigen Termine (jeweils 2 Unterrichtseinheiten) vereinbaren Sie mit der Kursleitung direkt. Buchen Sie flexibel eine oder mehrere Stunden (zu je 90 min). Der angegebene Preis gilt für 90 Minuten. Sie können sich telefonisch unter 0621 504-2238 anmelden.





Nach der Anmeldung stimmen Sie die genauen Themen mit der Kursleitung ab.

• Mo, 29.01.2024, 8.00 - 20.00 Uhr	
70,00 €/50 UE/	
Mark Meck	
Min/Max-TN 1/50	<b>241KE50144</b>

## Online Einzelunterricht am Computer



Wenn Sie lieber von zu Hause teilnehmen möchten, bieten wir Ihnen auch Online Einzelunterricht. Hier werden 45-minütigen Termine mit der Kursleitung direkt vereinbart. Buchen Sie flexibel eine oder mehrere Stunden (zu je 45 min).



Der angegebene Preis gilt für 45 Minuten. Sie können sich telefonisch unter 0621 504-2238 anmelden. Nach der Anmeldung stimmen Sie die genauen Themen mit der Kursleitung ab.

• Mo, 29.01.2024, 8.00 - 20.00 Uhr	
35,00 €/20 UE/	
Mark Meck	
Min/Max-TN 1/100	<b>241KE50145</b>

Foto: privat



Ihr  
Kursleiter  
Mark Meck



Volkshochschule  
der Stadt Ludwigshafen

## Wir möchten es Ihnen noch einfacher machen, den passenden Kurs für Sie zu finden:

- schnelle Kurssuche
- Kursvorschau
- Informationen
- Online-Anmeldung
- schnell - sicher - zu jeder Zeit

Einfach auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) Ihren gewünschten Kurs aussuchen und Ihre Daten über eine SSL-verschlüsselte Verbindung eingeben.

Achtung: Ihre Anmeldung ist nur erfolgreich, wenn alle Pflichtfelder ausgefüllt werden.

Sie erhalten bei erfolgter Anmeldung eine Benachrichtigung aus dem System.

Danach sind Sie verbindlich angemeldet.

Sollte der Kurs belegt sein, werden wir Sie umgehend benachrichtigen.

**Nutzen Sie unsere  
ONLINE-Anmeldung:  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**





cloud

## Digitales Fundament für starke Weiterbildung

vielseitig und modular

[www.vhs.cloud](http://www.vhs.cloud)



# Grundbildung

Herzlich willkommen  
im vhs-Lerntreff!



## Lesen- und Schreiben lernen ist in jedem Alter möglich.

Die Kurse im Bereich Grundbildung wenden sich an Erwachsene, die ihre Fähigkeiten im Lesen, Schreiben oder Rechnen verbessern möchten. In einem persönlichen und vertraulichen Gespräch wählen wir gemeinsam einen geeigneten Kurs aus und unterstützen Sie auf dem Weg zu weiteren Zielen (z. B. Schulabschluss). Gerne stellen wir auch den Kontakt zu SALuMa e.V., der Selbsthilfegruppe Analphabeten LU/MA her oder geben Auskünfte zum neu gegründeten „Alfa-Bündnis-Rhein-Neckar“ und seinen Aktivitäten in der Region.

### Wenden Sie sich bei Fragen an:

**Petra Paula Marquardt, Telefon 0621 504-2631,**

**Email: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)**

## vhs Lerntreffs in Ludwigshafener Stadtteilen vermitteln Digitale Grundbildung – Lesen und Schreiben lernen mit Computer, Erschließen von Wissen und neuen Lernmöglichkeiten im Internet

In unseren vhs Stadtteil-Lerntreffs machen wir Angebote für Erwachsene allen Alters, die ihre Medienkompetenz, ihre Fähigkeiten im Lesen und Schreiben sowie im mündlichen und schriftlichen Ausdruck verbessern wollen. Jeder ist willkommen, wir fangen ganz individuell dort an, wo jeder steht.

Ein Schwerpunkt des Kurses besteht in der Vermittlung von grundlegenden Fähigkeiten im Umgang mit digitalen Endgeräten, wie das Schreiben mit entsprechenden

PC-Programmen, das Einrichten und Bedienen von Email-Funktionen, kennen lernen von und Umgang mit Lernplattformen, Lernspielen im Internet, Teilnahme an Online-Bildungsangeboten, alles im Hinblick auf die Befähigung der Teilnehmer\*innen zur selbstständigen Nutzung.

Es können gerne, falls vorhanden, eigene digitale Endgeräte mitgebracht werden, im Kurs selbst werden den Teilnehmer\*innen Laptops zur Verfügung gestellt.

Wir kooperieren mit der Selbsthilfegruppe Analphabeten Ludwigshafen/Mannheim - SALuMa e.V., der Ökumenische Fördergemeinschaft Ludwigshafen GmbH, der Protestantischen Kirche in Ludwigshafen und der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.



**AlphaDekade**  
2016 – 2026

GEFÖRDERT VOM



**Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung**





## vhs-Lerntreff Mundenheim-West

### Digitale Grundbildung

- Sa. 14.00 bis 15.30 Uhr, ab 03.02.24
- 
- Haus der Begegnung Mundenheim-West, Wachtenburgstr.3a, LU
- 
- Elfriede Haller
- 
- Kostenfrei/2 UE/1x
- 
- Min/Max-TN 5/8 **241LA70105**



Eli und Oli

Foto: Paula Marquardt

## vhs-Lerntreff Bayreuther-Straße

### Digitale Grundbildung

- Sa.10.00 - 11:30 Uhr, ab 17.02.23
- 
- Spiel- und Lernstube Abenteuerland
- 
- Oliver Heine oder Elfriede Haller
- 
- Bayreuther Straße 47
- 
- Kostenfrei/2 UE/1x
- 
- Min/Max-TN 5/8 **241LA70109**



Eli und Martina

Foto: Paula Marquardt

## vhs-Lerntreff Mundenheim

### Digitale Grundbildung/Frauenkurs, ab 23.02.24

- Di, 30.01.2024, 16.00 - 18.00 Uhr
- 
- Prot. Jugendkirche, Café Asyl
- 
- Ludwig-Börne-Straße 2
- 
- Elfriede Haller
- 
- Kostenfrei/2 UE/1x
- 
- Min/Max-TN 5/8 **241LA70106**

## vhs-Lerntreff Innenstadt

### Digitale Grundbildung

- Fr. 12.00 - 13.30
- 
- vierzehntägig 12.00 - 16.30 Uhr
- 
- Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73)
- 
- Raum 3A
- 
- Elfriede Haller
- 
- Kostenfrei/2 UE/1x
- 
- Min/Max-TN 5/8 **241LA70108**

## vhs-Lerntreff Mundenheim

### Digitale Grundbildung/Männerkurs ab 23.02.24

- Di, 30.01.2024, 16.00 - 18.00 Uhr
- 
- Prot. Jugendkirche, Café Asyl
- 
- Ludwig-Börne-Straße 2
- 
- Oliver Heine
- 
- Kostenfrei/2 UE/1x
- 
- Min/Max-TN 5/8 **241LA70107**



Eli und SALuMa e.V.

Foto: Paula Marquardt

Grundbildung





## Lesen und Schreiben verbessern - für Teilnehmer\*innen, die bereits über Kenntnisse verfügen, diese aber weiter ausbauen und vertiefen wollen.

Im Kurs können Sie Ihre Kenntnisse im Lesen und Schreiben auffrischen, vertiefen und weiter ausbauen. Wir orientieren uns dabei an Ihren individuellen Lernvoraussetzungen und Wünschen. Wir nutzen Texte aus den Themenbereichen, wie Ernährung, Gesundheit, Recht und Schriftverkehr mit Behörden und Ämtern. Gerne können eigene Texte und Briefe, aber auch Beipackzettel von Medikamenten und Gebrauchsanweisungen mitgebracht werden. An diesen Texten üben wir Textverständnis, handschriftliches Erfassen, Rechtschreibung, Grammatik und Zeichensetzung. Auf Wunsch und in geschütztem Rahmen gehört auch das laute Vorlesen von Texten dazu. Des Weiteren erlernen die Teilnehmer\*innen bei Bedarf den Umgang und das Schreiben mit digitalen Endgeräten, sowie den Umgang mit verschiedenen Anwendungen im Internet.

- Mo, ab 05.02.2024, 16.00 - 19.00 Uhr  
Donnerstags 16.00 bis 19.00 Uhr  
Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73),  
Raum 3 A  
36,25 €/0 UE/2x  
Elfriede Haller  
Min/Max-TN 5/12 **241LB70101**



Bei Fragen wenden Sie sich an:  
**Petra Paula Marquardt,**  
Tel. 0621-504-2631,  
Email: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)

## vhs Lerntreff im Quartier Innenstadt: „Offener Buch- und Leseclub in einfacher Sprache“

Hier finden Erwachsene und auch Eltern mit Kindern geeignete Bücher in einfacher Sprache zum Schmökern, Lesen, und Vorlesen und Ausleihen. Gemeinsam lesen wir alles, von Kinderbüchern, Comic, Romanen bis hin zu Poesie und Weltliteratur und sprechen im Anschluss darüber. Nicht in den RLP-Ferien.

- Mi, ab 31.01.2024, 14.00 - 17.30 Uhr  
freitags 12.00 bis 14.30 Uhr  
Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73),  
Raum 3 A  
Kostenfrei/171,3 UE/43x  
Thorsten Böhler / Sirikit Schorer /  
Elfriede Haller  
Min/Max-TN 5/9 **241LB70106**



## vhs Lerntreff im Quartier Innenstadt: Offener Alpha-Selbsthilfetreff jeden ersten Mittwoch im Monat

Sie haben Probleme mit der Post? Können nicht oder nur mühsam lesen und schreiben? Sie trauen sich nicht an den Computer? Das war bei uns genauso. Wir haben erst als Erwachsene in der vhs Lesen und Schreiben gelernt. Wir laden Sie herzlich ein in unsere lockere Runde! Auch wenn Sie sich nicht in einen Kurs trauen, kommen Sie erstmal zu uns. Wir helfen auch gerne bei der Bewältigung von Alltagsproblemen. Voneinander lernen ist hier die Devise! Die Kursleiter\*innen sind Mitglieder der Selbsthilfegruppe Analphabeten Ludwigshafen-Mannheim.

**Hinweis:** Sie können die Selbsthilfegruppe SALuMa auch telefonisch unter 0157 41462521 erreichen.

Nicht in den RLP Ferien.

- Mi, ab 07.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
jeden ersten Mittwoch im Monat

Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73),  
Raum 3 A

Kostenfrei/30 UE/15x

Thorsten Böhler / Gudrun Völker /  
Sirikit Schorer

Min/Max-TN 5/9

**241LB70107**



## Vom Tellerwäscher zum Überflieger...

- Anzeige -



Machen Sie mehr aus Ihrem Talent: [www.weiterbildungsportal.rlp.de](http://www.weiterbildungsportal.rlp.de)



WEITERBILDUNGSPORTAL  
RHEINLAND-PFALZ



Rheinland-Pfalz  
DIE LANDESREGIERUNG



*Eli und SALuMa e. V.*



Foto: Paula Marquardt



[www.alpha.rlp.de](http://www.alpha.rlp.de)



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, TRANSFORMATION  
UND DIGITALISIERUNG



## AlphaPortal

Grundbildung und Alphabetisierung  
in Rheinland-Pfalz



Werden Sie Mitglied im Alfabündnis!



Foto: pixabay, cco-Lizenz

## Treffen Alfabündnis Rhein Neckar

In regelmäßigen Abständen findet ein Treffen der aktiven Mitglieder im Alfabündnis-Rhein-Neckar statt. Hier werden Informationen ausgetauscht und gemeinsame Veranstaltungen und Aktionen der Öffentlichkeitsarbeit geplant und umgesetzt.

Haben Sie oder Ihre Einrichtung Interesse an der Teilnahme, melden Sie sich gerne bei der vhs unter 0621/504-2631 bei Petra Paula Marquardt.

Die Termine ab Frühjahr 2024, in der Regel an einem Freitag von 13.00 bis 15.00 Uhr, werden rechtzeitig auf unserer Webseite [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) mitgeteilt.

- Fr, 23.02.24 13.00 - 15.00 Uhr

Die Folgetermine werden auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) veröffentlicht

Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73),  
Raum 3 A

Kostenfrei/2,3 UE/1x

Elfriede Haller / SALuMa e.V.

Min/Max-TN 07/30 **241LC70102**

## Funktionaler Analphabetismus - Kompaktwissen

Das Fortbildungsseminar vermittelt in kompakter Form Hintergrundinformationen zum Analphabetismus in Deutschland (Ursachen, Erscheinungsformen und Unterstützungsmaßnahmen). Zudem gibt es hilfreiche Praxistipps, wie Sie Betroffene besser erkennen, ansprechen, vermitteln und begleiten können.

Wir bieten diese Veranstaltung auf Anfrage an, bei uns an der vhs oder gerne auch als Inhouse-Veranstaltung für Ihre Mitarbeiter\*innen, ihre Belegschaft, Schulkasse oder Studierenden.

Setzen Sie sich bei Interesse bitte mit Petra Paula Marquardt Tel. 0621/504-2631, Email: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) in Verbindung.

- Termine auf Anfrage

Kostenfrei/4 UE/2x

Elfriede Haller / SALuMa e.V.

Min/Max-TN 5/15 **241LC70103**





## Funktionaler Analphabetismus: Schulung für Berater\*innen

Mitarbeiter\*innen im Jobcenter, in Behörden, sozialen Einrichtungen oder Unternehmen etc. sind nicht selten mit Menschen konfrontiert, die nur sehr schlecht bis gar nicht lesen und schreiben können, dies aber aus Angst und Schamgefühl verschweigen und Vermeidungsstrategien praktizieren. Dadurch wird die Zusammenarbeit sehr schwierig, es entstehen Missverständnisse und Folgeprobleme. Doch wie können im „Verdachtsfall“ die Betroffenen auf das heikle Thema adäquat angesprochen und sinnvoll unterstützt werden?

Das Fortbildungsseminar vermittelt zuerst Hintergrundwissen zum Thema Funktionaler Analphabetismus und bietet dann Gelegenheit, Möglichkeiten der Ansprache von Betroffenen passend zum eigenen beruflichen Kontext zu entwickeln. Mitglieder des Selbsthilfevereins SALuMa e.V., als Experten\*innen in eigener Sache und unsere Dozentin begleiten diese Prozesse. Darüber hinaus werden Materialien und Adressen für Unterstützungsmöglichkeiten zur Verfügung gestellt und Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit aufgezeigt, wie das Thema in der eigenen Institution sichtbar gemacht werden kann.

Wir bieten diese Veranstaltung auf Anfrage an, bei uns an der vhs oder gerne auch als Inhouse-Veranstaltung für Ihre Mitarbeiter\*innen, ihre Belegschaft, Schulkassen oder Studierenden.

- Termine auf Anfrage

Kostenfrei/8 UE/1x

Elfriede Haller / SALuMa e.V.

Min/Max-TN 8/15

**241LD70101**

## Kurse in Kooperation mit den Ludwigshafener Werkstätten

### Lesen und Schreiben für Menschen mit Behinderung (Anfänger)

- Mo, ab 22.01.2024, 10.00 - 11.30 Uhr,  
Mo und Fr, 10.00 - 11.30 Uhr

Ludwigshafener Werkstätten,  
Rheinhorststr. 30

Yvonne Sigrid Höß / Barbara Schlupp

Min/Max-TN 5/12

**241LW70105**

### Lesen und Schreiben für Menschen mit Behinderung (Fortgeschrittene)

- Mo, ab 04.09.2024, 12.45 - 15.00 Uhr,  
Mo und Di, 12.45 - 15.00 Uhr

Ludwigshafener Werkstätten,  
Rheinhorststr. 30

Yvonne Sigrid Höß / Barbara Schlupp

Min/Max-TN 5/12

**241LW70106**

Die Angebote  
sind für Beschäftigte  
der Ludwigshafener Werkstätten  
kostenfrei. Externe sind  
willkommen, müssen aber einen  
anteiligen Beitrag zahlen.  
Bei Interesse nehmen Sie Kontakt  
auf zu: Petra Paula Marquardt,  
Tel. 0621/504-2632,  
Email: [petra-paula.marquardt@  
ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)



# Politik, Gesellschaft und Umwelt

Gemeinsam hoffen und handeln – für Menschenrechte, Demokratie, Natur- und Klimaschutz!



## vhs: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeinen Engagements für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik, Gesellschaft und Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden

**Weitere Informationen zu den Angeboten erhalten Sie bei:  
Petra Paula Marquardt, 0621 504-2631,  
E-Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)**



Quelle: Petra Paula Marquardt

## (K)ein Platz für Hoffnung?! Festival der Hoffnung auf dem Ernst-Bloch-Platz in Ludwigshafen

Umzingelt von Yorckstraße, S-Bahnbrücke und Walzmühle liegt im Schatten des Yorck-Hochhauses der Ernst-Bloch-Platz. Vielen unbekannt und kein Ort zum Verweilen. Im Gegenteil ein Platz zum schnell dran vorbei und drüber weg Eilen, in Richtung S-Bahn, Berliner Platz - in die Stadt oder raus aus ihr. Und doch im Sinne Blochs, dem berühmten Namensgeber, gerade als Raum im „Dazwischen“, ein Ort mit hoffnungsvollem Potential.

Diese Möglichkeiten wollen wir mit einem „Festival der Hoffnung“, mit Kunst, Musik und gemeinsamen Aktionen am Sams-





tag, den 8. Juni 2024 zum Vorschein bringen und den Ernst-Bloch-Platz zu einem Ort der Begegnung und konkreten Utopien machen...

Das „Festival der Hoffnung“ ist eine Kooperation des Bloch-Zentrums Ludwigshafen mit der Integrierten Gesamtschule Ernst-Bloch und der vhs-Ludwigshafen. Weitere Partner\*innen werden angefragt und sind herzlich willkommen.

Sie finden weitere Informationen rechtzeitig auf unserer Webseite [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

- Sa, 08.06.2024

Ernst-Bloch-Platz,  
67061 Ludwigshafen

**241AA10000**



Jetzt noch einfacher den passenden Kurs finden: Nutzen Sie unsere ONLINE-Anmeldung [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Geschichte/Stadtgeschichte

### Hoffen und Handeln: Der Kampf um den 8-Studentag beim große Streik in der BASF 1924

In seinem Hybrid-Vortrag erinnert Dr. Klaus Jürgen Becker an den großen Streik 1924 in der BASF bei dem im Kampf um den 8-Studentag am 06. März 1924 zwei Arbeiter bei der Räumung des Werkes von der Polizei erschossen wurden. Der Vortrag findet in Präsenz und via Live-Stream auf youtube statt. Anmeldung erforderlich. Bitte geben Sie uns Bescheid, ob Sie in Präsenz oder online teilnehmen wollen.

- Mi, 06.03.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG oder via Live-Stream

5,00 €/2 UE/1x Abendkasse oder bei Online Teilnahme Lastschriftmandat  
Dr. Klaus Jürgen Becker

Min/Max-TN 10/100 **241AA10101**

### Die Hoffnung nicht verlieren - Überleben in Ludwigshafen 1943 bis 1945.

#### Führung durch die Stadtgeschichte

Die circa dreistündige Führung beginnt um 10.00 Uhr mit einer historischen Einführung im Stadtarchiv. Dann starten wir zu einem Spaziergang entlang der architektonischen Zeitzeugen des Zweiten Weltkriegs in Süd, Mitte und West und enden mit einer Innenbesichtigung des Bunkers in der Valentin-Bauer-Straße. Um Anmeldung unter Telefon 0621 504-2238, Email: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de) oder online auf [www.vhslu.de](http://www.vhslu.de) wird gebeten. Die Teilnehmeranzahl ist auf 15 begrenzt.

- Sa, 27.04.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Start der Führung am Stadtarchiv, Rottstraße 17, 67061 Ludwigshafen  
10,00 €/2 UE/1x

Dr. Klaus Jürgen Becker

Min/Max-TN 8/15 **241AA10102**



## LU-CITY-SPIELT - spielen(d) lernen

Spielen will gelernt sein  
und beim Spielen mit  
Spaß und Spannung  
lernen Menschen viel!  
In diesem Sinne lädt  
die vhs in Kooperation mit  
„Vorderpfalzspielt!“ am  
Sa., 16.03.2024 von 14.00 bis 20.00 Uhr  
zum ersten Mal ein zu „**LU-City spielt!**“



Willkommen sind alle interessierten  
Menschen! Große und kleine, junge und  
ältere, mit Familie, Freund\*innen oder  
alleine – alle erhalten unter der fachkun-  
digen Anleitung unserer „Erklärbaren“  
die Möglichkeit in geselliger Runde neue  
Spiele kennen zu lernen.

Für Getränke und Speisen zu moderaten  
Preisen wird gesorgt sein. Eintritt frei!

- Sa, 16.03.2024, 14.00 - 20.00 Uhr,  
vhs-LU, Vortragssaal  
8 UE/1x

Min/Max-TN 20/150 **241AA1004**

## Pub Quiz „Hope and Democracy“ im Irelands Own (angefragt)

Wir verlegen die vhs ins Pub und laden ein  
zum Pub-Quiz „Hope and Democracy“.  
Es gilt in Teams vielfältige Aufgaben zu  
lösen, die mal Wissen, mal Kreativität oder  
Geschicklichkeit verlangen! Zu gewinnen  
gibt es neben tollen Preisen, eine Menge  
Spaß und neues Wissen!

Auch wenn beides noch nicht feststeht,  
seien Sie zur rechten Zeit am rechten Ort!

Wir hoffen auf das wunderbare „Irelands  
Own“ in Ludwigshafen und halten Sie auf  
dem Laufenden unter: [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

- **241AA1005**



Bildnachweis: Samuel Debus

## Kein Spiel“ - ein Krimi-Thriller aus der Region

Fünf Freunde treffen sich in einer einsam  
gelegenen Familienvilla um mit einem Kri-  
midinner Geburtstag zu feiern. Doch aus  
Spaß und Spiel wird unvermittelt blutiger  
Ernst. Einer der Freunde liegt ermordet im  
Bad - kein Spiel! Und schnell wird klar, er  
Mörder kann nur einer von ihnen sein. „Kein  
Spiel“ ist das Spielfilmdebüt von Szene9,  
einem Kollektiv von circa 40 jungen Leuten  
aus Worms und Umgebung. Wir sprechen  
mit Benedict Schutz (Regisseur), Christian  
Mayer (Produzent) und Samuel Debus (Ka-  
mera) über den Entstehungsprozess und  
laden dann zu einem stimmungsvollen  
Filmerebnis mit Weinen aus der Region  
und süß/salzigen Popcorn. Der Eintritt von  
7,00 Euro kommt den jungen Filmema-  
cher\*innen zu Gute. Um Anmeldung unter  
Tel. 0621 504-2238 oder online auf  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) wird gebeten. Abendkasse.

Wir halten Ausschau nach einer angemes-  
senen, gerne auch ungewöhnlichen Loca-  
tion für diese Veranstaltung!

Termin und Ort in Kürze unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de).

- **241AA1003**





**Gemeinsam hoffen und handeln –  
für Menschenrechte,  
Deeskalation und Zivilcourage!**



**Gemeinsam für die Menschenrechte!  
Was macht Amnesty International  
in LU?**

Die Arbeit von Amnesty International, der weltweit größten Menschenrechtsbewegung, beruht auf der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte, die 1948 von der UNO beschlossen wurde.

Die Organisation steht an der Seite derer, denen diese Menschenrechte vorenthalten werden, die inhaftiert und verfolgt werden, weil sie für diese elementaren Rechte kämpfen. Amnesty International setzt sich aber nicht nur für Einzelne ein, sondern wirkt auch darauf hin, dass durch Gesetze die Menschenrechte garantiert sind und eingeklagt werden können. Dabei nimmt Amnesty International eine überparteiliche Position ein und legt Wert auf seine Unabhängigkeit. Deshalb finanziert es sich allein aus Spenden.

Monatlich treffen sich die Gruppenmitglieder der Ortsgruppe Ludwigshafen am Rhein zu einem Austausch über ein spezielles Menschenrechtsthema.

Interessiert es Sie, wie sich Amnesty International für die Durchsetzung aller in der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte formulierten Rechte einsetzt? Möchten Sie erfahren, welche

Auswirkungen diese Aktionen haben? Dann kommen Sie zu einer oder mehreren Veranstaltungen der Reihe „Gemeinsam für die Menschenrechte“, die monatlich an folgenden Terminen, jeweils von 19.00 Uhr bis 19:45 stattfinden: 05.02.24, 11.3.24, 08.4.24, 6.5.24, 03.6.24, 01.7.24, 5.8.24 und 2.9.24

Anschließend werden gemeinsame Aktionen entwickelt und geplant, sowie die nächsten Treffen besprochen. Gerne können Sie auch an diesen Gruppengesprächen teilnehmen.

Wenn Sie an einem oder mehreren Terminen von „Gemeinsam für die Menschenrechte“ teilnehmen möchten, bitten wir um Anmeldung bei der vhs unter Tel. 0621 504-2238 oder online

- Mo, ab 05.02.2024, 19.00 - 19.45 Uhr  
vhs, Raum 107  
Kostenfrei/5 UE/5x  
Gabriele Renneisen / Fazli Degirmenci  
Min/Max-TN 1/20 **241AA10201**



**Jetzt noch einfacher den passenden Kurs finden:  
Nutzen Sie die ONLINE-Anmeldung**

- schnelle Kurssuche
- Kursvorschau
- Informationen
- Online-Anmeldung
- schnell - sicher - zu jeder Zeit

**www.vhs-lu.de** 

Politik, Gesellschaft und Umwelt



## Frauenrechte sind Menschenrechte

Kurz vor dem Internationalen Frauentag am 8. März nehmen wir als Ludwigshafener Amnesty-Gruppe die Rechte von Frauen in den Blick. Während in Deutschland rechtlich eine weitgehende Gleichstellung erreicht wurde, werden Frauen in vielen Ländern elementare Rechte wie Selbstbestimmung, Bildung oder Freizügigkeit versagt. Frauen sind weltweit sexualisierter Gewalt ausgesetzt und müssen vielerorts um ihr Leben fürchten, nur weil sie Frauen sind.

An diesem Abend erhalten Sie einen Überblick, in welchen Bereichen Frauen Menschenrechte vorenthalten werden und wo die Ursachen dafür liegen. Ein besonderer Akzent liegt an diesem Abend auf der Situation der Frauen im Iran.

- Mo, 04.03.2024, 19.00 - 20.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Moni Rehg / Claudia Lenz

Min/Max-TN 8/80 **241AA10202**

## Grundlagen und Einführung - Deeskalation, Selbstbehauptung und Konflikttraining

Auseinandersetzungen finden auf verschiedenen Ebenen statt. Immer mehr Konflikte zwischen den Konfliktparteien scheinen jedoch in einer körperlichen Auseinandersetzung mit Gefahr für Leib und Leben zu eskalieren. Diese Konflikte lassen sich nicht auflösen und wir können plötzlich körperlich attackiert werden, ohne reagieren zu können. Dabei kann jeder, ob Jung oder Alt, zum Opfer werden. Wir vermitteln Hintergründe und Strategien in Umgang mit solchen schwierigen Situationen.

Inhalte: Problemanalyse, unterschiedliche Konfliktebenen und Gefahrenzonen, Verhalten vor, in und nach einem Konflikt, Eigen- und Fremdwahrnehmung, Verhalten unter Stress, Körpersprache, Verhältnismäßigkeit der Eigensicherung, Konflikttraining, Selbstverteidigung. Methoden: Vortrag und praktische Übungen Bitte möglichst robuste Alltagskleidung tragen.

Deeskalationstrainer: Bernd Israng, Dipl. Sozialpädagoge, Ausbildung u. a. in Karate, Instructor Reality-Based Personal Protection nach Jim Wagner

Oliver Sprinz, Polizeihauptkommissar, Ausbildung u.a. in Karate und Muay Thai, Polizeieinsatztrainer.

Ein neuer Termin Anfang 2024 wird in Kürze bekannt gegeben.

- Sa, 13.01.2024, 9.30 - 15.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG

Kostenfrei/8 UE/1x

Bernd Israng / Oliver Sprinz

Min/Max-TN 8/20 **241AA10204**

## Weiterführung und Vertiefung - Deeskalation, Selbstbehauptung und Konflikttraining

Dieser Kurs ist für diejenigen geeignet, die bereits die Grundlagen und Einführungsveranstaltung 241AA10204 davor besucht haben zu Deeskalation, Selbstbehauptung und Konflikttraining besucht haben! Die dort vermittelten Inhalte und Trainingselemente werden vertieft, weiter ausgebaut und anhand von individuellen Situationen geübt und analysiert.

- Sa, 03.02.2024, 9.30 - 15.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG

Kostenfrei/8 UE/1x

Bernd Israng / Oliver Sprinz

Min/Max-TN 8/20 **241AA10205**



## Argumentationstraining gegen Vorurteile und Rassismus

In einer sich wandelnden Gesellschaft und vor dem Hintergrund der aktuellen Situation der Zunahme von geflüchteten Menschen vor Ort nimmt auch in digitalen Medien die rechts-populistische Meinungsmache zu und nimmt eine starke Präsenz im Alltag ein. Manche dieser Äußerungen sind eine Mischung von Halbwahrheiten, Lügen und Verdrehungen und werden mit Vehemenz vertreten. Von manchen Parolen fühlt man sich überrumpelt und ist nicht immer in der Lage spontan zu reagieren. Das Argumentationstraining gegen Vorurteile und Rassismus ist als Denk-Werkstatt konzipiert. Es kann als „Labor“ genutzt werden, in welchem Argumente erprobt und Gegenstrategien entworfen werden. Es möchte die individuelle argumentative Sicherheit erhöhen und dazu ermutigen, für Toleranz sowie für eine zivile politische Kultur einzutreten. Die Arbeitsatmosphäre im Seminar ist partizipativ und zieloffen. Als Werkzeug bekommen die Teilnehmenden theoretische Impulse und Methoden vermittelt. Es wird geübt, die eigene Position argumentativ, auch gegen Widerstände, zu vertreten und die Deutungshoheit im Sinne von demokrati-

schen Wertvorstellungen zu behalten. Es werden Methoden eingeübt, die dabei unterstützen, gewalttätigen, diskriminierenden und fremdenfeindlichen Parolen effektiv entgegenzutreten. Handlungsmöglichkeiten werden erprobt und können individuell weiterentwickelt werden. Zielgruppen sind Menschen aus pädagogischen Arbeits- oder Lernkontexten, Vereinen, Institutionen, dem Ehrenamt und alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Das 2-Tagesseminar wird von zwei ausgebildeten Argumentationstrainer\*innen durchgeführt und findet in einer Gruppenstärke von etwa 20 Personen statt.

Das Argumentationstraining wird vom Rat für Kriminalitätsverhütung der Stadt Ludwigshafen in Kooperation mit der vhs und der Leitstelle Kriminalprävention des Innenministeriums Rheinland-Pfalz veranstaltet.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

- Fr, ab 12.04.2024, 15.30 - 19.00 Uhr  
Samstag, 13.04.24, 09.30 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/14 UE/2x  
Andrea Barie / Erwin Ress  
Min/Max-TN 10/20 **241AA10203**





## Zivilcourage trainieren!

Wo Menschen zusammenleben, können Situationen entstehen, die mit Ausgrenzung, Diskriminierung oder Gewalt einhergehen. Sich äußern, sich einmischen, eingreifen - das bedeutet Einsatz für ein friedliches, respektvolles und demokratisches Miteinander und erfordert Zivilcourage.

Das Training ermutigt Menschen Zivilcourage zu zeigen, vermittelt hilfreiche Informationen und bietet Raum zur praktischen Übung. Grundlage des Zivilcourage-Trainings bildet das sozialpsychologisch fundierte Göttinger Zivilcourage-Impuls-Training (GZIT).

Der Workshop findet in Kooperation der vhs Ludwigshafen mit dem Zivilcourage „Netzwerk Rheinland-Pfalz“, dem „Rat für Kriminalitätsverhütung der Stadt Ludwigshafen am Rhein“ statt und wird von der Leitstelle Kriminalprävention Rheinland-Pfalz unterstützt.

- Sa, 04.05.2024, 9.30 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/8 UE/1x  
Andrea Barie / Erwin Ress  
Min/Max-TN 10/16 **241AA10206**

## Für Frauen

### Grundlagen: Selbstbehauptung, Resilienz und Anti-Mobbing-Training für Frauen

Wie kann ich mich selbst stärken und souveräner mit Situationen umgehen, in denen ich mich verunsichert, verletzt oder auch provoziert und angegriffen fühle? Wie kann ich einen achtsamen Umgang mit mir selbst und meiner Gesundheit und mehr Selbstbewusstsein entwickeln?



Ihre Dozentin  
Martina Hipp

Foto: privat

Was sind meine Ziele und wie finde ich zu meiner Energie und zu einem klaren Fokus, diese auch zu erreichen?

Das Training ist für Frauen allen Alters gedacht, die diese Fragen persönlich, familiär oder beruflich beschäftigen.

Das Training wird geleitet durch unsere erfahrene Dozentin Martina Hipp, mit langjähriger Erfahrung in Selbstbehauptung- und Resilienztraining für Erwachsene, Einzel- und Familiencoaching, Mental- und Motivationstraining, sowie Antirassismus- und Anti-Mobbing-Training an Schulen.

Zertifizierte Trainerin für Selbstbehauptung- und Resilienz bei Daniel Duddek sowie Abschlusszertifikat für Pädagogik und Sozialberufe Trauma und Traumafolgestörungen.

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0621/504-2238 oder online auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

Weiter Infos bei Petra Paula Marquardt unter Tel. 0621/504-2631 oder [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)

- Sa, 17.02.2024, 10.00 - 14.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
20,00 €/4 UE/1x  
Martina Hipp  
Min/Max-TN 7/12 **241AA10703**



## Vertiefung: Selbstbehauptung, Resilienz und Anti-Mobbing-Training

Das Vertiefungsseminar „Selbstbehauptung, Resilienz und Anti-Mobbing-Training“ für Frauen baut auf dem Grundlagen-Training vom 17.02.24 auf. Übungen und Vorsätze, die vom Grundlagenseminar mit nachhause genommen wurden, werden nun besprochen und daraufhin betrachtet, ob sie bereits hilfreich waren oder ob noch Aspekte und Handlungsstrategien fehlen. Inhalte und Übungen werden vertieft, weitergeführt und auf die eigene Lebenssituation bezogen.

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0621/504-2238 oder online auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

Weiter Infos bei Petra Paula Marquardt unter Tel. 0621/504-2631 oder [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)

- Sa, 16.03.2024, 10.00 - 14.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
20,00 €/4 UE/1x  
Martina Hipp  
Min/Max-TN 7/12 **241AA10704**

## Queer/LGBTQA

### Selbstbehauptung, Resilienz und Anti-Diskriminierungstraining für FLINTAs

Die Veranstaltung richtet sich an frauenliebende FLINTA, die in ihrem persönlichen und gesellschaftlichen Umfeld Ausgrenzung und Anfeindungen erlebt haben und nach Wegen suchen, sich mental und motivational wieder aufzubauen und zu stärken. Wie kann ich mich souveräner gegen die Zuschreibung einer Opferrolle von außen wehren, mich selbst behaupten, wie ich bin und sein möchte, ohne mich ständig auf Hab-Acht und

unter Rechtfertigungszwang zu fühlen. Wie kann ich einen achtsamen Umgang mit mir selbst und meiner Gesundheit entwickeln und selbstbewusster meine Ziele verfolgen? Womit ist es mir ernst und wo entwickle ich meinen Sinn für Humor im Umgang mit meinen und den Unzulänglichkeiten anderer? Diesen Fragen gehen wir nach und erhalten praktische Impulse durch das Training. Wir achten während der Veranstaltung auf Namen und Pronomen der Teilnehmer\*innen und eine intersektionale Perspektive.

Leitung: Martina Hipp, langjähriger Erfahrung in Selbstbehauptung- und Resilienz-Training für Erwachsene, Einzel- und Familiencoaching, Mental- und Motivations-Training, Antirassismus- und Anti-Mobbing-Training an Schulen. Zertifizierte Trainerin für Selbstbehauptung- und Resilienz bei Daniel Duddek sowie Abschlusszertifikat für Pädagogik und Sozialberufe Trauma und Traumafolgestörungen.

Die Veranstaltung findet im Rahmen von OPEN DYKES 2024 statt.

Anmeldung erforderlich unter Telefon 0621/504-2238 oder online auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de).

Weitere Infos bei Petra Paula Marquardt unter Telefon 0621/504-2631 oder [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)

- Sa, 20.04.2024, 10.00 - 14.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
20,00 €/4 UE/1x  
Martina Hipp  
Min/Max-TN 7/12 **241AA10705**







## Offen lesbisch bei der Polizei

Diana Gläßer (angefragt) von der Ansprechstelle der Polizei des Landes Rheinland-Pfalz für lesbische, schwule, bisexuelle, transidente und intergeschlechtliche Menschen (AS LSBTI\*) berichtet von ihren persönlichen Erfahrungen als lesbische Frau bei der Polizei und von ihrem Einsatz für queere Menschen in RLP. In diesem Zusammenhang informiert sie auch über den aktuellen Stand queerfeindlicher Gewalt im Land.

Die Veranstaltung findet im Rahmen von OPEN DYKES an der vhs-Ludwigshafen statt.

- Der genaue Termin wird noch unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) bekannt gegeben.

Kostenfrei/2 UE/

Diana Gläßer

Min/Max-TN 10/80

**241AA10706**



**Bitte meldet Euch  
frühzeitig an!**

## Warum brauchen wir eine queer-sensible Altenhilfe? - Information und Erfahrungsaustausch

In Deutschland leben ca. 1 Millionen über 65-Jährige, die sich als LGBTQA+ identifizieren. Viele von ihnen verbindet die gemeinsame Erfahrung von Ablehnung, Ausgrenzung, Diskriminierung, Denunziation und teilweise auch von Gewalt und Strafverfolgung aufgrund ihrer sexuellen und/oder geschlechtlichen Identität. Viele haben die gesellschaftliche Ablehnung im Laufe ihres Lebens internalisiert.

Um nicht auch in einer Pflegeinstitution diese negativen Erfahrungen machen zu müssen, bleiben viele „unsichtbar“, indem sie ihre LGBTQA+ Identität verstecken. Eine Biografie orientierte Pflege ist so nicht möglich, daher bedarf es Sichtbarkeit in Pflegeinstitutionen: „Wir sind QUEER-SENSIBEL“. Um dies zu erreichen, muss kontinuierliche Aufklärungsarbeit bei den Pflegeinstitutionen geleistet werden, unabhängig ob stationär, ambulant oder in der tagespflegerischen Versorgung.

Die spezifischen Bedürfnisse queerer Menschen in der Pflege kennenzulernen und der Erfahrungsaustausch der Fachkräfte sind Anliegen der Informationsveranstaltung. Dabei soll auch eine Zertifizierungsmöglichkeit vorgestellt werden, mit der eine Einrichtung in Ludwigshafen erfolgreich arbeitet.

Die Veranstaltungen richten sich an Einrichtungsleitungen und Pflegekräfte von ambulanten und stationären Einrichtungen gleichermaßen.

- Do, 25.07.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Kostenfrei/2 UE/1x

Joachim Schulte

Min/Max-TN 8/80

**241AA10708**



## Paradiesische Hoffnung oder apokalyptischer Untergang und Neuanfang?

Die folgenden Veranstaltungen finden statt in Kooperation mit der Ev. Kirche für LU, Am Lutherplatz: Projekt „Paradiesen statt Apokalypsen“- leicht und sinnig leben" von April bis Juni 2024.

### Hoffnung im Gepäck: „Impressionen vom Jakobsweg“ - in 33 Tagen von den Pyrenäen bis Santiago de Compostela

Die Evangelische Kirche zeigt am 07.04.24 ab 19.00 Uhr im „Turmkino“ des Lutherturms den Film „Ich bin dann mal weg“ nach dem gleichnamigen Buch von Hape Kerkeling, in dem er seine Wanderung auf dem Jakobsweg beschreibt. Vom Stress in die Knie gezwungen, sollte der Pilgerweg für ihn eine Auszeit und ein Neuanfang bringen. Auch Ivanka Steber hatte Gründe sich auf den Weg zu machen und lässt uns nun in einem Vortrag an ihren Erlebnissen und Erfahrungen teilhaben.



PROTESTANTISCHE  
KIRCHE FÜR LU

Mit zahlreichen Fotos und Videos berichtet Ivanka Steber über wundervolle Landschaften, über mühsame Wege, beeindruckende Begegnungen und sakrale Stätte,

die alle zusammen letztlich für sie ein unvergessliches Lebensgefühl und Teil eines Lebenswegs zu sich selbst bedeuten.

Fühlen Sie sich durch den Vortrag eingeladen, auf eine spirituelle Reise in Gedanken und vielleicht inspiriert zu der Idee, den Jakobsweg einmal selbst zu wandern. Ivanka Steber beantwortet auch gerne diesbezüglich praktische Fragen.

Abendkasse! Anmeldung erwünscht unter Tel. 0621 504-2238, Email: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de) oder online auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

- Di, 14.05.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

5,00 €/2 UE/1x

Ivanka Steber

Min/Max-TN 20/80

**241AA10801**



### „Wie kann ich leicht und sinnig leben angesichts globaler Krisen und subjektiver Überforderung?“

Fr. 03.05.24, 19.00 - 20.30 Uhr, Melanchthonkirche LU

Vortrag mit anschließendem Gespräch von Dr. med. Elisabeth Taubert, Fachärztin für Psychotherapie und Psychosomatische Medizin.

Was fangen wir an mit diesem Leben? Im Angesicht von Krisen wie Klimawandel, Kriege, Verschwörungstheorien u.m. kann einem die Lust schon mal vergehen. Wie leben zwischen Verzagen, Augen-zu-und-durch-Mentalität und Selbstüberforderung? Wie nicht leichtsinnig sein aber den leichten Sinn, die Lebensfreude, bewahren?

**Kontakt: Bärbel Bähr-Kruljac, Melanchthonkirche, Maxstraße 38, Ludwigshafen**



## Trost und Drohung -

### Apokalyptik aus biblischer Sicht

Die Apokalypse kommt. Die Auserwählten stehen am Ende der Welt und warten. Ist es Trost oder Drohung? Rettung oder Katastrophe? Oder beides? Diese Fragen werden beantwortet und aufgezeigt, wie apokalyptische Vorstellungen uns alle bis heute im Griff haben, was diese bewirken, wovor sie uns schützen und woran sie uns hindern.

Paul Metzger ist Theologe, Pfarrer der Evangelischen Kirche der Pfalz und seit 2021 Dekan des Kirchenbezirks Ludwigshafen. 2018 gründete er die „Laien-Uni Theologie Pfalz“, die es interessierten Personen ermöglicht, auf elementarer Basis Theologie als Wissenschaft kennenzulernen und sich auf dieser Basis mit Fragen des Glaubens zu befassen.

- Di, 04.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Paul Metzger  
Min/MaxTN 8/80

**241AA10802**

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit der Protestantischen Kirche für Ludwigshafen und dem Projekt am Lutherplatz „Paradiesen statt Apokalypsen“- leicht und sinnig leben“ von April bis Juni 2024. Siehe Programm unter <http://www.apostelkirche-ludwigshafen.de/>

## Ganz up to date - Apokalyptik heute

Die Grundmuster unserer Gesellschaft sind apokalyptisch geprägt. Ein Denken, ein zeitloses Narrativ über den Lauf der Welt, das wir nicht mehr hinterfragen. Vorstellungen, die intensiv - schauen wir auf Literatur, Musik oder Film - in unsere Kultur eingegangen sind. Motive, mit denen wir vielfach spielen und die mit uns spielen. In seinem zweiten Vortrag zum Thema Apokalypse zeigt Paul Metzger diese spannenden Aspekte an Film- und Musikbeispielen auf und lädt im Anschluss zu Austausch und Diskussion

- Di, 18.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Paul Metzger

**241AA10803**

Passend zu den Vorträgen wird am 13.06., 20.06, jew. von 18.00-20.00 Uhr eine kunstgeschichtlich/ theologische Führung zu Apokalypse und Paradies in der Kunst des Mittelalters in der Mittelalterausstellung des Wilhelm-Hack-Museums angeboten.



Hier geht's zum Programm „Paradiesen statt Apokalypsen“- leicht und sinnig leben“



# MEIN RHEINPFALZ-ABO

Die flexible Art, RHEINPFALZ zu lesen.



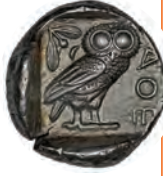
Als App für Smartphone und Tablet  
oder online als E-Paper. Weitere  
Infos unter [abo.rheinpfalz.de](http://abo.rheinpfalz.de) oder  
0631 3701-6640.

Wir leben Pfalz. **DIE  
RHEINPFALZ**





Von drei Hügeln hat (nach Theodor Heuss) Europa seinen Ausgang genommen: Von Golgatha, von der Athener Akropolis und vom römischen Kapitol.



Deshalb ist die Beschäftigung mit der griechisch-römischen Antike eine wichtige Voraussetzung dafür, sich heute als Europäer empfinden zu können. Die gemeinsamen Grundlagen Europas allen Interessierten näher zu bringen, hat die Lebendige Antike Ludwigshafen sich zum Ziel gesetzt: eine sehr aktuelle Aufgabe!

Weitere Informationen zur Lebendigen Antike Ludwigshafen finden Sie unter [www.lebendige-antike-ludwigshafen.de](http://www.lebendige-antike-ludwigshafen.de)

## Lebendige Antike: Seneca für Umweltschützer? - Auf den Spuren einer stoischen Umweltethik

Quo usque eadem peccabitis? - Wie lange werdet ihr noch immer dieselben Fehler machen?

Diese Frage stellt Seneca (epist. 89,19) allen denjenigen, die - ihre stoische mentale Disziplin vernachlässigend - mit ihren zahllosen Villen ganze Landstriche zubauen, die in maßlosem Luxus schwelgen und keine Grenze des Konsums kennen. Stellt er diese Frage am Ende auch uns?

Doch lassen sich, wie es bei Seneca zunächst scheint, Umweltzerstörung, Ausbeutung von Ressourcen und übermäßiger Konsum lediglich auf eine innere Fehlhaltung von Individuen zurückführen und dementsprechend durch eine moralische - stoische - Schulung des Menschen verhindern? Oder erfordern die technischen Fähigkeiten des Menschen in der Moderne eine ganz andere Ethik?

Johanna Nickel studierte in Göttingen Griechisch, Latein und Philosophie und absolvierte im Jahr 2003 ihr Erstes Staatsexamen. Es folgten die Promotion in Griechischer Philologie in Frankfurt am Main sowie ebenfalls in Frankfurt das Referendariat und das Zweite Staatsexamen. Nach einer mehrjährigen Tätigkeit als Studienrätin an einem nordrhein-westfälischen Gymnasium ist sie seit 2015 Akademische Rätin am Institut für Altertumskunde der Universität zu Köln und hier verantwortlich für die Fachdidaktik der Alten Sprachen. Ein Forschungsschwerpunkt ist die interkulturelle Literaturdidaktik; daneben Mitarbeit im Facharbeitskreis Alte Sprachen zur Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) in der gymnasialen Oberstufe.

Sie können den Vortrag in Präsenz besuchen oder auch via Livestream auf unserem youtube-Kanal verfolgen. Den Direktlink erhalten Sie nach Anmeldung

- Mi, 17.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

5,00 €/2 UE/1x

Dr. Johanna Nickel

Min/Max-TN 9/100

**241AB10820**

## Lebendige Antike: Welche Basis braucht Nachhaltigkeit? Aristoteles, Cicero und der Neo-Aristotelismus der Gegenwart

Was bedeutet ‚Nachhaltigkeit‘: Bedürfnisbefriedigung unter der Randbedingung ‚Ressourcenschonung‘? Oder die grundsätzliche Einübung wertegeleiteten Handelns, wie Maß halten, Gerechtigkeit üben, Selbstbeherrschung zeigen u. a. ? Die UN-Nachhaltigkeitsdefinition stellt die Befriedigung der Bedürfnisse (scil. des Menschen) in den Mittelpunkt: „Nachhaltigkeit





oder nachhaltige Entwicklung bedeutet, die Bedürfnisse der Gegenwart so zu befriedigen, dass die Möglichkeiten zukünftiger Generationen nicht eingeschränkt werden“ (Weltkommission für Umwelt und Entwicklung: Our Common Future, 1987, sog. Brundtland-Bericht). Zu diesem ‚Bedürfnis-Ansatz‘ steht ein Großteil der antiken Theoriebildung in einem Spannungsverhältnis, so etwa die politische Theorie des Aristoteles und die Ciceros, aber auch die des Neo-Aristotelismus der Gegenwart. Ziel des Vortrags ist es, die inneren Voraussetzungen unseres modernen Nachhaltigkeitsbegriffs herauszuarbeiten und diesen auf der Basis antiker Theoriebildung einer kritischen Prüfung zu unterziehen.

Jochen Sauer studierte Physik, Lateinische Philologie und Philosophie in Stuttgart und Dresden (1993–2000). In Dresden erfolgte 2007 die Promotion über die Naturrechtsargumentation in Ciceros Schrift *De legibus*. Von 2009 bis 2013 forschte und lehrte an der Ruhr-Universität Bochum, bevor er 2013 auf eine Ratsstelle an die Universität Bielefeld wechselte. Seine Forschungsschwerpunkte liegen im Bereich der antiken Philosophie (insb. Cicero und Seneca), der christlichen Literatur des 3. Jh. n. Chr. und des antiken Dialogs.

Sie können den Vortrag in Präsenz besuchen oder auch via Livestream auf unserem youtube-Kanal verfolgen. Den Direktlink erhalten Sie nach Anmeldung.

- Mi, 15.05.2024, 18.00 - 19.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

5,00 €/2 UE/1x

Dr. Jochen Sauer

Min/Max-TN 9/100

**241AB10821**

Foto: pixabay,cc0-Lizenz



## Naturwissenschaften, Forschung, Astronomie

Politik,  
Gesellschaft und Umwelt

### Die Welt verstehen: „Die Fünf ist blau!“ Kinder mit Synästhesie im Anfangsunterricht Mathematik – Hybridvortrag

Sie sehen Musik, schmecken Worte oder erleben Wochentage als räumliche Anordnung: Synästhetiker\*innen. Synästhesie ist eine besondere Form der Wahrnehmung, bei der verschiedene Verarbeitungszentren im Gehirn miteinander verknüpft sind, so dass durch einen Sinnesreiz mehrere Wahrnehmungen gleichzeitig ausgelöst werden. Eine der häufigsten Formen, die Graphem-Farb-Synästhesie, führt zu einer farbigen Wahrnehmung von Zahlen und/oder Buchstaben. Diese und weitere Formen von Synästhesie können sich auf das Mathematiklernen besonders im Anfangsunterricht auswirken und dort zu Schwierigkeiten führen. Im Vortrag wird gezeigt, wie synästhetisch wahrnehmende Kinder den Umgang mit Zahlen erleben, wie wir sie im Mathematikunterricht unterstützen können und warum es sich auch für den Rest der Klasse lohnt, wenn sich die Lehrkraft mit dieser Thematik beschäftigt.

Fortsetzung nächste Seite.



Friederike Reuter, Kindheitspädagogin und Bildungswissenschaftlerin mit dem Schwerpunkt Mathematikdidaktik, arbeitet seit 2016 als Dozentin am Institut für Mathematik an der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe. Dort betreut sie Studierende in der mathematischen MachmitWerkstatt „MiniMa“ für Kita- und Grundschulkindern (<https://www.ph-karlsruhe.de/projekte/minima>)



Foto: privat

Ihr Forschungsschwerpunkt sind mathematische Argumentationsprozesse bei Kindern im Vorschulalter.

Sie können den Vortrag in Präsenz besuchen oder auch via Livestream oder zeitversetzt auf unserem youtube-Kanal verfolgen. Den Direktlink erhalten Sie nach Anmeldung.

Ihr Forschungsschwerpunkt sind mathematische Argumentationsprozesse bei Kindern im Vorschulalter.

- Di, 12.03.2024, 18.00 - 19.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

Kostenfrei/2 UE/1x

Friederike Reuter

Min/Max-TN 6/100

**241AC11001**

## Astronomie für neugierige Einsteiger

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne den Nachthimmel beobachten und mehr über die Bewegungen der Gestirne wissen möchten.

Unsere erfahrene Referentin Frau Dr. Monika Maintz (Promotion in Astronomie, Dr. rer. nat., Landessternwarte Heidelberg / Universität Heidelberg) erläutert anschaulich die Zusammenhänge der Planetenbewegungen und gibt einen wissenschaftlich fundierten Blick in unser Universum.

Die Veranstaltungen finden im Geschwister-Scholl-Gymnasium, Raum 132, Friedrich-

Heene-Straße 11, 67061 Ludwigshafen am Rhein statt und zwar immer am letzten Mittwoch des Monats, wie folgt:

- Mi, 28.02.2024, 19.30 - 21.00 Uhr immer am letzten Mittwoch Monats

Geschw.-Scholl-Gymnasium, Raum 132

75,00 €/10 UE/5x

Dr. Monika Maintz

Min/Max-TN 12/25

**241AC11002**

## Klima-, Natur- und Umweltschutz

### ORBEA-Arbeitskreis für Ornithologie und Naturschutz

In Begleitung von versierten Ornithologen erwerben und erweitern Sie feldornithologische Kenntnisse und lernen Maßnahmen des Natur- und Vogelschutzes kennen.

Bitte melden Sie sich für die Veranstaltung bei Klaus Eisele an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist (Tel. 0160 99164962, Mail: buero-lu@t-online.de).

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, Spenden für die Arbeit von Orbea sind erwünscht!

Die Vogelstation im Maudacher Bruch befindet sich in der Speyerer Straße, zwischen Schützenverein und dem Wasserverk der TWL, und ist ausgeschildert.

## Wasservogellexkursion

Exkursion mit Klaus Eisele. Wetterabhängig sollen Wintergäste beobachtet werden. Genauen Termin für Ende Januar bitte bei Herrn Eisele erfragen.

- Termin bitte bei Herrn Eisele erfragen 10.00 - 13.00 Uhr

Vogelstation im Maudacher Bruch

Kostenfrei/4 UE/1x

Klaus Eisele

Min/Max-TN 5/20

**241AD10402**



## Vortrag: Naturschutz am Gebäude

- So, 07.04.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Vogelstation im Maudacher Bruch  
Kostenfrei/4 UE/1x  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10403**

## Vortrag: Wie können wir unsere heimische Vogelwelt unterstützen?

- So, 21.04.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Vogelstation im Maudacher Bruch  
Kostenfrei/4 UE/1x  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10404**

## Orbea: Vogelstimmenexkursion

Exkursion am Morgen. Wir lauschen und lernen Vogelstimmen zu erkennen.  
Referent noch offen.

- Mi, 01.05.2024, 7.00 - 8.30 Uhr  
Maudacher Bruch  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Klaus Eisele un NN  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10415**
- So, 26.05.2024, 7.00 - 8.30 Uhr  
Maudacher Bruch  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Klaus Eisele und NN  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10416**

## Wie aus Wildbienen Honigbienen wurden

Vortrag von Klaus Eisele

- So, 16.06.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Vogelstation Maudacher Bruch  
Kostenfrei/3 UE/1x  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10417**

## Vortrag: Umgang mit Wespen

Vortrag von Klaus Eisele.

- So, 14.07.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Vogelstation im Maudacher Bruch  
Kostenfrei/4 UE/1x  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10418**

## Europäische Fledermausnacht

- Sa, 24.08.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Vogelstation im Maudacher Bruch  
Kostenfrei/4 UE/1x  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 6/15 **241AD10419**

## Ferienprogramm: verschiedene Themen, die rechtzeitig bekannt gegeben werden

Ferienprogramm mit verschiedenen Themen, wie Vogeltag mit Nistkästen bauen, Insektentag, Naturforschertag.  
Anmeldung erforderlich, Materialkosten müssen erstattet werden.

- Termine bitte bei Herrn Eisele erfragen  
Vogelstation im Maudacher Bruch  
Kostenfrei/3 UE/  
Klaus Eisele  
Min/Max-TN 5/20 **241AD10420**

Bitte melden Sie sich für die Veranstaltung bei Klaus Eisele an (Tel. 0160 99164962, Mail: buero-lu@t-online.de).



Foto: pixabay, cco-Lizenz

## After Work im Hallenbad Nord: Plastik ohne Ende?! Vortrag - Führung - Tupper-Tausch-Party

Schön bunt kommt es daher, leicht, unendlich formbar und so praktisch. Wir alle sind aufgewachsen in einer Welt voll Plastik, - undenkbar es sich wegzudenken, wo fangen wir da an?! Doch seitdem wir wissen, wie sehr der langlebige Plastikmüll unserer Umwelt schadet, Tiere tötet und in Form von gefährlichem Mikroplastik auch in unseren Organismus einwandert, kommen wir um diese Frage nicht herum. Die Veranstaltung steigt ein mit einer Führung durch das Informationszentrum Die VIER ELEMENTE mit besonderem Fokus auf die Dauerausstellung #ANTIMikroplastik in der LUcation – Ehemaliges Hallenbad Nord der GML. Danach erläutert Joachim Bäcker, von der Ev. Erwachsenenbildung, in seinem Vortrag sehr detailliert und nah am Alltag, wie wir in Sachen „weniger Plastik“ kleine Schritte mit erstaunlich großer Wirkung gehen können. Im Anschluss laden wir bei Lounge-Music, Getränk und Häppchen zur Tupper-Tausch-Party.

Bitte bringen Sie Ihre Schätze zum Tauschen mit, ob nun Tupperware oder andere Plastik-Mehrweggegenstände.

Gerne melden Sie sich vorher bei Petra Paula Marquardt unter Tel. 0621/504-2631 oder Email: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) damit wir einschätzen können, wie viele Tische wir benötigen.

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Gemeinschafts-Müllheizkraftwerk Ludwigshafen und in der Veranstaltungsreihe „After Work“ statt und in Kooperation mit der Ev. Kirche für LU, Am Lutherplatz: Projekt „Paradeisen statt Apokalypsen“- leicht und sinnig leben" von April bis Juni 2024. Do, 16.05.2024, 17.00 - 20.00 Uhr

• Do, 16.05.2024, 17.00 - 20.00 Uhr
Kostenfrei/4 UE/1x
Joachim Bäcker
Min/Max-TN 10/80
<b>241AD10421</b>

## Grün ist die Hoffnung: Klimaschutz und Klimaanpassung durch Begrünung - Information und praktische Umsetzung

Termine und genauere Inhalte werden noch auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) bekannt gegeben.

- **241AD10422 und 241AD10423**

Foto: Sunny Studio





an? Was sind die Kosten, welche Auflagen sind zu beachten und welche Fördermöglichkeiten gibt es?":

**Anmeldung für alle 8 Kurse im Gesamtpaket** **241AE10400**

- |  |                   |
|--|-------------------|
| <b>1 Einführung „Balkonkraftwerke“</b>                 | <b>241AE10401</b> |
| <b>2 Einführung Dach-Photovoltaikanlagen</b>           | <b>241AE10402</b> |
| <b>3 Finanzierung von Photovoltaikanlagen</b>          | <b>241AE10403</b> |
| <b>4 Photovoltaik-Sonderthemen und Synergieeffekte</b> | <b>241AE10404</b> |
| <b>5 Eigenverbrauch erhöhen</b>                        | <b>241AE10405</b> |
| <b>6 Solares Heizen</b>                                | <b>241AE10406</b> |
| <b>7 Überblick Photovoltaik und Gewerbe</b>            | <b>241AE10407</b> |
| <b>8 Förderung des lokalen Photovoltaik-Ausbaus</b>    | <b>241AE10407</b> |

## Immobilienverkauf privat - was muss ich aktuell unbedingt beachten?!

Welche Auswirkungen hat die gegenwärtige Situation auf den Wert meiner Immobilie? Welche Unterlagen benötige ich zum erfolgreichen Verkauf und wie vermeide ich teure Fehler? Welche Kniffe gibt es, um den Wert meiner Immobilie zu steigern? Was muss ich beim Besichtigen beachten und wie kann ich sicher präsentieren?

Die Kosten für den Vortrag betragen € 5,00, die Sie bitte an der Abendkasse zahlen.

- Do, 22.02.2024, 18.00 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Markus Popp  
Min/Max-TN 6/20 **241AG10304**

Foto: Klimagentur

## Vorankündigung:

**Onlinereihe Solarstrom: Wie funktionieren Photovoltaik und Solarthermie für mich? Acht kompakte Online-Veranstaltungen mit Handlungsempfehlungen**

Bedingt durch die höher und unbeständig gewordenen Energiepreise seit der Gas-mangellage im Herbst 2023 und das Dauerthema Klimaschutz, fragen sich viele von uns „wo und wie kann ich selbst etwas ändern?“ Klar ist, dass viele Dinge individuell bzw. am konkreten Fall betrachtet werden müssen, um dann über Änderungen und ihre Umsetzung zu entscheiden. Angesichts der sich überschlagenden Presseveröffentlichungen und der Flut von Meldungen aus verschiedensten Richtungen, wird dabei der Wunsch nach gut aufbereiteter und verbindlicher Information immer wichtiger.

Genau deswegen haben sich mehrere Kommunen aus dem Süden von Rheinland-Pfalz u.a. mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz zusammengeschlossen, um gemeinsam von April bis Juni 2024 in einer Onlinereihe differenzierte Antworten auf die unterschiedlichen Fragen und konkrete Handlungsanleitungen zu geben. Die Online-Reihe gliedert sich in 8 Abendveranstaltungen zu unterschiedlichen Themen und berücksichtigt auch die zentralen Fragestellungen: „Wo fange ich sinnvollerweise







vhs



DURCH  
STEI  
GER

Finde  
deinen Kurs  
[volkshochschule.de](http://volkshochschule.de)

Begib dich auf  
neues Terrain.



# Kultur und Gestalten





## Kultur macht stark

Kreatives Lernen und Schaffen stehen im Vordergrund der Veranstaltungen. Schöpferisches Gestalten hilft bei der Entschleunigung in der Hektik des Alltags, verhilft uns zu Ruhe und Selbstbesinnung, gibt uns neue Kraft und Energie.

**Weitere Informationen zu den Angeboten erhalten Sie bei Susanne Schlindwein unter der Telefonnummer 0621 504-2625.**

Veranstaltungsreihe mit Unterstützung durch den Deutschen Verband Frau und Kultur e.V., Gruppe Ludwigshafen/Mannheim  
Männer sind herzlich willkommen!



**Bitte beachten Sie auch die Vorträge der „Lebendigen Antike“ ab Seite 50.**

## Philosophie im Alltag

In einem Kreis interessierter Laien wird über philosophische Themen gesprochen, die auch unseren Alltag prägen. Philosophische Fragen begleiten uns täglich, ohne dass wir immer darauf achten. Ausgewählte kurze Texte werden zur Verfügung gestellt und gemeinsam besprochen.

Die Teilnehmer\*innen erwerben unter systematischer Anleitung Kenntnisse in den Bereichen Philosophie und Ideengeschichte. Außerdem erlernen sie den Umgang mit ethischen Fragestellungen, die für die Gestaltung unserer Gesellschaft Relevanz besitzen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Kursleiter ist Privatdozent für Philosophie an der Universität Heidelberg.

- Di, 06.02.2024, 18.30 - 20.00 Uhr **241DF10601**
- Di, 05.03.2024, 18.30 - 20.00 Uhr **241DF10602**
- Di, 09.04.2024, 18.30 - 20.00 Uhr **241DF10603**
- Di, 07.05.2024, 18.30 - 20.00 Uhr **241DF10604**
- Di, 11.06.2024, 18.30 - 20.00 Uhr **241DF10605**

### jeweils:

vhs, Raum 110  
 Dr. Andreas Scheib  
 5,00 €/2 UE/1x  
 Min/Max-TN 5/15



## Vortragsreihe

Die Vortragsreihe vermittelt Wissen über die unterschiedlichsten Themen der Kultur-, Kunst-, (Zeit-) Geschichte und Politik. Die Teilnehmer\*innen bekommen Einblicke in gesellschaftsrelevante Fragestellungen, erweitern ihre Allgemeinbildung und vernetzen dank des breiten Vortragsspektrums ihre Kenntnisse. Die Inhalte befähigen sie, anregende Gespräche mit Gleichgesinnten zu führen und so am gesellschaftlichen Leben teil zu haben.

### Kunstseminar Die Wiener Moderne - Teil III

Oskar Kokoschka und Gustav Klimt - zwischen Jugendstil und Avantgarde

Vortrag von Gordana Mlakar, M.A., Kunsthistorikerin

- Do, 01.02.2024, 15.00 - 16.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

5,00 € Tageskasse/2 UE/1x

Gordana Mlakar, M.A.

Min/Max-TN 8/50 **241DF20601**

### „Die spinnen, die Römer“ - Was wir bei Asterix und Obelix über Römer und Kelten lernen können

Asterix & Co. bietet so viel mehr als nur „Römer verdreschen“. In den gedruckten Asterix Geschichten sind zahlreiche Hinweise auf das Leben von Römern und Kelten und manchmal Germanen enthalten, einige davon erstaunlich realistisch, andere mit ziemlich viel dichterischer Freiheit. Aber was stimmt, was nicht? Auf unterhaltsame Weise wird Dr. Karl Darstellungen aus verschiedensten Asterix-Folgen mit Fakten archäologischer Ausgrabungen und Berichten „antiker

Historiker verglichen. Auch wenn die Gallier sich heftig wehrten, hinterließen die Römer viele Spuren bei Sachen (Steinhäuser, befestigte Straßen, Steinbrücken und Häfen), Sitten (schulische Ausbildung, Religion) und Sprache (noch heute reden wir häufig Latein, ohne es zu merken) auch die Schrift wurde von den Römern eingeführt. Überraschend werden auch dunkle Seiten im Leben der Kelten angesprochen: Was steckt hinter der Manie des Obelix, die Helme der besiegten Römer einzusammeln?

Vortrag von Dr. Ulrich Karl, Chemiker

- Do, 08.02.2024, 15.00 - 16.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

5,00 € / 2 UE / 1x

Dr. Ulrich Karl

Min/Max-TN 8/50 **241DF20602**

### Zum 200. Geburtstag von Bedřich Smetana

Smetana ist - neben Dvořák - der bedeutendste tschechische Nationalkomponist des 19. Jahrhunderts. Sein Orchesterzyklus „Mein Vaterland“ (daraus „Die Moldau“) widerspiegelt das aufkommende tschechische Nationalbewusstsein ebenso wie seine Oper „Die verkaufte Braut“. Tätig auch als Pädagoge und Organisator wichtiger musikalischer Institutionen, nicht zuletzt auch als Dirigent war er einer der wichtigsten Anreger des tschechischen Kulturlebens seiner Zeit.

Vortrag von Johannes Wagner, Musikwissenschaftler

- Do, 22.02.2024, 15.00 - 16.30 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

5,00 € / 2 UE / 1x

Johannes Wagner

Min/Max-TN 8/50 **241DF20603**



## Im Schatten der Macht - die amerikanischen *First Ladies* im Portrait - Teil 2

Die dreiteilige Vortragsreihe stellt in biografischen Kurzabzissen die *First Ladies* der USA vor, die zu ihrer jeweiligen Zeit die verfassungsrechtlich nicht definierte Rolle der „Frau an seiner Seite“ nachhaltig geprägt haben. Die Vorträge gehen dabei auch auf die jeweilige Präsidentschaft und auf die sich seit 1789 wandelnden Aufgaben der Frauen US-amerikanischer Präsidenten ein.

Vortrag von Dr. Ludovic Roy, Historiker

- Do, 07.03.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Ludovic Roy  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20604**

## Ihr Leben an seiner Seite - Sofja Tolstaja - Ehefrau von Leo Tolstoi

Vortrag von Dr. Wiltrud Banschbach-Hettenbach, Vorsitzende von Frau und Kultur Ludwigshafen / Mannheim e.V.

- Do, 21.03.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Raum 107  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Wiltrud Banschbach-Hettenbach  
Min/Max-TN 8/30 **241DF20605**

## Wie hilft der Wald den Menschen

In dem Vortrag wird in das Fachgebiet Forstwirtschaft eingeführt. Dabei wird die Schutz-, Natur- und Erholungsfunktion des Waldes beleuchtet, die Schwerpunkte beim Stadtwald in Mannheim sind, und beschrieben, wie sich das Arbeitsfeld durch den Klimawandel verändert. Außerdem wird auf das Thema „Frau im Forst“ eingegangen: Wie setzt man sich gegen Klischees durch und was können gerade Frauen für den Wald beitragen?

Vortrag von Dina Scheffer, Forsträtin, Abteilungsleiterin für Forst, Naturschutz und Zentrale Verwaltung der Stadt Mannheim

- Do, 11.04.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dina Scheffer  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20606**

## Israel - ein Land zwischen Hoffnung und Verzweigung

Vortrag von Dr. Joachim Vette, Evangelischer Pfarrer und Leiter des Ökumenischen Bildungswerks sanct clara Mannheim.

- Do, 25.04.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Joachim Vette  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20607**



## Ein Geschenk mit Bildungsgarantie

Überraschen Sie Verwandte, Freunde und Bekannte mit einem Geschenkgutschein der vhs Ludwigshafen. Auch für Firmen zu besonderen Anlässen ein ideales Geschenk. Bei uns erhalten Sie Geschenkgutscheine für eine bestimmte Veranstaltung oder über einen beliebigen Betrag.

Sprechen Sie  
uns einfach an.  
Wir beraten Sie gerne  
unter Tel. 0621 504-2633





**Das große Welttheater:  
Richard Wagners Tetralogie  
„Der Ring des Nibelungen“**

Richard Wagners Tetralogie „Der Ring des Nibelungen“, 1876 bei den ersten Bayreuther Festspielen uraufgeführt, ist das in vielerlei Hinsicht ungewöhnlichste Werk der Musikgeschichte. Bestehend aus vier Teilen, ist es im besten Sinne des Wortes maßlos. Maßlos in seiner zeitlichen Ausdehnung von fast 15 Stunden, maßlos in der Größe des Orchesters, maßlos auch in den Anforderungen, die es an die Sänger, aber eben auch an das Publikum stellt. Wagner errichtet in seinem „Ring“ nichts weniger als eine eigene Welt, er erschafft, beginnend mit den ersten Klängen des „Rheingold“-Vorspiels, einen neuen Mythos. Ein Vortrag mit vielen Musikbeispielen, der auch die jüngere Aufführungsgeschichte des „Rings“ im Blick behält.

Vortrag von Dr. Frank Pommer, Redaktion Kultur und Gesellschaft der Rheinpfalz

- Do, 02.05.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Frank Pommer  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20608**

**„...durch die Siege der fränkischen  
Freiheitskämpfer beherzt gemacht...“ -  
Französische Revolution und napoleo-  
nische Herrschaft als Epochenum-  
bruch in der Pfalz**

Vortrag von Dr. Christian Decker, Historiker

- Do, 06.06.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Christian Decker  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20609**

**Caspar David Friedrich -  
Natur als Seelenlandschaft**

Geheimnisvolles Licht, Wolken in Nacht und Dämmerung, einsame Gestalten am Meer oder im Gebirge - da fällt sofort der Name des bedeutendsten deutschen Landschaftsmalers, Caspar David Friedrich. Sein 250. Geburtstag gibt 2024 den Anlass für große Ausstellungen, u.a. in Dresden und Hamburg, in denen man seinen bis heute faszinierenden Naturschilderungen begegnen kann. Der Künstler, der zu Lebzeiten als Melancholiker bekannt war, schuf mit seinen Gemälden ein ganz neues Verhältnis zur Natur. In ausgedehnten Wanderungen durch die Sächsische Schweiz, entlang der Ostseeküste oder im Riesengebirge hielt er mit Hilfe präziser Zeichnungen die Eigentümlichkeiten von Felsen und Bäumen fest, fand dabei Ausdruck für Kirchenruinen ebenso wie für Schiffe, die über das Meer gleiten. Zurück im Atelier gestaltete er daraus beeindruckende Szenen voller Stille und Einsamkeit, in denen ein tiefes, religiös geprägtes Gefühl für die Größe der Schöpfung mitschwingt. Damit traf er zu Beginn des 19. Jahrhunderts den Nerv seiner Zeit und prägte die Epoche der Romantik in Deutschland entscheidend mit. Seine Werke wurden von den Zeitgenossen als „Seelenlandschaften“ verstanden. Der Vortrag gibt einen Überblick über Leben und Werk Caspar David Friedrichs und fasst die aktuellen kunsthistorischen Forschungen zu seinem Werk zusammen.

Vortrag von Dr. Dorothee Höfert, Kunsthistorikerin

- Do, 13.06.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x  
Dr. Dorothee Höfert  
Min/Max-TN 8/50 **241DF20610**



## „Engaged in drawing lines upon maps“ - Koloniale Grenzziehungen in Afrika und ihre Konsequenzen

Die Grenzen auf dem afrikanischen Kontinent wirken auf Karten an vielen Stellen, als wären sie mit dem Lineal gezogen. Dafür gibt es einen Grund: Sie wurden tatsächlich mit dem Lineal gezogen. Der Vortrag wirft einen kurzen Blick auf die vorkoloniale Geschichte Afrikas, zeichnet die Entstehung der kolonialen Grenzen nach und zeigt auf, welche Probleme für Afrika aus den kolonialen Grenzziehungen folgen.

Vortrag von Dr. Florian Pfeil, Leiter der Weiterbildungszentrale Ingelheim

- Do, 04.07.2024, 15.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
5,00 €/2 UE/1x

Dr. Florian Pfeil

Min/Max-TN 8/50

**241DF20611**

Nutzen Sie unsere  
ONLINE-Anmeldung:

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Literatur

Literaturzirkel mit  
Unterstützung durch  
den Deutschen Verband  
Frau und Kultur e.V. Gruppe  
Ludwigshafen/Mannheim.



Der Literaturzirkel des Deutschen Verbands Frau und Kultur e.V. analysiert und bespricht einmal monatlich donnerstags Werke verschiedener Autorinnen und Autoren.

Dabei lernen die Teilnehmenden mit fachkundiger Anleitung unter anderem die Entstehungsgeschichte, die Epoche und gegebenenfalls auch die Biografie der Autorin/des Autors kennen und können die einzelnen Werke in ihren literatur- und kulturhistorischen Kontext einbetten. Das jeweilige Buch sollte vorher gelesen werden.

Weitere Auskunft erteilen Liselotte Guntrum (Telefon 0621 55 92 29) und Isolde Scholz (Telefon 0621 53 14 85) vom Deutschen Verband Frau und Kultur e.V.

Foto: pixabay, cco-Lizenz



### Literaturzirkel: H.G. Wells - Die Zeitmaschine

Do, 15.02.2024,  
15.00 - 16.30 Uhr **241DF20101**

### Literaturzirkel: Markus Zusak - Die Bücherdiebin

Do, 14.03.2024,  
15.00 - 16.30 Uhr **241DF20102**

### Literaturzirkel: Arno Geiger - Das glückliche Geheimnis

Do, 18.04.2024,  
15.00 - 16.30 Uhr **241DF20103**

### Literaturzirkel: Darcia Maraini - Drei Frauen

Do, 16.05.2024,  
15.00 - 16.30 Uhr **241DF20104**

### Literaturzirkel: Heinrich Böll - Ansichten eines Clowns

Do, 20.06.2024,  
15.00 - 16.30 Uhr **241DF20105**

#### jeweils:

vhs, Raum 110

5,00 €/2 UE/1x

Liselotte Guntrum / Isolde Scholz /

Gabriela Weber-Schipke

Min/Max-TN 6/15

**Bitte melden  
Sie sich frühzeitig an.**

### Literatur- und Schreibwerkstatt

#### Tresenlesen - Texte lesen und selber schreiben

Neu

Frank Goosen und Jochen Malsheimer haben es als Kabarett-Duo erfunden: das „Tresenlesen“. Hinter dem Wortspiel steckt ein einfaches Konzept, nämlich das Lesen von Texten in Kneipen am Tresen.

Daran angelehnt wollen wir uns zu einem lockeren Literatur-Treff der besonderen Art zusammentun. Pro Termin treffen wir uns in einer anderen Bar, bzw. einem Café in Ludwigshafen. Wir lesen uns gegenseitig Texte zu einem bestimmten Thema vor, das wir per Zufall bestimmt haben. Egal ob selbstgeschrieben, aus dem Lieblingsbuch ausgewählt, ein bekanntes Gedicht, ein Zeitungsbericht, eine Biographie oder Liedzeilen. Erlaubt ist alles was einem selbst gefällt und maximal fünf Minuten Lesezeit beansprucht. Wir kommen ins Gespräch und tauschen uns aus: über den Inhalt, die Autoren, das Schreiben, das Leben. Hinzu kommen kurze Schreibeinheiten und Impulse gegen Schreibblockaden.

Wenn die Gruppe Lust hat, kann der Kurs mit einem gemeinsamen Auftritt vor Freunden, Bekannten und Interessierten enden.

Haben Sie Lust auf Wein, Literatur und gute Gesellschaft bekommen? Dann melden Sie sich gleich an und bringen Sie bitte zum ersten Termin einen Text mit, den Sie mit dem Thema „Zufall“ in Verbindung bringen.

- Do, ab 04.04.2024, 19.45 - 22.00 Uhr  
Der Treffpunkt wird jeweils bekannt gegeben.

88,00 €/15 UE/5x

Jonathan Danigel

Min/Max-TN 6/10

**241DA20201**



## Malen und Zeichnen



### Auf den Spuren alter Meister - das leuchtende Werk

Bevor der Buchdruck erfunden wurde, entstanden

in den berühmten Abteien Europas wunderschön kolorierte Handschriften. Die Farben, mit denen diese Buchmalereien erstellt wurden, bestanden aus kostbaren Materialien. Das reich verwendete Blattgold gab den Bildern den Namen: Illumination - leuchtendes Werk.

Lassen Sie sich verführen vom Glanz der Farben und des Goldes und malen Sie eine Illumination. Mit Tusche, Eitempera und Blattgold wird in diesem sechsteiligen Kurs eine kleine Initiale hergestellt. Besonderes Zeichentalent ist nicht erforderlich.

Entfliehen Sie dem Alltag und freuen Sie sich auf kreative Momente in angenehmer Atmosphäre.

9 Euro für Materialkosten sind direkt bei der Kursleitung zu bezahlen

• Sa, ab 06.04.2024, 14.30 - 16.45 Uhr  
vhs, Raum 102

99,00 € / 18 UE / 6x

Petra Henke

Min/Max-TN 6/8

**241DA20700**

## Experimentierlabor - Kreatives Gestalten ohne Vorkenntnisse



Lieben Sie Überraschungen? Dann sollten Sie sich für diesen Kurs anmelden. An fünf Terminen werden wir in einer Art „Experimentierlabor“ kreativ und arbeiten jedes Mal mit anderen Techniken, an anderen Orten und mit anderen Materialien.

Dabei dürfen Sie sich darauf verlassen, dass Sie keine Vorkenntnisse mitbringen müssen. Wir beginnen jedes Mal auf Level 0 und nähern uns ganz unbedarft einer neuen und besonderen Art, Kunst zu machen und sich künstlerisch auszudrücken.

Das Experimentieren steht dabei im Mittelpunkt. Wenn Ihnen Ihr Ergebnis gefällt, nehmen Sie es mit nach Hause und wenn nicht, werfen Sie es getrost in den Müll. Der Kurs will Sie mit verschiedenen Kunst-, Kreativ- und Ausdrucksformen begeistern und Sie motivieren, im Alltag selbst kreativ durchzustarten. Bringen Sie deshalb Neugier, Mut und Spaß mit, denn dann - und dass sei Ihnen versprochen - gelingt dieses Kreativ-Experiment allemal!

Schmutzunempfindliche Kleidung

- Mo, ab 05.02.2024, 9.15 - 12.15 Uhr  
vhs, Raum 104, am 19.02.2024 Raum 101  
90,00 € / Materialkosten: 50,00 € /  
20 UE/5x

Jonathan Danigel

Min/Max-TN 8/10

**241DA20701**



### Freies Malen und Zeichnen

Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Wir beschäftigen uns sowohl mit Übungsmotiven als auch mit der Porträtmalerei. Anfänger\*innen erlernen hier die notwendigen Grundlagen für ihre Zeichnungen, Fortgeschrittene bekommen spezielle Tipps und Tricks. Sie lernen außerdem verschiedene Materialien wie Acryl, Pastellkreide oder Kohle kennen.

- Mi, ab 14.02.2024, 18.45 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 103  
89,00 €/24 UE/8x  
Werner Ernst Rothenhöfer  
Min/Max-TN 8/10 **241DA20702**

### Aquarellieren- Einsteigerkurs für Malanfänger\*innen

Neu.

„Das kann ICH doch nicht!“ - das haben Sie sich bestimmt schon gesagt. Doch Sie werden erstaunt sein! ...

Unter Anleitung wenden wir die verschiedenen Techniken an und Sie werden überraschende Erfolge erleben. Versprochen!

## Kultur | Gestalten



Gleichzeitig wird der Blick auf Raum und Farbe erweitert und wir erleben gemeinsam, wie entspannend Malen sein kann.

Vorkenntnisse braucht hier niemand, denn es wird eine Reise in eine bunte und vielfältige Welt.

Ganz nebenbei erhalten Sie Grundkenntnisse der Farb- und Perspektivlehre sowie eine kleine Materialkunde.

Mitzubringen außer Neugierde:

Kleiner Becher, Malpinsel jeglicher Art, mindestens 6 Farben, Schulumalkasten oder schon Aquarellfarben. Keine großen Anschaffungen machen, im Kurs besprechen wir die Materialien.

Weitere Materialien werden nach Bedarf und Verbrauch im Kurs abgerechnet, etwa 5 bis 10 Euro. Bei Interesse wird ein Folgekurs eingerichtet.

- Do, ab 07.03.2024, 18.00 - 20.15 Uhr  
vhs, Raum 102  
55,00 €/9 UE/3x  
Christoph Lorenz  
Min/Max-TN 6/10 **241DA20703**







## Malen für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene (in Oggersheim)

Lösen Sie sich aus dem Alltag. Erfassen Sie eine Stimmung beim Betrachten von Bildern und geben Sie sie wieder. Spielen Sie mit Farben und Motiven. Probieren Sie unterschiedliche Techniken und Materialien aus.

Der Kurs ist für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene geeignet. Es gibt allerdings keine Schritt-für-Schritt-Anleitung, so dass eigene Ideen, Selbstinitiative und Kreativität gefragt sind.

Bitte mitbringen: Pinsel, Malgründe, Radiergummi, weichen Bleistift oder Graphitstift, Lineal, Palette oder Tellerchen zum Farbenmischen, Wassergefäß, Lappen, Farben nach Wahl und möglichst alte Kleidung oder Schürze.

- Mi, ab 20.03.2024, 19.00 - 21.15 Uhr  
Schlossschule Oggersheim,  
Schnabelbrunnengasse 41, Nassraum  
89,00 €/24 UE/8x  
Carola Wild  
Min/Max-TN 8/8 **241DA20704**

Foto: Gabriele Esser



## Handlettering

### Grundlagen des Handlettering mit dem Brushpen



Handlettering ist das kreative Gestalten von Buchstaben und Wörtern für Zitate oder Sprüche für Karten, Bilder oder Social Media Posts. Im ersten Teil beschäftigen wir uns mit den Grundlagen des Handlettering mit dem Brushpen (Pinselstift).

Der Kursleiter wird Ihnen verschiedene Brushpens und Papiere vorstellen und Sie werden sich mit der Handhabung der Brushpens vertraut machen.

Sie werden eine Handlettering Grundschrift erlernen, in dem Sie zunächst die Basisstriche lernen, aus denen Buchstaben zusammengesetzt werden. Aus den Basisstrichen entwickeln wir die Buchstaben des Alphabets und setzen diese zu ersten Wörtern zusammen.

Der Kursleiter bringt verschiedene Stifte und Papiere mit, die ausprobiert und getestet werden können. Davon können 3-4 Stifte mit nach Hause genommen werden.

- Fr, 26.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 212  
22,00 € / Materialkosten: 10,00 €/4 UE/1x  
Martin Pomp  
Min/Max-TN 6/10 **241DA20705**

### Handlettering Aufbaukurs - Zeichnen und Gestalten

Im zweiten Teil lernen wir die Grundschrift zu variieren und mit Schnörkeln zu verzieren. Wir beschäftigen uns mit dem Bounce Lettering, durch das die Schrift dynamischer gestaltet wird. Durch Schattierungen verleihen wir unseren Letterings mehr Tiefe. Zum Abschluss wird

Ihnen der Gestaltungsprozess eines Letterings vom Spruch zum fertigen Layout gezeigt. Damit können Sie in Zukunft Ihre Liebessprüche für Bilder, Karten oder Glückwünsche in ansprechende Letterings umsetzen und sich und anderen eine Freude machen. Die Materialkosten sind für Papierbögen, die vom Kursleiter mitgebracht werden.

- Fr, 17.05.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 212  
22,00 € / Materialkosten: 5,00 €/4 UE/1x  
Martin Pomp  
Min/Max-TN 6/10 **241DA20706**

## Graffiti

### Graffiti-Kunst mit Spraydosen - Einfach ausprobieren!

Neu

Sie können nicht zeichnen und haben auch sonst eher kein gutes Händchen dafür, realistische Bilder zu malen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Wir experimentieren mit Spraydosen und gestalten mit Sprühfarbe einfache Kunstwerke auf Karton, Papier und anderen Materialien. Zu Hilfe nehmen wir Klebeband und Schablonen aus dem Alltag.



Tischsets, Untersetzer, Blätter und vieles andere ersetzen Bleistift, Lineal und akkurates Zeichnen. Im Vordergrund soll die Freude am Zufallsprodukt und das Experimentieren mit knalligen Farben stehen. So gelingen Ihnen auch garantiert einzigartige, abstrakte und dennoch sehr ästhetische Kunstwerke, die Sie mit nach Hause nehmen können.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sämtliches Material wird gestellt. Wenn Sie möchten, können Sie darüber hinaus eine große Leinwand mitbringen, die Sie später ins Wohnzimmer hängen können. Oder wie wäre es mit einer ausrangierten Blechdose, der Sie einen neuen Look verpassen?

Das Sprayen findet im Freien statt. Der Workshop kann nur bei trockenem Wetter stattfinden. Falls der Kurs aufgrund des Wetters abgesagt werden muss, informieren wir Sie am Vortag per E-Mail.

Hinweis: Dieser Kurs ist ein Einsteiger- und Experimentierkurs. Im Kurs werden keine Schriftzüge erlernt.

Bitte mitbringen: Schmutzunempfindliche Kleidung.

- Sa, 06.04.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Haus der Naturpädagogik /  
Wildpark Rheingönheim  
25,00 € /Materialkosten: 12,00 €/4UE/1x  
Jonathan Danigel  
Min/Max-TN 6/10 **241DA20707**



## Kunsth Handwerk

### Ikebana - Die Kunst des japanischen Blumenarrangements

Ikebana ist die japanische Kunst, aus wenigen Blumen und Zweigen ein kunstvolles Arrangement entstehen zu lassen, das durch Schlichtheit und Klarheit besticht.

Der Workshop führt in die Kunst der Sogetsu-Schule ein, die 1927 von Sofu Teshigawara in Tokio gegründet wurde.

Sogetsu-Arrangements lassen sich durch drei wesentliche Merkmale charakterisieren,

- 1, Sie heben die besonderen Eigenschaften der Pflanzen hervor.
- 2, Sie bringen die Kreativität des Gestalters zum Ausdruck.
- 3, Sie lassen den Zeitgeist erkennen.

Blüten, Blätter und Beerenzweige werden sorgfältig ausgewählt und in unterschiedlichen Gefäßen so arrangiert, dass sie bestimmte Emotionen im Betrachter auslösen. Das Stecken der Blumen hat meditativen Charakter, das zumeist schlichte Blumenarrangement soll Anmut und Schönheit in den Alltag bringen.

Achtung: Der Kurs findet in englischer Sprache statt. Unterlagen zum Nachlesen werden ausgeteilt und sind in deutscher Sprache verfasst.

Bitte bringen Sie eine Gartenschere und ein kleines Handtuch für die Hände mit. Die Materialkosten von 20,00 € bezahlen Sie bitte direkt bei der Kursleiterin.

- Sa, 20.04.2024, 14.00 - 17.00 Uhr  
vhs, Raum 102

33,00 €/4 UE/1x

Rika Ishihara-Rössler

Min/Max-TN 6/8

**241DA20708**



### Origami-Design und Lampenfalten

Neu

Origami ist eine Welt von Tausenden an Möglichkeiten darunter auch die viel beachteten Lampen. Wir beschäftigen uns mit dem kunstvollen Papierfalten, werden verschiedene Lampenformen und Arten, vom Windlicht bis zur Hängelampe bearbeiten und uns auch mit der Technik der Montage beschäftigen. Wir lernen, eigene Falanleitung zu erstellen, damit Sie die schönen Arbeiten auch zuhause nachfalten können.

Auch weitere kleine „Faltüberraschungen“ werden uns begleiten. Erleben Sie die preisgünstige Herstellung von Designobjekten.

Die Materialkosten werden direkt im Kurs abgerechnet, etwa 10 bis 15 Euro für alle Abende inklusive Leuchtmittel und Kabel.

- Di, ab 20.02.2024, 18.00 - 20.15 Uhr  
vhs, Raum 104

55,00 €/9 UE/3x

Christoph Lorenz

Min/Max-TN 6/8

**241DA20709**

Nutzen Sie unsere  
ONLINE-Anmeldung:

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

Foto: Christoph Lorenz



Foto: Christoph Lorenz

## Die Kunst des Vergoldens - für alle leichtgemacht

Neu

Wir werden uns mit der handwerklichen Kunst des Vergoldens beschäftigen.

Es entstehen einzigartige und absolut individuelle Selber-Behalt-Dinge, ideale Geschenke für kleine Aufmerksamkeiten aller Art, aber auch Unikate für feierliche Anlässe. Denn Gold ist magisch und verzaubernd!

Sie wollen wissen, was „vorlegen“, „anschießen“, „absaufen“ bedeutet und warum eine „leicht fettige Stirn“ von Vorteil sein kann? - dann sind Sie hier genau richtig.

Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Arten von Blattgold sowie dessen Herstellung, Verarbeitung und dem Anlegen von Grundierungen auf geeigneten Objekten, welche Sie natürlich auch von Zuhause mitbringen können.

Es wird glänzend! Und auch Sie werden die Faszination „Gold“ erleben.

Die Materialkosten werden mit dem Kursleiter direkt im Kurs abgerechnet.

Gearbeitet wird mit Goldimitaten, dann aber auch mit 999er Feingold 24K, die Materialkosten betragen etwa 10 Euro.

- Sa, ab 09.03.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 104  
68,00 €/8 UE/2x  
Christoph Lorenz  
Min/Max-TN 6/8 **241DA20710**

## Schmuck

### Goldschmiede-Workshop für handwerklich begabte Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen, die schon etwas handwerkliche Erfahrung haben und an Fortgeschrittene. Sie entwickeln eigenständig Ihr individuelles Schmuckstück und werden dabei fachkundig begleitet. Dabei vertiefen Sie Ihre handwerklichen Kenntnisse, schulen Ihre Fertigkeit im Umgang mit den Werkzeugen und Materialien und entfalten Ihre Kreativität.

Materialkosten sind je nach Verbrauch bei der Dozentin zu entrichten.

- Sa, 27.01.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21000**
- Sa, 16.03.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21001**
- Sa, 06.04.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21002**
- Fr, 03.05.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21003**
- Fr, 21.06.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21004**
- Sa, 22.06.2024,  
10.30 - 17.30 Uhr **241DA21005**

### jeweils:

vhs, Raum 01  
79,00 €/8 UE/1x  
Hildegard Rösch  
Min/Max-TN 5/8





## Nähkurse

In unseren Nähkursen fertigen Sie unter Anleitung ein Kleidungsstück, ein Stück Wohndekoration oder auch eine Tasche. Die Dozentin führt Sie durch den Arbeitsprozess und Sie lernen durch „learning by doing“ die einzelnen Schritte: Zuerst wird das Schnittmuster kopiert und auf den Stoff übertragen. Anschließend erfolgt der Zuschnitt und das Zusammensetzen der Schnittteile mit der Nähmaschine. Die notwendigen, „kniffligen“ Stellen werden jeweils genau erläutert, wie zum Beispiel das Einsetzen eines Reißverschlusses, das Nähen von Knopflöchern, das richtige Bügeln, die Verarbeitung von Futter und vieles mehr.

Absoluten Nähanfänger\*innen empfehlen wir die Teilnahme an einem unserer Basiskurse, in denen die Grundlagen im Umgang mit der Nähmaschine erlernt werden.

### Für alle Nähkurse (außer Basisnähkurs):

Materialliste: Schnittmuster aus dem Internet, aus einer Nähzeitschrift oder einen Einzelschnitt aus dem Fachgeschäft, Stoff (vorgewaschen), passendes Nähgarn, Schneiderkreide, Stecknadeln, Kopierfolie oder Kopierpapier, Bleistift, Maßband, Papier- und Stoffschere. Bitte beachten Sie auch die Materialangaben Ihres Schnittmusters! Die eigene Nähmaschine kann mitgebracht werden, es sind aber auch Nähmaschinen in der vhs vorhanden.

## Basiskurs Nähen für absolute Anfänger\*innen

Der Basiskurs ist für diejenigen gedacht, die keine oder wenig Erfahrung im Umgang mit der Nähmaschine haben. Er dient der Vorbereitung auf die nachfolgenden Kurse. Sie lernen die Grundlagen im Umgang mit einer Nähmaschine und können am Ende des Abends einfache Nähte „steppen“ und „verriegeln“. Mit diesen Kenntnissen können Sie ein einfaches Nähprojekt nach Anleitung umsetzen. Die Dozentin erläutert Ihnen genau, welches Zubehör Sie für die nachfolgenden Kurse benötigen, welche Materialien sich eignen und wo Sie Schnittmuster bekommen. Es wird mit vorhandenen Stoffresten gearbeitet.

- Do, 08.02.2024, 18.30 - 21.30 Uhr  
vhs, Raum 212  
25,00 €/4 UE/1x  
Margherita Blaconá  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20901**
- Do, 25.04.2024, 18.30 - 21.30 Uhr  
vhs, Raum 212  
25,00 €/4 UE/1x  
Margherita Blaconá  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20904**





### Grundkurs Nähen - vom Schnitt bis zum fertigen Kleidungsstück

Im Grundkurs nähen Sie ein einfaches Kleidungsstück oder ein anderes für Anfänger\*innen geeignetes Projekt. Sie vertiefen Ihre Fertigkeiten an der Nähmaschine und lernen den Prozess der Fertigung vom Schnitt zum Ergebnis.

- Do, ab 22.02.2024, 19.00 - 21.15 Uhr  
vhs, Raum 212  
59,00 €/15 UE/5x  
Margherita Blaconá  
Min/Max-TN 5/10 **241DA20902**

### Aufbaukurs Nähen - vom Schnitt bis zum fertigen Kleidungsstück

Der Aufbaukurs ist für Anfänger\*innen mit Grundkenntnissen und für Fortgeschrittene geeignet.

Sie bringen ein Näh-Projekt mit und lernen, je nach gewähltem Schnittmuster, die „Näh-Hürden“ (Reißverschluss, Knopflöcher, Abschlüsse, Ärmel einsetzen und vieles mehr) souverän zu bewältigen, sodass Sie diese Schritte in Zukunft zuhause selbstständig durchführen können.

- Do, ab 02.05.2024, 19.00 - 21.15 Uhr  
vhs, Raum 212  
59,00 €/15 UE/5x  
Margherita Blaconá  
Min/Max-TN 5/10 **241DA20903**

Die Kursleiterin Margherita Blaconá ist Damenschneidermeisterin und Inhaberin eines Maßateliers.

Die eigene Nähmaschine kann mitgebracht werden, es sind aber auch Nähmaschinen in der vhs vorhanden.

Nutzen Sie unsere ONLINE-Anmeldung:  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)





## Upcycling und Refashion - Neues Leben für alte Kleidung

Eine durchgescheuerte Stelle am Pullover, das Lieblingskleid passt nicht mehr oder ein abgewetzter Hosensaum - Alles noch lange kein Grund, das Kleidungsstück zu entsorgen!

Im Kurs finden wir gemeinsam Lösungen, aus den vorhandenen Kleidungsstücken mit Fantasie und Fachwissen neue Lieblingsteile entstehen zu lassen oder sie in etwas ganz Neues zu verwandeln.

Voraussetzung: Sie wissen, wie man die Nähmaschine bedient.

Bitte mitbringen: Aussortierte Kleidung und Textilien, Stecknadeln, Papier- und Stoffschere/Rollschneider, Nahtauftrenner, Nähgarn (Markennähgarn z.B. von Gütermann), Maßband, Schneiderkreide, Papier und Schreibzeug.

- Sa, ab 02.03.2024, 11.00 - 15.00 Uhr  
vhs, Raum 212  
52,00 €/10,7 UE/2x  
Susanne Strauß  
Min/Max-TN 8/8 **241DA20907**

## Kleidertauschparty

Wegwerfen und neu kaufen war gestern - tausch dich glücklich!

So geht's:

- Maximal 10 gut erhaltene Teile pro Person mitbringen
- Vor Ort sortieren Sie Ihre mitgebrachte Kleidung nach T-Shirts, Pullover, Hosen etc. Unsere Schilder helfen bei der Orientierung.
- Stöbern Sie nach Herzenslust und nehmen Sie so viel mit, wie Ihnen gefällt.
- Alle übrig gebliebenen Kleidungsstücke werden an die städtischen Kleidertreffs gespendet.

In Kooperation mit der Abfallberatung, Initiative Lokale Agenda Ludwigshafen e.V., KlimaLU und WBL

- Fr, 19.04.2024, 16.00 - 18.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei!/3,3 UE/1x  
N.N.  
Min/Max-TN 10/50 **241DA20925**

Foto: vhs LU



**Susanne Strauß hat das Nähen als Kind von Ihrer Schneiderinnen-Mutter gelernt. Seither näht sie fast alle Kleidung für sich selbst. Seit einigen Jahren ist sie in diesem Bereich als Kursleiterin tätig. Upcycling liegt ihr besonders am Herzen.**



# Kleidertauschparty 2024

Freitag, 19. April, 16 bis 18.30 Uhr  
Volkshochschule Ludwigshafen, Bürgerhof, Raum 210

Wegwerfen und neu kaufen war gestern –  
**Tausch Dich glücklich bei unserer Kleidertauschparty!**

Bei dir hängen Klamotten im Schrank, die du nicht mehr trägst, aber die anderen gefallen könnten? Du möchtest die Umwelt schonen, liebst Abwechslung im Kleiderschrank, willst aber nicht schon wieder Geld ausgeben? Dann ist der Kleidertausch genau das Richtige für dich!

Genaue Informationen dazu sind unter Veranstaltungen auf [www.ludwigshafen.de](http://www.ludwigshafen.de) zu finden.



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein



## Stricken

### Gemeinsam stricken



Einen Platz zum gemeinsamen Stricken bieten wir erfahrenen Stricker\*innen ab dem Frühjahr an unserer Volkshochschule an: Einmal im Monat besteht an einem Abend die Möglichkeit, sich gegenseitig zu unterstützen und voneinander zu lernen:

Peer-to-peer learning bedeutet Lernen auf gleicher Augenhöhe. Wir möchten mit diesem Format eine gleichberechtigte Lernsituation schaffen, in der sich Menschen austauschen, ihr Wissen teilen und voneinander lernen.

Voraussetzung: Die Grundlagen des Strickens werden beherrscht und Sie können eine Strickanleitung verstehen und umsetzen.

Bitte mitbringen: Das eigene Strickprojekt, Wolle, Nadeln, Gadgets und die Anleitung.

Die Reihe wird freitagabends von 19.00 bis 21.00 Uhr stattfinden. Der Starttermin und alle weiteren Termine sowie der Raum werden Anfang 2024 unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) veröffentlicht.

- **Kostenfrei** **241DA20909**



## Fotografie

### Fotostammtisch

Kooperation mit Photoart67 e.V.



In unserem Fotostammtisch möchten wir uns mit interessierten Fotografinnen und Fotografen zu Fotothemen austauschen. Ziel ist es, bestimmte Fotothemen zu beleuchten, Anregungen zu geben und zu erhalten und neue Herangehensweisen zu erlernen. Dazu haben wir einige Themen ausgewählt. Wir lassen jeden Abend im Anschluss in einem Lokal in der Ludwigshafener Innenstadt ausklingen.

Der Stammtisch richtet sich an Fortgeschrittene der Fotografie und an Mitglieder von Photoart67 e.V.

### Fotostammtisch - Analoge Kameras

Im 1. Fotostammtisch haben wir das Thema „analoge Kamera“ ausgewählt. Bringen Sie Ihre analoge/n Kamera/s mit. Wir bewundern die alte analoge Technik, diskutieren den Einsatz in der heutigen Zeit, wägen Vor- und Nachteile ab und geben Tipps zu Kameras und Einsatz.

Wir lassen den Abend im Anschluss in einem Lokal in der Ludwigshafener Innenstadt ausklingen.

Bitte mitbringen: Analoge Kamera/s

- **Fr, 16.02.2024, 18.00 - 21.00 Uhr**  
vhs, Raum 305

Kostenfrei/4 UE/1x

Wolfgang Leibig

Min/Max-TN 5/10

**241DA21101**



### Fotostammtisch - Analoge Filmentwicklung

Im 2. Fotostammtisch haben wir das Thema „analoge Filmentwicklung“ ausgewählt.

Wir zeigen die Entwicklung von analogen Filmen theoretisch und praktisch. Dabei geben wir Empfehlungen und Tipps zu Chemie und Durchführung.

Wir lassen den Abend im Anschluss in einem Lokal in der Ludwigshafener Innenstadt ausklingen..

- Fr, 15.03.2024, 18.00 - 21.00 Uhr

vhs, Raum 05

Kostenfrei/4 UE/1x

Wolfgang Leibig

Min/Max-TN 5/10

**241DA21102**

### Fotostammtisch - Bildbesprechung

Im 3. Fotostammtisch haben wir das Thema „Bildbesprechung“ ausgewählt.

Wir diskutieren und besprechen Fotos. Dabei lernen wir Bildgestaltung und Bildausschnitt festzulegen, um eine eigene Bildsprache zu entwickeln. Bringen Sie Ihre eigenen Fotos mit! Wir lassen den Abend in einem Lokal in der Ludwigshafener Innenstadt ausklingen.

Bitte mitbringen: Eigene Fotos

- Fr, 07.06.2024, 18.00 - 21.00 Uhr

vhs, Raum 305

Kostenfrei/4 UE/1x

Wolfgang Leibig

Min/Max-TN 5/10

**241DA21103**

**Wir möchten es Ihnen noch einfacher  
machen, den passenden Kurs zu finden:**

Einfach auf [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) Ihren gewünschten Kurs aussuchen und Ihre Daten über eine SSL-verschlüsselte Verbindung eingeben.

**Achtung:** Ihre Anmeldung ist nur erfolgreich, wenn alle Pflichtfelder ausgefüllt werden. Sie erhalten bei erfolgter Anmeldung eine Benachrichtigung aus dem System. Danach sind Sie verbindlich angemeldet. Sollte der Kurs belegt sein, werden wir Sie umgehend benachrichtigen.



Volkshochschule  
der Stadt Ludwigshafen





## Fotokurse

### Fotoworkshop „Das Analoge im Digitalen - Pixel trifft Filmkorn“

Veranstaltung der vhs in Kooperation mit **Photoart67eV**

In unserem fünfteiligen Fotoworkshop fotografieren wir parallel analog und digital. Ziel ist es, die Unterschiede und Gemeinsamkeiten bei Aufnahme, Entwicklung von Film und RAW-Dateien sowie der Ausarbeitung zum fertigen Foto herauszustellen. Wir lernen, mit natürlichem Licht zu verschiedenen Tageszeiten, bei Kunstlicht und mit Blitzlicht zu arbeiten.

Die Gestaltung der Fotos wird ein Schwerpunkt des Kurses sein.

Die fotografischen Themen sind Architekturfotografie und Straßenfotografie.

Diese beiden Themen decken ein breites Spektrum der Fotografie ab, um die unterschiedlichen Arbeitsweisen von analoger und digitaler Fotografie kennen zu lernen.

#### Inhalte und Ablauf:

Fr 05.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr,  
Kursvorbesprechung

Sa 06.04.2024, 10.00 - 13.00 Uhr,  
Fotoexkursion

Fr 12.04.2024, 18.00 - 21 Uhr,  
Filmentwicklung

Fr 19.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr,  
Bildbearbeitung

Fr 26.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr,  
Filmvergrößerung-Fotolabor

Sie benötigen eine analoge und digitale System- oder Spiegelreflexkamera, Stativ, Blitz und Fernauslöser. Das Smartphone ist zusätzlich auch gerne gesehen. Grundkenntnisse der Fotografie und eine Vertrautheit mit den eigenen Geräten werden vorausgesetzt. Es besteht die Möglichkeit, sich eine analoge Kamera auszuleihen.

Die analogen Filme werden zu Kursbeginn ausgegeben und sind direkt beim Dozenten zu bezahlen (8,00 Euro für den Film und 20,00 Euro für Chemie und Papier).

Mitglieder von Photoart67eV sind von der Kursgebühr befreit.

Bitte mitbringen: Analoge und digitale Kamera, Stativ, Fernauslöser, Fotozubehör

- Fr / Sa, 05.04.2024 - 26.04.2024,  
18.00 - 21.00 Uhr

vhs, Raum 305

49,00 €/20 UE/5x

Wolfgang Leibig

Min/Max-TN 4/8

**241DA21104**

### Digitale Fotografie für Einsteiger\*innen

Gute Fotos sind kein Zufall! Mit dem Beherrschen der Technik, Kenntnis der optimalen Kameraeinstellungen sowie einem Auge für lohnende Motive haben Sie schon die Voraussetzungen für gelungene Fotografien geschaffen. In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie schon immer über Ihre Kamera und Objektiv, Blende, Belichtungszeit, ISO und den richtigen Weißabgleich wissen wollten.

Bitte mitbringen: Digitale Kamera, die dazugehörige Bedienungsanleitung, eine Speicherkarte und einen geladenen Akku.

- Mi, ab 07.02.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 113

69,00 €/12 UE/3x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/8

**241DA21110**



# Ideenw3rk

## gestalten | schaffen | spielen

Das Ideenw3rk ist die Kreativwerkstatt der Stadtbibliothek Ludwigshafen für alle Altersstufen. Ein Ort um alleine oder gemeinsam in Workshops kreativ zu werden:

- 3D-Drucker, Plotter, Lasercutter
- Nähen, Basteln, DIY-Projekte
- Eigene Website gestalten
- (Roboter) Programmieren
- Treffpunkt für Communities (Cosplay-Club und Co.)
- Gaming (Turniere) und vieles mehr...



Neugierig geworden? Mehr Infos zum aktuellen Programm und den Angeboten des Ideenw3rks gibt es hier:  
[www.ideenw3rk.de](http://www.ideenw3rk.de)



## Digitale Fotografie für Fortgeschrittene

Das Bessere ist der Feind des Guten!

Mit dem Beherrschen der Technik und der Bedienung Ihrer Kamera haben Sie schon die ersten Voraussetzungen für gelungene Fotografien geschaffen.

In diesem Kurs gehen wir einen Schritt weiter und kümmern uns um die Grundlagen der Bildgestaltung; dadurch verbessern Sie Ihre Fotos und Ihren fotografischen Blick. Wir entwickeln Bildideen und üben die Umsetzung mit Ihren Kameras. Sie üben z.B. den Umgang mit der „Kreativen Unschärfe“ oder das „Mitziehen“ bei bewegten Motiven.

Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse, z.B. aus „Einführung in die (digitale) Fotografie“ notwendig!

Bitte mitbringen: Ihre Kamera, die dazugehörige Bedienungsanleitung, eine Speicherkarte und einen geladenen Akku.

- Mi, ab 13.03.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 113  
49,00 €/8 UE/2x  
Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/8 **241DA21111**

## Einführung in Adobe Photoshop Elements

Adobe Photoshop Elements ist ein Bildbearbeitungsprogramm, das auch für Einsteiger\*innen viele Funktionen bietet. Es ist der kleine Bruder von Adobe Photoshop CS, dem Profiprogramm überhaupt. Mit Photoshop Elements können Digitalbilder vielfältig bearbeitet und z.B. Farben korrigiert, Schönheitsfehler retuschiert, Montagen erstellt und wirkungsvolle Effekte hinzugefügt werden.

Photoshop Elements 2019 ist auf den Rechnern der vhs installiert. Sie können aber auch Ihren eigenen Laptop mitbringen. Unter [www.adobe.com](http://www.adobe.com) kann man sich eine Testversion kostenlos herunterladen. Ein sicherer Umgang mit einem Mac bzw. einem Windows Rechner wird vorausgesetzt.

- Do, ab 07.03.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 108  
89,00 €/16 UE/4x  
Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/6 **241DA21115**

## Einführung in Adobe Photoshop Lightroom

Adobe Photoshop Lightroom ist ein Werkzeug für produktive Digitalfotografen - die digitale Dunkelkammer mit Archivschrank zur komfortablen Bildverwaltung und -entwicklung. Die übersichtliche Lightroom-Bibliothek verschafft einen raschen Blick auf große Bildbestände durch Verschlagworten, Bewerten, Gruppieren und Filtern. Dank Lightroom lernen Sie, alle wichtigen Korrekturen wie Weißabgleich, Tonwertkorrekturen, Rauschreduktion und Schärfung durchzuführen. Oft arbeiten Fotografen hierbei mit RAW-Dateien, aber auch JPEG-Dateien können Sie in Lightroom verbessern. Auch für die Ausgabe als Fotobuch, Diashow oder Webgalerie hat Lightroom die passenden Werkzeuge an Bord.

Voraussetzung für den Kurs sind solide Computerkenntnisse.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit Lightroom mit. Sie können sich vor Kursbeginn eine Testversion auf Ihrem Notebook ([www.adobe.com](http://www.adobe.com)) installieren oder bei Beginn vom Kursleiter bekommen.



- Fr, ab 26.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 108  
84,00 €/14,7 UE/2x  
Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/8 **241DA21119**

## Porträtfotografie mit Tageslicht und (entfesseltem) Blitz

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit wenig Aufwand ein Portrait effektiv beleuchten können.

Das natürliche Tageslicht ist dabei eine hervorragende Lichtquelle.

Mit Blitzlicht können wir das vorhandene Tageslicht ergänzen oder ersetzen, je nach gewünschtem Ergebnis.

Im Workshop werden wir verschiedene Lichtaufbauten einsetzen und ihre Wirkung testen. Wir fotografieren uns dabei gegenseitig. Sie sollten also bereit sein, sich auch fotografieren zu lassen.

Eigene Kamera mit Objektiven (möglichst Brennweiten von 50 bis 100mm) und Blitz (wenn vorhanden), ausreichend geladene Akkus, leere Speicherkarten und viel Lust auf Neues.

- Mi, ab 12.06.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
vhs, Raum 113  
69,00 €/12 UE/3x  
Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 5/6 **241DA21120**

Kultur | Gestalten



**CorelDRAW**  
GRAPHICS SUITE

## CorelDRAW® Graphics Suite: Die kreative Alternative

**83 %  
sparen\***

*Spezielle Preise für  
vhs-Kursteilnehmer/innen!*

Alternative für alle, die nicht bereit sind, in ein ABO-pflichtiges System zu wechseln. Für Bildbearbeitung, Illustration und Layout.

**[www.cobra-shop.de/corel](http://www.cobra-shop.de/corel)**

Tel.: 07531/892360  
Email: [info@cobra-shop.de](mailto:info@cobra-shop.de)





\* Preisersparnis in Relation zum UVP des Herstellers (ohne Vorlage einer gültigen Kursteilnahmebescheinigung). Stand 11/2023. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein

Anzeige



## Fotoexkursionen

### Fotoexkursion:

#### Nachts im Containerhafen

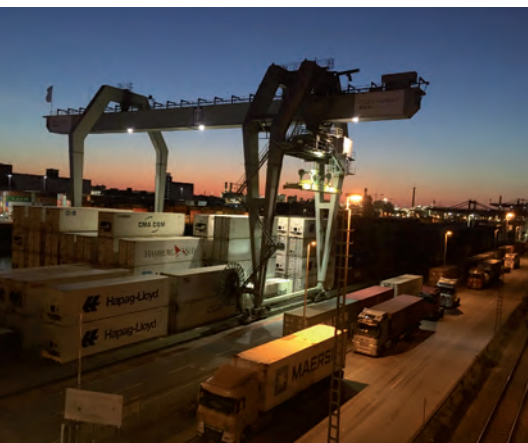
Fast lautlos und gespenstisch schweben Container über dem Wasser. Zunächst beobachten wir von einem luftigen Aussichtspunkt auf der Kurt-Schuhmacher Brücke die Arbeit der Portalkräne im Mannheimer Hafen. Danach besuchen wir das Containerterminal und können die Arbeit der Portalkräne aus nächster Nähe beobachten und fotografieren. Mit etwas Glück können wir auch einen Kran besteigen und von oben fotografieren. Der gewählte Zeitpunkt in der Blauen Stunde beschert uns eine spannende, mystische Beleuchtung und ist die Basis für gelungene Fotos.

Bitte kleiden Sie sich witterungsgerecht; der Kurs findet auch bei Nieselregen statt!

Bitte bringen Sie Ihre eigene Kamera mit Weitwinkel- und Teleobjektiv, ein stabiles Stativ, sowie geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten mit.

Bitte denken Sie an genügend Akkus und Speicherkarten für Ihre Kameras. Ein stabiles Stativ hilft Ihnen, in Ruhe Ihr Bild zu komponieren und ein Fernauslöser sorgt für verwacklungsfreie Aufnahmen.

Eine kleine Taschenlampe hilft Ihnen, Ihre Ausrüstung wieder komplett einzupacken wenn es dunkel ist.



Stabile Stativ können auf Nachfrage beim Kursleiter ausgeliehen werden. Bitte bei Anmeldung angeben!

- Mi, 08.05.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz der Firma Contargo, Werfthallenstraße 1, 68159 Mannheim

Bildbesprechung: vhs, Raum 113

Mi, 15.05.2024, 18.00 - 21.00 Uhr

49,00 €/8 UE/2x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/7

**241DA21130**

### „Ludwigshafen einmal anders: Fotoexkursion in den Wildpark“

Kommen Sie mit uns in „Ecken“ von Ludwigshafen, die untypisch sind für unsere Industriestadt.

Heute wandern und fotografieren wir im Wildpark Ludwigshafen, einem 30 ha großen Auenwald, in dem über 200 Tiere aus 30 europäischen Wildarten leben. Lassen Sie die Natur auf sich wirken, entschleunigen und beobachten Sie die teils freilaufenden Wildtiere aus nächster Nähe und machen beeindruckende Fotos. Mitarbeitende des Parks bringen uns die Fauna und Flora näher, vom Fotodesigner Ulrich Oberst erfahren Sie hilfreiche Tricks und Kniffe zum Thema Fotografie.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera/Objektive, Speicherkarten und geladene Akkus mit.





Sie benötigen feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung. Wir finden Motive von Weitwinkel bis Tele, packen Sie ein, was Ihnen am meisten Freude bereitet.

**Stabile Stativ können auf Nachfrage beim Kursleiter ausgeliehen werden. Bitte bei Anmeldung angeben!**

Falls vorhanden, können ein Makro- und ein Teleobjektiv gute Dienste leisten. Ein Einbeinstativ erleichtert die Handhabung der langen Teleoptiken.

Denken Sie an bequeme Schuhe sowie dem Wetter angepasste Kleidung und Getränke.

Die Eintrittsgebühr, die der Wildpark erhebt (aktuell: 5 Euro), ist nicht in der Kursgebühr erhalten.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera/Objektive, ein stabiles Stativ, Speicherkarten und geladene Akkus mit. Falls vorhanden, können ein Makro- und ein Teleobjektiv gute Dienste leisten.

- Sa, 13.04.2024, 14.00 - 18.00 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz des Wildparks Rheingönheim

Fr, 19.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 113

59,00 €/9,3 UE/2x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/8

**241DA21132**

## Industriekultur in der Blauen Stunde: Das Großkraftwerk - Fotoexkursion

Die Fotografie in der Blauen Stunde und bei wenig Licht hat einen ganz besonderen Reiz!

Sie erfordert meist lange Belichtungszeiten und ist ein spannungreiches Feld für fotografische Versuche. Gleichzeitig sorgt die Entschleunigung für einen Ausgleich zum hektischen Alltag.

Zu Beginn werden wir die technischen Voraussetzungen und die Ausrüstung besprechen, dann suchen wir interessante Perspektiven am Rhein für den Blick auf das Mannheimer Großkraftwerk.

Sie benötigen feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung!

Bitte denken Sie an genügend Akkus und Speicherkarten für Ihre Kameras. Ein stabiles Stativ hilft Ihnen, in Ruhe Ihr Bild zu komponieren und ein Fernauslöser sorgt für verwickelungsfreie Aufnahmen. Eine kleine Taschenlampe hilft ihnen, Ihre Ausrüstung wieder komplett einzupacken, wenn es dunkel ist.

Treffpunkt: Bei der Rheinfähre Altrip

Bitte bringen Sie Ihre Kamera/Objektive, ein stabiles Stativ, Speicherkarten und geladene Akkus mit. Falls vorhanden, können ein Makro- und ein Teleobjektiv gute Dienste leisten.

- Fr, 05.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Treffpunkt: Bei der Rheinfähre Altrip

Fr, 12.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 113

49,00 €/8 UE/2x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/7

**241DA21133**



## Fotoexkursion nach Wissembourg

Kommen Sie mit über die „unsichtbare“ Grenze zu unseren französischen Freunden und Nachbarn in Wissembourg. Mit unseren Kameras streifen wir durch die malerische Innenstadt, die heute noch von der alten Stadtmauer umgeben ist. Wir schauen in die gotische Abteikirche Saints-Pierre-et-Paul, die ist mit ihren 1320 qm Grundfläche neben der Kathedrale in Strasbourg eine der größten Kirchen im Elsass. Und lassen uns am Flusslauf der Lauter entlang durch die Altstadt treiben. Sie benötigen feste Schuhe, sowie dem Wetter angepasste Oberbekleidung. Bitte denken Sie an genügend Akkus und Speicherkarten für Ihre Kameras. Ein stabiles Stativ ist bei schwachem Licht notwendig und hilft Ihnen in Ruhe Ihr Bild zu komponieren. Wir finden Motive von Weitwinkel bis Tele, packen Sie ein, was Ihnen am meisten Freude bereitet. Stative können beim Kursleiter ausgeliehen werden, bitte melden Sie sich bei Bedarf bereits bei Ihrer Anmeldung. Wir reisen gemeinsam mit der Bahn ab LU Hauptbahnhof an.

Abfahrt ist um 9:03 Uhr, Treffpunkt um 8:45 Uhr am Gleis 5. Die Rückfahrt ist gegen 19:00 Uhr.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera/Objektive, ein stabiles Stativ, Speicherkarten und geladene Akkus mit. Falls vorhanden, können ein Makro- und ein Teleobjektiv gute Dienste leisten.

- Sa, 04.05.2024, 09.00 - 20.00 Uhr  
Treffpunkt: 08:45 Uhr LU Hauptbahnhof Gleis 5

Di, 14.05.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 110  
99,00 €/19,3 UE/2x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/7

**241DA21134**



## Fotoexkursion zur Privat-Kaffee-Rösterei Mohrbacher

Seit 1924 wird in der Privat-Kaffee-Rösterei Mohrbacher rein handwerklich Kaffee geröstet. Sie schauen dem Röster mit Ihren Kameras „über die Schulter“ - und den Ausleserinnen „auf die Finger“. Hier sehen Sie, wie Röstkaffee entsteht. Es gibt in der Produktion keine Computer; die Prozesse werden noch von Hand geregelt.

Für diese Fotoexkursion sind Grundkenntnisse, z.B. aus „Einführung in die (digitale) Fotografie“ notwendig!

Treffpunkt ist am 16.05.2024 um 9.00 Uhr vor der Privat-Kaffee-Rösterei Mohrbacher, Mundenheimer Str. 233, 67061 Ludwigshafen. Nach Besprechung der nötigen Kameraeinstellungen für die Fotografie starten wir mit dem Fotoshooting in der Rösterei.

Bitte eigene Kamera/Objektive, Speicherkarten und geladene Akkus mitbringen.

- Do, 16.05.2024, 09:00 - 12:00:  
Exkursion zur Kaffee-Rösterei Mohrbacher, Mundenheimer Str. 233, 67061 LU

Do, 13.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 102  
49,00 €/8 UE/2x

Ulrich Oberst

Min/Max-TN 6/6

**241DA21135**

Foto: Ulrich Oberst

---

## Außergewöhnliche Architektur im Wilhelm-Hack-Museum

Einstieg in die Architekturfotografie

In Kooperation

mit dem



wilhelmhack.museum  
LUDWIGSHAFEN AM RHEIN

Wilhelm-Hack-Museum

Architektur und moderne Kunst verbinden sich im Wilhelm-Hack-Museum auf eindrucksvolle Weise. In diesem beeindruckenden Umfeld tauchen wir ein in die spannende Welt der Architekturfotografie. Sie erlernen die Grundlagen der Architekturfotografie und schaffen mit Ihrer Kamera eigene aussagekräftige Werke. Bitte denken Sie an genügend Akkus und Speicherkarten für Ihre Kameras. Ein stabiles Stativ ist bei Architekturaufnahmen meist notwendig und hilft Ihnen in Ruhe Ihr Bild zu komponieren. Wir finden Motive von Weitwinkel bis Tele, packen Sie ein, was Ihnen am meisten Freude bereitet. Stativie können beim Kursleiter ausgeliehen werden, bitte melden Sie sich bei Bedarf bereits bei Ihrer Anmeldung.

Bitte mitbringen: Kamera/Objektive (Weitwinkel), Speicherkarten und geladene Akkus.

Der Eintritt für das Museum ist an der Museumskasse zu entrichten.

- Sa, 23.03.2024, 10.00 - 17.00 Uhr  
Wilhelm-Hack-Museum,  
Berliner Str. 23, 67059 Ludwigshafen
  - Mi, 10.04.2024, 18.00 - 21.00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 113  
79,00 €/9,3 UE/1x
- 
- Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/6 **241DA21136**

Foto: Ulrich Oberst



## Ludwigshafen einmal anders: Zu Gast bei der Privatbrauerei Gebr. Mayer

Kooperation mit der Privatbrauerei Gebr. Mayer



Kultur | Gestalten

Seit 1846 wird von der Privatbrauerei Gebr. Mayer in Oggersheim rein handwerklich Bier gebraut. Backsteingebäude aus der Zeit der Industrierevolution prägen das Erscheinungsbild dieses ältesten bestehenden Unternehmens in Ludwigshafen.

Sie schauen den Brauern mit Ihren Kameras „über die Schulter“ - gerade am Donnerstagmorgen geht es im Sudhaus „zur Sache“ und Sie sehen wie Bier entsteht. Hier gibt es in der Produktion keine Computer, alle Prozesse werden noch von Hand geregelt und gesteuert.

Die Fotoexkursion ist für erfahrene Fotografen\*innen gedacht, für fotografische Anfänger\*innen ist sie nicht geeignet.

Treffpunkt am ersten Kurstag:  
Privatbrauerei Gebr. Mayer,  
67071 Ludwigshafen, Schillerstr. 8

Bitte mitbringen: Kamera/Objektive (Weitwinkel), Speicherkarten und geladene Akkus.

- Do, 20.06.2024, 09:00 - 12:00 Uhr  
Treffpunkt ist vor der Brauerei
  - Do, 27.06.2024, 18:00 - 21:00 Uhr  
Bildbesprechung: vhs, Raum 102  
49,00 €/8 UE/2x
- 
- Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/6 **241DA21137**



Ihr Kursleiter  
Michael Busch



Foto: privat

## 1000 Tricks für bessere Smartphonefotos

Neu

Mit den Kameras unserer Smartphones werden täglich Millionen von Bildern geschossen und die meisten von uns haben das Smartphone immer dabei. Wir erkunden in diesem Kompaktworkshop die Möglichkeiten der Smartphone Kamera und vertiefen die Kenntnisse durch Praxisübungen. Auch die Bildgestaltung kommt in diesem Workshop nicht zu kurz. Anschließend übertragen wir die Bilder vom Smartphone auf Ihren Rechner, speichern sie dort und bereiten sie zum Versand per E-Mail vor.

Voraussetzung für diesen Kurs: sicherer Umgang mit dem eigenen Smartphone! Bitte bringen Sie Ihr Mobiltelefon und einen Laptop mit, eine Powerbank hilft Ihrem schwachen Akku wieder auf die Beine.

- Sa, 09.03.2024, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs, Raum 110  
52,00 €/8,3 UE/1x  
Ulrich Oberst  
Min/Max-TN 6/6 **241DA21138**

Bitte mitbringen:  
Gitarre, Notenständer  
25,00 € für Notenmaterial sind direkt beim Dozenten zu bezahlen.

- Di, ab 20.02.2024, 19.15 - 20.45 Uhr  
vhs, Raum 06  
129,00 €/30 UE/15x  
Michael Busch  
Min/Max-TN 6/12 **241DA21301**

## Gitarre für Fortgeschrittene

Vorkenntnisse erforderlich (Grundakkorde, einfache Schlag- und Zupftechniken)

In diesem Kurs erlernen Sie weiterführende Techniken in Liedbegleitung, Fingerpickings, Harmonielehre, Barréeakkorde.

Bitte mitbringen: Gitarre, Notenständer  
25,00 € für Notenmaterial sind direkt beim Dozenten zu bezahlen.

- Di, ab 20.02.2024, 18.15 - 19.00 Uhr  
vhs, Raum 06  
112,00 €/15 UE/15x  
Michael Busch  
Min/Max-TN 5/8 **241DA21302**

## Musik

### Gitarre für Anfänger\*innen

Keine Vorkenntnisse erforderlich  
Der Gitarrenkurs wendet sich an alle, die bisher noch keine oder wenig Erfahrung mit dem Instrument gemacht haben. Vermittelt werden Grundkenntnisse in Liedbegleitung (einfache Akkorde), Begleitmuster sowie theoretische Grundlagen. Gitarren können gegen Gebühr (10,00 Euro/Monat) direkt beim Dozenten ausgeliehen werden (falls gewünscht, bitte bei Anmeldung angeben).

## Angebote für Kinder

### Neue Ideen für den Kindergeburtstag

Neu

junge vhs

Einen Kindergeburtstag auszurichten, empfinden viele Eltern als Feuerprobe: Nicht nur müssen sie eine wilde Rasselbande beaufsichtigen, sondern auch dafür sorgen, dass das Geburtstagskind nicht zu kurz kommt und alle Gäste zufrieden nach Hause gehen. Dann muss auch noch ein Programm gefunden wer-



den, das möglichst allen Spaß macht und nicht bloß 08:15 ist... Wie Sie all diese Dinge unter einen Hut bekommen, erfahren Sie in diesem Kurs.

Sie erleben einen intensiven praxisorientierten Nachmittag, der Ihnen Anregungen und Impulse für den nächsten Kindergeburtstag gibt. Der Workshop fokussiert sich auf Geburtstagsfeiern, die im Freien und der Natur stattfinden.

Wir werden geeignete Methoden, Spiele und Kreativmodule ausprobieren, sodass Sie mit einem Pool an neuen und effektiven Geburtstagsideen nach Hause gehen.

Inhalte dieses Workshops:

Fragen rund um die Organisation und Durchführung eines Kindergeburtstages im Freien

Entwickeln und Ausprobieren von Kreativ-, Wald- und Erlebnispädagogischen Programmideen

Kennenlernen von Methoden, für das Leiten einer Kindergruppe

Der Workshop konzentriert sich auf Programmideen für alle Kids zwischen 7 und 11 Jahren. Nicht im Mittelpunkt stehen Rezeptideen oder Dekorationen für Kindergeburtstage.

Bitte mitbringen: Schmutzunempfindliche Kleidung, gutes Schuhwerk, ggf. Getränk und kleine Stärkung für Zwischendurch

- Sa, 06.04.2024, 14.00 - 17.00 Uhr  


---

 Haus der Naturpädagogik/Wildpark Rheingönheim  


---

 25,00 €Materialkosten: 8,00 €  
 Script/4 UE/1x  


---

 Jonathan Danigel  


---

 Min/Max-TN 6/10 **241DA2000**

## Origami Kids in den Pfingstferien

Die Bunte Welt des Origamis für Kinder ab 7 Jahren:

Wir falten in lustiger Runde einfache Sachen, die einfach nur Spaß machen. Alles muss da nicht so genau sein, es geht um die gemeinsame Freude. Mit einfachsten Mitteln können die Kinder mit Papier und Farben arbeiten und falten. Ein bisschen reden wir über Papier und was denn Origami ist, aber im Mittelpunkt stehen unsere Faltfiguren und wir merken ganz von selbst, dass Origami auch etwas Beruhigendes und Kreatives ist.

Bitte mitbringen: 50 Cent für Material

- Fr, 24.05.2024, 16.00 - 18.00 Uhr  


---

 vhs, Raum 102  


---

 Kostenfrei/2,7 UE/1x  


---

 Christoph Lorenz  


---

 Min/Max-TN 4/8 **241DA20000**

## Origami Kids in den Sommerferien

Die Bunte Welt des Origamis für Kinder ab 7 Jahren:

Wir falten in lustiger Runde einfache Sachen, die einfach nur Spaß machen. Alles muss da nicht so genau sein, es geht um die gemeinsame Freude. Mit einfachsten Mitteln können die Kinder mit Papier und Farben arbeiten und falten. Ein bisschen reden wir über Papier und was denn Origami ist, aber im Mittelpunkt stehen unsere Faltfiguren und wir merken ganz von selbst, dass Origami auch etwas Beruhigendes und Kreatives ist.

Bitte mitbringen: 50 Cent für Material

- Fr, 19.07.2024, 16.00 - 18.00 Uhr  


---

 vhs, Raum 102  


---

 Kostenfrei/2,7 UE/1x  


---

 Christoph Lorenz  


---

 Min/Max-TN 4/8 **241DA20001**





## Kooperation mit dem Stadtmuseum Ludwigshafen



Unsere beliebte Museumspädagogin Petra Henke bietet abwechslungsreiche und kostenfreie Programme von eineinhalb Stunden für Kinder von ca. 6-10 Jahren in der vhs an.

Tilli und Max, die beiden Museumsmäuse aus dem Stadtmuseum Ludwigshafen nehmen euch mit auf eine kindgerechte Zeit- und Ortsreise zu verschiedenen Themen. Sie wollen mit euch die Welt erkunden. Kommt mit und erlebt Abenteuer!

Die Veranstaltungen finden per Voranmeldung für max. 8 Kinder statt (ein Wartelistenplatz bietet die Chance nachzurücken). Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot im Rahmen einer Kooperation mit dem Stadtmuseum der Stadt Ludwigshafen.

### Osterferienprogramm

#### Mit Tilli und Max in die Zeit der Urgeschichte

Vor zehntausenden von Jahren sah die Gegend hier am Rhein noch ganz anders aus. Es herrschten eisige Temperaturen. Unsere Vorfahren lebten als Jäger und Sammler in Menschengruppen. Sie zogen hinter Tierherden her. Damals lebte das Mammut und der Riesenhirsch, aber auch das Wollnashorn oder der Höhlenlöwe.

Wie diese Tiere aussahen, kann man noch heutzutage in manchen Höhlen bestaunen. Dort haben die Menschen sie vor langer Zeit auf den Wänden aufgemalt. Warum die Tiere heute nicht mehr existieren, lernt ihr unter anderem in diesem kleinen Kurs.

Natürlich darf auch das Basteln nicht zu kurz kommen. So dürft ihr mit Pastell-



Quelle: Petra Henke

kreide auf Zeichenkarton die Tiere der letzten Eiszeit malen und euer Werk mit nach Hause nehmen.



- Mo, 25.03.2024, 11.30 - 13.00 Uhr

vhs, Raum 102

Kostenfrei/2 UE/1x

Petra Henke

Min/Max-TN 5/8

**241DA2002**

Quelle: Petra Henke

#### Mit Tilli und Max in die Jungsteinzeit

Wie haben die Menschen in unserer Gegend in der Jungsteinzeit gelebt? Sah die Natur schon genau so aus wie heute?

Diese und viele andere Fragen werden in dem kleinen Kurs beantwortet. Zusätzlich wird eine kleine Schüssel aus Luft trocknendem Ton gebastelt, die dann natürlich mit nach Hause genommen werden kann.

- Mo, 25.03.2024, 14.30 - 16.00 Uhr

vhs, Raum 102

Kostenfrei/2 UE/1x

Petra Henke

Min/Max-TN 5/8

**241DA2003**



Quelle: Petra Henke



**Für Kinder von 6-10 Jahren**  
 Die Veranstaltungen finden per Voranmeldung für maximal 8 Kinder statt (ein Wartelistenplatz bietet die Chance nachzurücken).  
 Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot im Rahmen einer Kooperation mit dem Stadtmuseum der Stadt Ludwigshafen.

Quelle: Petra Henke



Kultur | Gestalten

**Mit Tilli und Max in die Römerzeit**

Vor ungefähr 2000 Jahren lebten die Römer auch in unserer Gegend. Entlang des Rheines, der als Wasserstraße benutzt wurde, baute das römische Militär Kastelle. Richtung Pfälzer Berge entstanden große Bauernhöfe, die sogenannten Villae Rusticae. Diese waren im Innern mit Wandmalereien und Mosaiken geschmückt.

In diesem Kurs geht es also rund um das Thema Römerzeit und auch das Basteln wird nicht zu kurz kommen.

So dürft ihr ein eigenes, kleines Mosaik herstellen und natürlich mit nach Hause nehmen.

- Di, 26.03.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
 vhs, Raum 102  
 Kostenfrei/2 UE/1x  
 Petra Henke  
 Min/Max-TN 5/8 **241DA20004**

**Mit Tilli und Max in das Mittelalter**

Das Mittelalter ist die Zeit der Burgen und Ritter, der Kaiser und Könige, aber auch der großen Kirchen und Klöster. Manche Stadtteile Ludwigshafens sind schon im Mittelalter entstanden, so zum Beispiel Oggersheim. In den Klöstern wurden wunderschöne Bücher mit vielen farbigen Bildern hergestellt.

In diesem Kurs werden wieder viele Fragen beantwortet und eine kleine, bunte mit Gold verzierte Initiale hergestellt, die ihr natürlich mit nach Hause nehmen dürft.

Wenn ihr nicht wisst, was eine Initiale ist, dann kommt doch einfach vorbei.

- Di, 26.03.2024, 14.30 - 16.00 Uhr  
 vhs, Raum 102  
 Kostenfrei/2 UE/1x  
 Petra Henke  
 Min/Max-TN 5/8 **241DA20005**

Rückfragen könnt Ihr an unseren Kooperationspartner unter [stadtmuseum@ludwigshafen.de](mailto:stadtmuseum@ludwigshafen.de) stellen.



Quelle: Petra Henke



## Mit Tilli und Max in die Zeit des bayerischen Königs Ludwig I

Wusstet ihr schon, dass die Pfalz ungefähr 130 Jahre lang zu Bayern zählte? Das heutige Bundesland Bayern war damals ein Königreich und einer dieser Könige hieß Ludwig I. König Ludwig schätzte unsere Gegend sehr, erinnerte ihn das milde Klima der Pfalz doch an Italien. Nicht weit von hier, oberhalb der Stadt Edenkoben, ließ er ein Schloss errichten. Dort verbrachte er mit Familienmitgliedern viele Sommeraufenthalte. Er machte sozusagen Urlaub in der Pfalz. In unserem heutigen Kurs werden wir einiges Wissenswertes über den bayerischen König, sein Schloss und seine Vorliebe für römische Kunst hören und passend dazu eine pompejanische Wandmalerei erstellen.

Was unsere Stadt am Rhein mit dem bayerischen König sonst noch zu tun hat, erfahrt ihr im nächsten Kurs.

- Mi, 27.03.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20008**

## Mit Tilli und Max in die Zeit der Industrialisierung

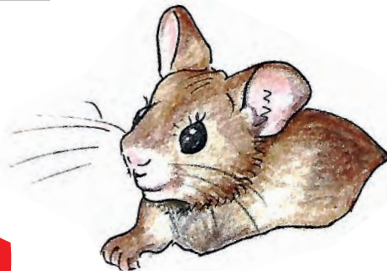
Zeit der Industrialisierung klingt sehr kompliziert. Doch in diese Epoche fällt auch die Entstehung der Stadt Ludwigshafen. Unsere Stadt ist nämlich noch nicht sehr alt. Erst vor ungefähr 160 Jahren wurde sie zur Stadt erhoben. Vorher befand sich hier eine Rheinschanze, eine kleine, befestigte Anlage zum Schutz der Festung Mannheim.

In diesem Kurs unternehmen wir eine Zeitreise und erfahren mittels vieler Bilder einiges über unsere Stadtgeschichte, in der natürlich die BASF auch eine große Rolle spielt.

Im kreativen Teil erstellt ihr heute ein Fensterbild aus buntem Transparentpapier.

- Mi, 27.03.2024, 14.30 - 16.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20009**

Rückfragen  
könnt Ihr an unseren  
Kooperationspartner unter  
[stadtmuseum@ludwigshafen.de](mailto:stadtmuseum@ludwigshafen.de)  
stellen.



Quelle: Petra Henke



## Frühjahrsangebote

### Heute geht es - in die Zeit, als der Rhein ein neues Bett bekam

Ja, der Rhein sah nicht schon immer so aus, wie Du ihn heute bei Ludwigshafen siehst. In früheren Zeiten war der Rhein ein breiter, in weiten Teilen wilder Fluss. Häufig überschwemmte er das Umland. Dadurch wurden Ernten an seinen Ufern vernichtet und die Menschen hungerten. Aber auch Sumpflandschaften existierten, wo Insekten lebten, welche Krankheiten übertrugen. Als schnellere Schiffe die Wasserstraßen eroberten, wurde das Rheinbett ausgegraben und seine vielen Windungen wurden begradigt.

In diesem Kurs erfahrt ihr Wissenswertes über den alten und neuen Rhein und wie sich aus einem natürlichen Hafen an der Rheinschanze ein künstlicher entwickelte. Natürlich darf auch das Basteln nicht zu kurz kommen. So dürft ihr ein Dampfschiff aus buntem Karton erstellen und mit nach Hause nehmen..

- Sa, 06.04.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20010**

### Heute geht es - in die Zeit, als die Eisenbahn nach Ludwigshafen kam

Vor bald zweihundert Jahren – genauer gesagt im Jahr 1835 – wurde die erste Eisenbahnstrecke im Namen des bayerischen König Ludwig I eröffnet. Die Strecke führte von Nürnberg nach Fürth. Die erste Bahnstrecke in der Pfalz ließ ebenfalls der bayerische König verlegen. Sie führte von Bexbach über Neustadt an

der Weinstraße und endete am Rhein in unserer Stadt, die den Namen nach jenem bayerischen König erhalten hat.

Wie diese Bahn hieß, wie sie aussah und wie aus der ehemaligen Rheinschanze Ludwigshafen wurde, erfahrt ihr in diesem kleinen Kurs.

Auch das Basteln darf wieder nicht zu kurz kommen. Heute erstellt ihr eine „Pop Up Karte“ zum Ausmalen mit einer Lokomotive.

- Sa, 13.04.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 110  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20011**

### Heute reisen wir - in die frühe Zeit der BASF

In Ludwigshafen befindet sich eine der größten Chemiekonzerne der Welt: die BASF. Dies ist eine Abkürzung und bedeutet „Badische Anilin- und Sodafabrik“. Sie ist eigentlich in Mannheim gegründet worden, dann aber später unter der bayerischen Herrschaft geleitet worden.

Besonders bekannt wurde die junge BASF durch die Herstellung von künstlichen Farben, darunter das „Jeansblau“.

Wie diese Industrie entstanden ist, werden wir heute erfahren.

Im Anschluss dürft ihr eine Stofftasche mit bunten Acrylfarben bedrucken und mit nach Hause nehmen.

- Sa, 20.04.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20012**



## Heute geht es - in die Arbeiterwelt zur Zeit der jungen Industriestadt

Als Maschinen die Arbeitskraft der Menschen ersetzen und große Fabriken entstanden, zogen viele Familien in die Nähe der Industrieanlagen, um dort Arbeit zu finden und Geld zu verdienen.

Aber die Arbeit war sehr hart, die Tage lang und entbehrungsreich. Auch Kinder mussten mit anpacken, denn es gab noch keinen Schutz für Minderjährige. Der Arbeitslohn war gering und der erhoffte Reichtum blieb aus. Häufig hatten die Familien zu wenig zu essen und die Menschen litten unter Mangelernährung.

So waren die haltbaren Lebensmittel, die vor ungefähr 150 Jahren neu auf den Markt kamen, wie zum Beispiel Tütensuppen, eine willkommene Abwechslung auf dem Speiseplan.

Auch in Ludwigshafen gab es eine Arbeitersiedlung. Sie entstand aus einem ehemaligen Bauernhof – dem Hemshof, der vor den Toren der BASF lag.

In dem Kurs erfahrt ihr, wie die Menschen in der Arbeitersiedlung gelebt, was sie gegessen haben und wie ihr Arbeitstag aussah.

Im kreativen Teil werden wir aus leeren Konservendosen Lauf-Stelzen basteln.

- Sa, 27.04.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 110  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20013**

## Für Kinder von 6-10 Jahren

Die Veranstaltungen finden per Voranmeldung für maximal 8 Kinder statt (ein Wartelistenplatz bietet die Chance nachzurücken).

Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot im Rahmen einer Kooperation mit dem Stadtmuseum der Stadt Ludwigshafen.

## Heute tauchen wir - in die Kinderwelt um 1900 ein

Mit was haben die Kinder eigentlich vor hundertfünfundzwanzig Jahren gespielt? Es gab doch noch kein Internet und kein Tablet. Gab es überhaupt schon Spiele?

Mit welchen Dingen sich die Kinder in Ludwigshafen um 1900 beschäftigten, werdet ihr in diesem Kurs erfahren.

Und natürlich werden wir auch wieder kreativ sein; diesmal bastelt jedes Kind ein Verschwindetheater.

Was das ist? Lasst euch überraschen.

Für Kinder von 6-10 Jahren

- Sa, 04.05.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20014**

## Heute geht es - in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts

Die Stadt Ludwigshafen wächst. Aus der ehemaligen Rheinschanze wird eine Verkehrsader. Auf dem Rhein fahren immer größere Schiffe, die Eisenbahn transportiert Güter und Menschen, die ersten Automobile fahren über die Straßen und lösen nach und nach die Kutschen ab. Am Himmel sieht man ab und zu Luftschiffe und schließlich sogar Flugzeuge.

In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts entwickeln sich viele verschiedene Transportmittel. Wie die Menschen damals über die schnellen Fahrzeuge dachten und wie sie sie genutzt haben, werdet ihr unter anderem in diesem Kurs hören.





Passend zum Thema darf heute jedes Kind einen kleinen Heißluftballon mit Korb basteln, den es dann zu Hause als Dekoration aufhängen kann.

- Sa, 11.05.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20015**

### Pfingstferien

#### Heute geht es - in die Zeit, als der Rhein ein neues Bett bekam

Ja, der Rhein sah nicht schon immer so aus, wie Du ihn heute bei Ludwigshafen siehst. In früheren Zeiten war der Rhein ein breiter, in weiten Teilen wilder Fluss. Häufig überschwemmte er das Umland. Dadurch wurden Ernten an seinen Ufern vernichtet und die Menschen hungerten. Aber auch Sumpflandschaften existierten, wo Insekten lebten, welche Krankheiten übertrugen. Als schnellere Schiffe die Wasserstraßen eroberten, wurde das Rheinbett ausgegraben und seine vielen Windungen wurden begradigt.

In diesem Kurs erfahrt ihr Wissenswertes über den alten und neuen Rhein und wie sich aus einem natürlichen Hafen an der Rheinschanze ein künstlicher entwickelte. Natürlich darf auch das Basteln nicht zu kurz kommen. So dürft ihr ein Dampfschiff aus buntem Karton erstellen und mit nach Hause nehmen.

- Mi, 22.05.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20016**

#### Heute geht es - in die Zeit, als die Eisenbahn nach Ludwigshafen kam

Vor bald zweihundert Jahren – genauer gesagt im Jahr 1835 – wurde die erste Eisenbahnstrecke im Namen des bayerischen König Ludwig I eröffnet. Die Strecke führte von Nürnberg nach Fürth. Die erste Bahnstrecke in der Pfalz ließ ebenfalls der bayerische König verlegen. Sie führte von Bexbach über Neustadt an der Weinstraße und endete am Rhein in unserer Stadt, die den Namen nach jenem bayerischen König erhalten hat. Wie diese Bahn hieß, wie sie aussah und wie aus der ehemaligen Rheinschanze Ludwigshafen wurde, erfahrt ihr in diesem kleinen Kurs.

Auch das Basteln darf wieder nicht zu kurz kommen. Heute erstellt ihr eine „Pop Up Karte“ zum Ausmalen mit einer Lokomotive.

- Mi, 22.05.2024, 14.30 - 16.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20017**

Rückfragen  
können Sie an unseren  
Kooperationspartner unter  
[stadtmuseum@ludwigshafen.de](mailto:stadtmuseum@ludwigshafen.de)  
stellen.



## Heute reisen wir - in die frühe Zeit der BASF

In Ludwigshafen befindet sich eine der größten Chemiekonzerne der Welt: die BASF. Dies ist eine Abkürzung und bedeutet „Badische Anilin- und Sodafabrik“. Sie ist eigentlich in Mannheim gegründet worden, dann aber später unter der bayerischen Herrschaft geleitet worden. Besonders bekannt wurde die junge BASF durch die Herstellung von künstlichen Farben, darunter das „Jeansblau“. Wie diese Industrie entstanden ist, werden wir heute erfahren.

Im Anschluss dürft ihr eine Stofftasche mit bunten Acrylfarben bedrucken und mit nach Hause nehmen.

- Do, 23.05.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20018**

## Ein Geschenk mit Bildungsgarantie

Überraschen Sie Verwandte, Freunde und Bekannte mit einem **Geschenkgutschein der vhs Ludwigshafen**.

Auch für Firmen zu besonderen Anlässen ein ideales Geschenk. Bei uns erhalten Sie Geschenkgutscheine für eine bestimmte Veranstaltung oder über einen beliebigen Betrag.

Sprechen Sie uns einfach an.  
Wir beraten Sie gerne unter Telefon  
0621 504-2633

## Heute geht es - in die Arbeiterwelt zur Zeit der jungen Industriestadt

Als Maschinen die Arbeitskraft der Menschen ersetzen und große Fabriken entstanden, zogen viele Familien in die Nähe der Industrieanlagen, um dort Arbeit zu finden und Geld zu verdienen.

Aber die Arbeit war sehr hart, die Tage lang und entbehrungsreich. Auch Kinder mussten mit anpacken, denn es gab noch keinen Schutz für Minderjährige. Der Arbeitslohn war gering und der erhoffte Reichtum blieb aus. Häufig hatten die Familien zu wenig zu essen und die Menschen litten unter Mangelernährung.

So waren die haltbaren Lebensmittel, die vor ungefähr 150 Jahren neu auf den Markt kamen, wie zum Beispiel Tütensuppen, eine willkommene Abwechslung auf dem Speiseplan.

Auch in Ludwigshafen gab es eine Arbeitersiedlung. Sie entstand aus einem ehemaligen Bauernhof – dem Hemshof, der vor den Toren der BASF lag.

In dem Kurs erfahrt ihr, wie die Menschen in der Arbeitersiedlung gelebt, was sie gegessen haben und wie ihr Arbeitstag aussah.

Im kreativen Teil werden wir aus leeren Konservendosen Lauf-Stelzen basteln.

- Do, 23.05.2024, 14.30 - 16.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20019**

Rückfragen  
können Sie an unseren  
Kooperationspartner unter  
stadt\_museum@ludwigshafen.de  
stellen.



### Heute tauchen wir - in die Kinderwelt um 1900 ein

Als Maschinen die Arbeitskraft der Menschen ersetzten und große Fabriken entstanden, zogen viele Familien in die Nähe der Industrieanlagen, um dort Arbeit zu finden und Geld zu verdienen.

Aber die Arbeit war sehr hart, die Tage lang und entbehrungsreich. Auch Kinder mussten mit anpacken, denn es gab noch keinen Schutz für Minderjährige. Der Arbeitslohn war gering und der erhoffte Reichtum blieb aus. Häufig hatten die Familien zu wenig zu essen und die Menschen litten unter Mangelernährung.

So waren die haltbaren Lebensmittel, die vor ungefähr 150 Jahren neu auf den Markt kamen, wie zum Beispiel Tütensuppen, eine willkommene Abwechslung auf dem Speiseplan.

Auch in Ludwigshafen gab es eine Arbeitersiedlung. Sie entstand aus einem ehemaligen Bauernhof – dem Hemshof, der vor den Toren der BASF lag.

In dem Kurs erfahrt ihr, wie die Menschen in der Arbeitersiedlung gelebt, was sie gegessen haben und wie ihr Arbeitstag aussah.

Im kreativen Teil werden wir aus leeren Konservendosen Lauf-Stelzen basteln.

- Fr, 24.05.2024, 11.30 - 13.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20020**

### Heute geht es - in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts

Mit was haben die Kinder eigentlich vor hundertfünfundzwanzig Jahren gespielt? Es gab doch noch kein Internet und kein Tablet. Gab es überhaupt schon Spiele?

Mit welchen Dingen sich die Kinder in Ludwigshafen um 1900 beschäftigten, werdet ihr in diesem Kurs erfahren.

Und natürlich werden wir auch wieder kreativ sein; diesmal bastelt jedes Kind ein Verschwindetheater.

Was das ist? Lasst euch überraschen.

Für Kinder von 6-10 Jahren

- Fr, 24.05.2024, 14.30 - 16.00 Uhr  
vhs, Raum 102  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Petra Henke  
Min/Max-TN 5/8 **241DA20021**

### Für Kinder von 6-10 Jahren

Die Veranstaltungen finden per Voranmeldung für maximal 8 Kinder statt (ein Wartelistenplatz bietet die Chance nachzurücken). Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot im Rahmen einer Kooperation mit dem Stadtmuseum der Stadt Ludwigshafen.



FARB  
MIT  
MISCH  
ERIN

Werde  
Kursleiter\*in  
[www.vhs-kurse-leiten.de](http://www.vhs-kurse-leiten.de)

Gestalte das  
bunte Angebot.



# Gesundes Leben







## "vhs macht gesünder!"

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können.

Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin.

Die Angebote der Gesundheitsbildung an der vhs berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Bei Fragen zu unseren Kursangeboten im Fachbereich Gesundes Leben wenden Sie sich bitte an Juliane Krohn, Telefon 0621 504-2017.

### Unsere Gesundheitskurse richten

**sich an alle**, unabhängig von Alter, Beweglichkeit und Vorerfahrung. Die Übungen sind für jede und jeden nachvollziehbar. Ausnahmen sind beim jeweiligen Kurs benannt.

**Bitte beachten Sie:**  
Unser Kursprogramm wird stetig erweitert.  
Die aktuellen Angebote finden Sie online unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Ernährung – Kochen – Genuss



Ernährungsbildung ist eine tragende Säule der praktischen Gesundheitsbildung an der Volkshochschule.

Es werden Kompetenzen zu Ernährung und Essen vermittelt, welche die Gesundheit und Leistungsfähigkeit fördern.

Einsteiger\*innen lernen grundlegende Kochtechniken und Abläufe in der Küche kennen, Fortgeschrittene reisen kulinarisch durch fremde Länder und erfahren nebenbei Wissenswertes über Land und Leute. Außerdem vermitteln die fachkundigen Kursleiterinnen und Kursleiter Kenntnisse zur Lebensmittelkunde und zur gesunden Ernährung.

Das Lernen in der Gruppe, der Austausch untereinander und das gemeinsame Essen runden jeden Kochkurs ab.

## Kochkurs für Männer

### Männerkochkurs „Txoko“

Der Name „Txoko“ leitet sich von den gastronomischen Bruderschaften baskischer Männer ab, die sich dem Erhalt der guten traditionellen Küche verschrieben haben. Auf dieser Grundlage erlernen Sie in diesem Kurs die Zusammenstellung und fachgerechte Zubereitung besonderer Gerichte. Es wird saisonal und - wenn möglich - mit regionalen Lebensmitteln gekocht.

Die erprobten Rezepte stehen den Teilnehmern zur Verfügung und sollen zum Nachkochen zu Hause anregen. Gute Kenntnisse im Kochen sind Voraussetzung.

Die Lebensmittelkosten werden unter den Teilnehmenden geteilt.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Speiseprouben, ein eigenes Getränk und Geld für die Lebensmittelumlage.

- Fr, ab 09.02.2024, 17.30 - 22.00 Uhr  
Weitere Termine: 08.03., 12.04., 17.05. und 14.06.2024

Integrierte Gesamtschule Gartenstadt,  
Küche, Abteistraße 18

Kostenfrei/30 UE/5x

Rainer Rahn / Jörg Lehmann

Min/Max-TN 8/12

**241EA30504**

**Für alle Kochkurse**

**Bitte mitbringen:**

**Schürze, Haargummi,  
2 Geschirrtücher, Handtuch und  
ausreichend (!) Behälter für Reste.**

**Bitte bei langen Haaren diese  
zurückbinden.**



## Kochkurse allgemein

### Vegetarisch mit Power: Proteinreich und vegetarisch kochen

Proteine sind ein wesentlicher Bestandteil einer ausgewogenen und gesunden Ernährung. Dabei ist es für viele Menschen oftmals überraschend, wie leicht es ist, ein proteinreiches Essen ohne eine Fleischquelle zu gestalten. Mit sorgfältig verarbeiteten vegetarischen Zutaten wird Ihnen die Kursleiterin zeigen, wie man vollwertige Gerichte zubereitet, die nicht nur schmackhaft sind, sondern auch den Körper mit wichtigen Nährstoffen versorgen. Dabei ist nicht nur das oftmals bekannte Soja ein Proteinlieferant, auch Hülsenfrüchte sind wahre Protein-Kraftpakete ebenso wie einige andere spannende pflanzliche Quellen.

Bianka Velte ist Ernährungswissenschaftlerin (B. Sc.) und Ernährungsberaterin.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie vegan essen möchte, damit die Kursleiterin die entsprechenden Zutaten dabei hat.

- Sa, 25.05.2024, 10:00 bis 13:45 Uhr  
vhs, Raum 02

27,00 € plus Lebensmittelkosten:  
18,00 € /5 UE/1x

Bianka Velte

Min/Max-TN 6/8 **241EA30501**

## Internationale Küche

Der Blick über den kulinarischen Teller- rand führt zu neuen Geschmackserlebnissen und eröffnet köstliche Perspektiven. Neben der Zubereitung von landestypischen Gerichten lernen die Teilnehmenden Wissenswertes über Land und Leute. Auch Hintergrundinformationen zu bei uns weniger gebräuchlichen Zutaten und Gewürzen werden vermittelt.

Nicht zuletzt sorgt jede Auseinandersetzung mit anderen Kulturen für ein gutes Miteinander in unserer Gesellschaft.

### Italien

#### Italienisches Streetfood

Die italienische Straßenküche hat so viel zu bieten!

Die Dozentin entführt Sie in die Geschmacksvielfalt von Italiens Straßen, von Mailand über Rom, weiter nach Apulien, Kalabrien und zuletzt nach Sizilien.

Anmeldeschluss: Montag vor dem Kurs.

- Sa, 13.04.2024, 11.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Raum 02

39,00 € plus Lebensmittelkosten:  
22,00 € /7,3 UE/1x

Manuela Bonelli

Min/Max-TN 6/8 **241EA30524**

**Bitte beachten Sie:**  
Unser Kursprogramm wird stetig erweitert. Die aktuellen Angebote finden Sie online unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

**Bitte mitbringen:**  
Schürze, Haargummi,  
2 Geschirrtücher, Handtuch und ausreichend (!) Behälter für Reste.  
Bitte bei langen Haaren diese zurückbinden.



## Korea

### Die Vielfalt des koreanischen Gimbap

Was ist der Unterschied zwischen koreanischem Gimbap und japanischem Sushi?

In diesem Kurs finden und schmecken Sie die Antwort: Gimbap ist ein koreanisches Reisroll-Gericht und ein sehr beliebter Snack in Korea. Gimbap enthält Reis und Gemüse und es sind viele Kombinationen der Füllung möglich. Auch der Reis kann mit weiteren Zutaten kombiniert werden.

In diesem Kochkurs lernen Sie, wie Gimbap in verschiedenen Variationen hergestellt wird und Sie kreieren eine eigene Variante. Folgende Sorten werden gemeinsam zubereitet: Vegetarisches Gimbap, California Gimbap, Thunfisch Gimbap, Bulgogi Gimbap. Als Beilage gibt es koreanisches Kohlrabi-Kimchi.

Kurssprachen sind Deutsch und Englisch

- Do, 18.04.2024, 17.30 - 20.30 Uhr  
vhs, Raum 02

22,50 € plus Lebensmittelkosten:

10,00 € /4 UE/1x

Sungsook Park

Min/Max-TN 6/8

**241EA30530**

### Mein liebstes koreanisches Abendessen: Das Sojabohnen-Gericht Bapsang (vegan)

Wie sieht eine traditionelle Mahlzeit in Korea aus? Die koreanische Mahlzeit zeichnet sich durch Portionen von Bap (gekochtem Reis), Guk (einer Suppe) und verschiedenen Banchan (Beilagen) auf einem Tisch (Sang) aus. Diese Anordnung von Tellern und Gerichten wird als Bapsang bezeichnet.

Es beinhaltet einen hohen Anteil an Gemüse, einen mäßigen bis hohen Teil an Proteinen (Hülsenfrüchten, Fisch und wenig rotes Fleisch) und entspricht damit den Empfehlungen der Planetary Health Diet. Wir bereiten heute eine vegane Variante von Bapsang vor mit Reis, Sojabohnensprossen Suppe (Kongnamul Guk), geschmortem Tofu (Dubu Jorim), Sojabohnensprossen-Beilage (Kongnamul Muchim), saisonalem Gemüse (Namul), und mit einem ein koreanischen Schnittlauch-Pfannkuchen (Buchu Jeon) zu. Außerdem lernen wir die wichtigsten koreanischen Zutaten kennen und Yangnyum-Jang (eine typische Sauce).

Kurssprachen sind Deutsch und Englisch

- Do, 16.05.2024, 17.30 - 20.30 Uhr  
vhs, Raum 02

22,50 € plus Lebensmittelkosten:

10,00 € /4 UE/1x

Sungsook Park

Min/Max-TN 6/8

**241EA30531**

Foto: Sungsook Park



Gesundes Leben

Bitte melden Sie sich für die Kochkurse spätestens drei Werktage vor dem Kursstart an.



## Peru

### Vielfalt der peruanischen Küche

Lassen Sie sich von unserem typischen Fischgericht „Ceviche“ in Limettensaft marinierten Fischwürfeln mit Chili, dazu „Canchita“ geröstet und gesalzene Mais, begeistern. Danach steht „Arroz con Pollo“ grüner Korianderreis mit Hähnchen und Gemüse sowie „Salsa Criolla“ auf dem Plan. Den Ausflug in die peruanische Küche beenden wir mit „Picarones“, Ringförmige frittierte Süßkartoffeln-Kürbisteig mit Feigensirup und mit der gemeinsamen Zubereitung des peruanischen Nationalgetränks „Cocktail de Algarrobina“ Cocktail aus Pisco und Johannisbrotbaumsirup.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie vegetarisch essen möchten.

- Mi, 07.02.2024, 18.00 - 21.30 Uhr  
vhs, Raum 02

25,00 € plus Lebensmittelkosten:  
17,00 € /4,7 UE/1x

Diana Janet Riveros Beteta

Min/Max-TN 6/8 **241EA30535**

### Peru: Moderne Inka Küche

In diesem Kurs werden wir aus Produkten wie der Kartoffel, lila Mais, Chilischoten, Quinoa (Inkareis), Harina para Tamal (gemahlener weißer Mais) leckere und geschmackvolle Gerichte kochen.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie vegetarisch essen möchten.

- Sa, 16.03.2024, 10.00 - 13.30 Uhr  
vhs, Raum 02

25,00 € plus Lebensmittelkosten:  
17,00 € /4,7 UE/1x

Diana Janet Riveros Beteta

Min/Max-TN 6/8 **241EA30532**

## Spanien

### Spanische Küche

Nach den Rezepten meines Vaters bringe ich Euch bei, wie folgende Gerichte gekocht werden: Spanische Paella, selbstgemachtes Brot und Aioli, Tortillas, Patatas Bravas, Asadillo und zum krönenden Abschluss einen leckeren Nachtisch.

Das schmeckt nach Sonne, Urlaub und mediterranem Leben.

Anmeldeschluss: Montag vor dem Kurs

Bitte mitbringen: eigenes Getränk, Schürze, Haargummi, 2 Geschirrtücher, Handtuch, ausreichend (!) Behälter für Reste. Bitte außerdem eine Zewa-Rolle mitbringen.

- Sa, 15.06.2024, 11.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Raum 02

39,00 € plus Lebensmittelkosten:  
27,00 € /7,3 UE/1x

Manuela Bonelli

Min/Max-TN 6/8 **241EA30538**

## Vietnam

### Phó - traditionelle vietnamesische Suppe mit Huhn

Man sagt, wer in Vietnam war und dort keine Phó gegessen hat, war nicht wirklich dort. Diese besondere Suppe ist ein Exportschlager. Geboren und aufgewachsen in Vietnam, hat die Kursleiterin mehr als 30 Jahre dort gelebt: „Ich bin mit Phó aufgewachsen und werde Ihnen die Zubereitung nach traditionellen Rezepten und mit der ganzen Erfahrung meiner Familie verraten.“ Neben Phó werden Sie im Kurs Ihre eigenen Sommerrollen (mit Schweinefleisch und Garnelen) zubereiten und zum Nachtisch





gibt es gegrillte Banane in Klebreis mit Kokosmilch“.

- Fr, 22.03.2024, 17.00 - 21.00 Uhr

vhs, Raum 02

28,00 € plus Lebensmittelkosten

24,00 € /5,3 UE/1x

Thuy Dao

Min/Max-TN 6/8

**241EA30598**

## Vietnamesische Vegi-Küche

Die vietnamesische Küche ist bekannt für ihre Frische, Vielfalt und Einzigartigkeit im Geschmack sowie für die besondere Kombination verschiedener Gerichte zu einer Mahlzeit. Sie lernen die Grundprinzipien der vietnamesischen Küche anhand einer gemeinsam zubereiteten Mahlzeit und können dies anschließend zuhause ganz nach Ihrem Geschmack anwenden und umsetzen. Im Kurs kochen und genießen wir diese traditionellen Gerichte:

- Süß-saurer Karotten-Kohlrabi-Salat mit gerösteten Erdnüssen und Sesam
- vegane, gedünstete Reißpfannkuchen mit süßsaurer Sauce - ein typisches Frühstück in Vietnam
- gedämpftes Omelette mit Mu-Err-Pilzen und jungem Tofu
- gegrillte Auberginen mit geschmorten Zwiebeln, Kichererbsen, Pilzen und süßsaurer Sojasauce und Kokosmilch.

### Bitte mitbringen:

**Schürze, Haargummi,  
2 Geschirrtücher, Handtuch und  
ausreichend (!) Behälter für Reste.  
Bitte bei langen Haaren diese  
zurückbinden.**

- Duftreis mit Kurkuma

- zum Nachtisch knuspriger Bananenkuchen mit Kokosmilch und Cashewnüssen.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie vegan essen, damit die Kursleiterin die entsprechenden Produkte dabei hat.

- Fr, 16.02.2024, 17.30 - 21.00 Uhr

vhs, Raum 02

25,00 €/ plus Lebensmittelkosten

20,00 €/4,7 UE/1x

Thuy Dao

Min/Max-TN 6/8

**241EA30599**

## Tofu selber herstellen

Tofu-Liebhaber\*innen lernen, den eigenen köstlichen und nahrhaften Tofu herzustellen. Die selbst hergestellten Tofustücke werden im Kurs zu folgenden köstlichen Gerichten verarbeitet und gemeinsam genossen:

- Sommerrollen mit Tofu/Garnelen/Hähnchen
- Tofu-Nudel-Suppe mit Champignons und Gemüse
- gebratener Tofu, Hähnchenbruststreifen, Gemüse umhüllt von Chinakohlblättern, gekocht in Tomatensauce
- Süße Mungbohnenuppe mit Lotussamen, Kokosmilch und Mandeln

Wenn Sie vegetarisch/vegan essen, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an, damit die Dozentin die entsprechenden Produkte mitbringen kann.

- Sa, 20.04.2024, 10.00 - 15.00 Uhr

vhs, Raum 02

34,00 € plus Lebensmittelkosten:

23,00 € /6,7 UE/1x

Thuy Dao

Min/Max-TN 6/8

**241EA30597**



## Sprache und Kochen

### Gemeinsam Kochen, Essen und dabei Chinesisch lernen

In diesem Kurs erleben Sie, wie wunderbar Tofu schmecken kann - und was Huángdòu (Sjabohnen) sonst noch Tolles können.

Gemeinsam erkunden wir einfache und raffinierte Kochtechniken erlernen dabei Grundkenntnisse der chinesischen Sprache. Haben Sie diese schon, ist der Kurs die Gelegenheit, Ihre Fähigkeiten aktiv einzusetzen und zu erweitern.

Unser Schwerpunkt liegt auf gesunder, vegetarischer Küche. Dabei werden wertvolle Erkenntnisse der traditionellen chinesischen Medizin vorgestellt, nebst praktischer Anwendung der Heilkraft von Lebensmitteln!

Wir kochen zum Beispiel knusprigen Tofu und Tofu Dumplings

Es sind keine Vorkenntnisse im Chinesischen notwendig.

Die Kurssprachen sind Deutsch u. Englisch.

● Sa, 09.03.2024, 10.30 - 14.00 Uhr  
vhs, Raum 02

25,50 € plus Lebensmittelkosten:

12,00 € /4,7 UE/1x

Hua Zhu

Min/Max-TN 6/8

**241EA30600**

### Kochen auf Spanisch - Da órdenes o instrucciones

Dieser Kurs ist eine Kombination aus Kochkurs und Spanischunterricht.

Dabei lernen Sie Vokabeln, Ausdrücke, Anweisungen sowie Zutaten und Konversation in Bezug auf lateinamerikanisches Essen. Einen Schwerpunkt bildet die Form des spanischen Imperativs, die in Kochrezepten häufig vorkommt.

Es werden neue Rezepte vorgestellt.

Das Sprachniveau entspricht A2 nach dem Europäischen Referenzrahmen, was bedeutet: "ich kann mich in einfachen Situationen verständigen, wenn es um vertraute Themen geht".

● Sa, 04.05.2024, 10.30 - 14.15 Uhr  
vhs, Raum 02

27,00 € plus Lebensmittelkosten:

20,00 € /5 UE/1x

Carolina Schmitt

Min/Max-TN 6/8

**241EA30541**

### Bitte mitbringen:

Schürze, Haargummi,  
2 Geschirrtücher, Handtuch und  
ausreichend (!) Behälter für Reste.  
Bitte bei langen Haaren diese  
zurückbinden.

## Eröffne anderen Perspektiven.



Werde  
Kursleiter\*in

[www.vhs-kurse-leiten.de](http://www.vhs-kurse-leiten.de)



## Backen

### Macarons selber machen - Muttertagsedition

Macarons eignen sich für jede Kaffeetafel, als süßes Fingerfood oder hübsch verpackt zum Verschenken - zum Beispiel zum Muttertag am Sonntag nach diesem Kurs!

Die Dozentin zeigt, wie das bunte französische Kultgebäck selbst herstellt und mit verschiedenen Füllungen drapiert wird. Außerdem verrät Sie einige Tipps und Tricks, denn die Herstellung von Macarons hat ihre Tücken.

Nach diesem Kurs gelingen Ihnen Macarons auch selbstständig.

Anmeldeschluss: Montag vor dem Kurs. Wenn vorhanden bringen Sie bitte mit: Handrührgerät, Schmelztiegel für Wasserbad, Silikonschaber und Schneebesen.

- Sa, 11.05.2024, 11.00 - 16.30 Uhr  
vhs, Raum 02

39,00 € plus Lebensmittelkosten:  
20,00 /7,3 UE/1x

Manuela Bonelli

Min/Max-TN 6/6

**241EA30570**

Ihre  
Kursleiterin  
Manuela  
Bonelli



Foto: Stadt Ludwigshafen

## Getränke

### Teeseminare

#### Teeseminar: Einführung in die japanische Teezeremonie

In diesem Kurs tauchen Sie ein in die Welt der traditionellen Teezeremonie - die Kunst des „Cha No Yu“. „Cha No Yu“, die japanische Teezeremonie ist ein Gesamtkunstwerk.

Zuerst sind Sie Gast einer solchen Teezeremonie und genießen feinen Matcha-Tee mit einer kleinen japanischen Süßigkeit. Anschließend lernen Sie selbst die Zubereitung von Matcha-Tee.

- Sa, 22.06.2024, 15.00 - 17.00 Uhr  
vhs, Raum 213

15,00 € plus Lebensmittelkosten:  
10,00 € /2,7 UE/1x

Mayumi Inayama-Thenent

Min/Max-TN 6/12

**241EA30528**

#### Teeseminar: Verkostung von Grüntee

Kennen Sie den Unterschied zwischen Sencha, Matcha und Gyokuro? Wussten Sie, dass es Grüntee gibt, den schon Babys trinken dürfen? Wie beeinflussen Wasserqualität und Wassertemperatur den Tee? Welche Tassen oder Schalen passen zu den verschiedenen Teesorten? Dies und vieles mehr lernen Sie in diesem Teeseminar mit der Teemeisterin Mayumi Inayama-Thenent kennen. Mayumi Inayama-Thenent ist zertifizierte Tee-Instruktorin sowie 'Tee-Botschafterin' der "Nihoncha Instructor Association".

- Sa, 06.04.2024, 15.00 - 17.00 Uhr  
vhs, Raum 213

15,00 € plus Lebensmittelkosten:  
10,00 € /2,7 UE/1x

Mayumi Inayama-Thenent

Min/Max-TN 6/14

**241EA30529**



## Weinseminare

### Riesling geht immer: Alte Welt trifft Neue Welt

Deutscher Riesling zählt zu den bedeutendsten Weißwein-Rebsorten weltweit. Doch auch in anderen Ländern auf dieser Erde werden Rieslinge in herausragenden Qualitäten angebaut.

In diesem Seminar wollen wir jeweils vier Rieslinge aus der Alten Welt (u. a. aus dem Rheingau und von der Mosel) mit vier Rieslingen aus der Neuen Welt (u. a. aus Australien und den USA) kennen und vergleichen lernen und auch deren unverkennbares Terroir im Wein entdecken. Darüber hinaus lernen wir, nach welchen Kriterien Wein professionell verkostet wird.

Mitzubringen sind: Zwei große Weingläser, Wasser und - wer möchte - ein Spuckgefäß.

Für die acht hochwertigen Weine ist pro Person vor Ort ein Kostenbeitrag von maximal 25,00 € (abhängig von der Teilnehmerzahl) in bar zu entrichten.

- Sa, 06.04.2024, 14.30 - 17.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
38,00 €/4 UE/1x  
Dr. Daniela Goebel  
Min/Max-TN 6/12 **241EA30582**

### Wenn Wein und Musik sich begegnen

Dass Musik, die während einer Verkostung gehört wird, die Wahrnehmung eines Weins ganz entscheidend beeinflussen und intensivieren kann, wurde wissenschaftlich untersucht. Demnach kann eine auf den Wein in Struktur, Stimmung und Herkunft gezielt ausgewählte Musik das Geschmackerlebnis beim



Die Kursleiterin Dr. Daniela Goebel ist Musikwissenschaftlerin, Musiktherapeutin und Assistance Sommelière

Wein-trinken erheblich vertiefen.

Dieses faszinierende Phänomen wollen wir in diesem Seminar sensorisch wie auditiv erleben: Zu sechs ausgewählten Weinen werden von der Kursleiterin klassische Musikwerke vorab ausgewählt. Im Seminar werden wir dann die Musik von einem Tonträger hören und den dazu passenden Wein verkosten. Ähnlich wie in einem Konzert werden wir uns auf die Musik und den Wein einlassen und diese besondere wie neue gustatorisch-auditive Kombination genießen. Im Anschluss werden wir uns über das Erlebte austauschen. Darüber hinaus werden Sie viel Wissenswertes über den Wein wie auch über die Musik erfahren.

Für dieses Seminar wird sowohl ein Interesse an Wein wie auch an klassischer Musik unbedingt vorausgesetzt.

Mitzubringen sind: Zwei große Weingläser, Wasser und - wer möchte - ein Spuckgefäß.

Für die sechs hochwertigen Weine ist pro Person vor Ort ein Kostenbeitrag von maximal 25,00 € (abhängig von der Teilnehmerzahl) in bar zu entrichten.

- Sa, 13.07.2024, 14.30 - 17.30 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
38,00 €/4 UE/1x  
Dr. Daniela Goebel  
Min/Max-TN 6/12 **241EA30581**



Foto: Anh Nguyễn Duy auf Pixabay



Bitte beachten Sie:  
 Unser Vortragsprogramm  
 wird fortlaufend aktualisiert.  
 Die Informationen finden Sie  
 unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) oder  
 in der Tagespresse

Um Anmeldung  
 zu den Vorträgen  
 wird gebeten.

Gesundes Leben

**Vortragsreihe  
 „Mehr Wissen über Gesundheit“**

In dieser Vortragsreihe halten Ärzt\*innen aus Ludwigshafener Gesundheitseinrichtungen und Kliniken Vorträge zu Gesundheitsthemen für die Bürger\*innen Ludwigshafens.

Wir danken den Ärzt\*innen des Klinikums Ludwigshafen, der Atos Klinik Heidelberg und der BG Unfallklinik Ludwigshafen.



Beleuchtet werden Therapieformen von konservativen Optionen bis zur Operation. Und welcher Stellenwert hat die aufkommende robotergestützte Implantation von Endoprothesen der großen Gelenke? Ein weiteres Augenmerk soll zudem auf Wechsel des künstlichen Gelenkes und auch Versorgungen bei Tumoren des Bewegungsapparates gerichtet werden. PD Dr. med. Oliver Bischel ist Sektionsleiter Endoprothetik und Tumororthopädie. Der Vortrag wird auch über den Youtube-Kanal der vhs Ludwigshafen gestreamt.

- Do, 08.02.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
 vhs, Vortragssaal, 2. OG  
 Kostenfrei/2 UE/1x  
 Oliver Bischel  
 Min/Max-TN 8/60 **241EB30301**

**Baustelle Knochen – Altersbedingte Veränderungen der großen Gelenke und deren Behandlung- von konservativ bis zum OP-Roboter**

Altersbedingte Erkrankungen des Skeletts wie Verschleiß oder auch Tumoren nehmen zu. Demgegenüber steht der Wunsch nach körperlicher Aktivität und Unabhängigkeit auch im hohen Alter.

Hier gelangen Sie  
 zu unserem Youtube-Kanal:  
<https://vhs.link/fDnWjK>







## Wir sind für Sie da!

Mit unserer vielseitigen Leistungsstärke, mit innovativen Behandlungsmethoden, partnerschaftlich und umsorgend.

Ihr Maximalversorger in der Region:  
Klinikum Ludwigshafen.

Klinikum Ludwigshafen  
Bremerstraße 79  
67063 Ludwigshafen  
www.klilu.de



KlinikumLudwigshafen



### Hüft- und Knie-Arthrose: Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten von konservativ bis operativ

Die am häufigsten von einer Arthrose betroffenen Gelenke sind das Hüft- und Kniegelenk. Gerade aktive Patienten werden dadurch in ihrem täglichen Leben eingeschränkt, so dass die Lebensqualität deutlich herabgesetzt wird. Wenn physiotherapeutische Behandlungsmaßnahmen nicht mehr ausreichen, sind häufig operative Verfahren

sinnvoll. Dieser Vortrag gibt einen Überblick über moderne und muskel-schonende Behandlungsmöglichkeiten der Hüft- und Kniearthrose bis hin zum Gelenkersatz und bietet die Möglichkeit, Fragen zum Thema mit dem Referenten zu diskutieren.

Prof. Dr. med. Fritz Thorey ist leitender Arzt an der ATOS Klinik Heidelberg.

• Do, 11.04.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x

Prof. Dr. med. Fritz Thorey

Min/Max-TN 8/60 **241EB30304**

Bitte beachten Sie:  
Unser Kursprogramm  
wird stetig erweitert.  
Die aktuellen Angebote  
finden Sie online unter  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Das akute Koronarsyndrom – immer noch Haupttodesursache in Deutschland. Was muss ich wissen - was kann ich tun?

Das akute Koronarsyndrom (ACS) ist immer noch die Haupttodesursache in Deutschland. Es umfasst den „klassischen“ oder ST-Hebungs-Infarkt (STEMI), den Nicht - ST-Hebungs-Infarkt (NSTEMI) und die instabile Angina pectoris.

Da es für alle diese Erkrankungen effektive Behandlungsmöglichkeiten gibt, gilt es, ihre Beschwerden zu kennen und frühzeitig einen Arzt oder eventuell auch Notarzt zu konsultieren, um rechtzeitig eine weiterführende Behandlung zu erhalten.

Der Vortrag wird diese Krankheitsbilder darstellen und erklären sowie Frühsymptome und weitergehende Behandlungsmöglichkeiten aufzeigen.

Professor Dr. med. Ralf Zahn, ist Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Pneumologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin am Klinikum Ludwigshafen.

- Do, 16.05.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Prof. Dr. med. Ralf Zahn  
Min/Max-TN 8/60 **241EB30305**

## Herausforderung Schulterbeschwerden - Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Die Schulter ist ein faszinierendes Gelenk, das eine enorme Bewegungsfreiheit und Leistungsfähigkeit entfaltet. Die rein weichteilige Gelenkführung macht es jedoch anfällig für verschiedenste Beschwerden. In diesem Vortrag wird von muskulärem Ungleichgewicht bis hin zum Gelenkverschleiß (Arthrose) auf verschiedene Beschwerdeursachen eingegangen. Dabei werden innovative

Therapieansätze sowie aktuelle Erkenntnisse aus der Trainingstherapie und moderne operative Verfahren beleuchtet.

Schulterspezialist PD Dr. med. Boris Sowa ist ab April 2024 Leitender Arzt am Internationalen Zentrum für Orthopädie in der Atos Klinik Heidelberg.

- Do, 06.06.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
PD Dr. Boris Sowa  
Min/Max-TN 8/60 **241EB30308**

## Pflegebedürftig - Wer hilft?



Wo kann ich mich hinwenden, wenn ich selbst oder Angehörige aufgrund von Krankheit und Pflegebedürftigkeit Hilfe benötigen?

- Leistungen der Kranken- und Pflegekassen
- Pflegegrade und Begutachtung
- Entlastungsangebote für pflegende Familienangehörige
- Weitere finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten

Ein Informationsvortrag in Kooperation mit den Pflegestützpunkten Ludwigshafen.

- Dienstag, 16.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2 UE/1x  
Claudia Müller-Schmitt /  
Tanja Deike-Weiand  
Min/Max-TN 8/60 **241EB30325**

Bitte beachten Sie auf Seite 46 auch die Veranstaltung „Warum brauchen wir eine queer-sensible Altenhilfe?“  
**241EA10708**



## Diagnose Demenz - was tun?

Der Vortrag richtet sich an Menschen mit Demenz, pflegende An- und Zugehörige und sonstige an einer ehrenamtlichen Pflfegstätigkeit interessierte Personen.

Angehörige von Menschen mit Demenz nehmen häufig erst spät Unterstützung und individuelle Beratung in Anspruch. Mit dem Vortrag sollen sowohl Angehörige als auch deren soziales Umfeld darauf aufmerksam gemacht werden, was sie selbst tun können, aber auch welche Beratung, Unterstützung und Entlastung es gibt, um trotz Pflegeverantwortung gesund zu bleiben.

Die Referentin informiert über:

- Was ist Demenz und welche Auswirkung hat sie?
- Kommunikation und Umgang: Ressourcen stärken statt Defizite betonen.
- Entlastungsmöglichkeiten im professionellen Versorgungssystem
- Rat und Hilfe vor Ort

In Kooperation mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft und der BARMER Pflegekasse.



• Di, 30.04.2024, 17.00 - 19.00 Uhr

vhs, Vortragssaal, 2. OG

Kostenfrei/2,7 UE/1x

Anette Krumhaar

Min/Max-TN 8/60

**241EB30330**

## Hilfe beim Helfen - Unterstützung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Die Altersverwirrtheit stellt Betroffene und ihre Angehörigen vor große Aufgaben in der alltäglichen Lebensgestaltung.

In dieser Schulungsreihe werden folgende Themen behandelt:

Termin 1 - Wissenswertes über Demenz

Termin 2 - Demenz verstehen

Termin 3 - Informationen zu Recht

Termin 4 - Den Alltag leben

Termin 5 - Pflegeversicherungen und Entlastungsangebote

Termin 6 - Herausfordernde Situationen und Pflege

Termin 7 - Entlastung für Angehörige

Zielgruppe: Pflegende und ehrenamtliche Begleiter\*innen von Menschen mit Demenz.

Der Kurs ist nicht für Personen die sich auf dem Arbeitsmarkt qualifizieren wollen und auch nicht für Ehrenamtliche die im niederschweligen Betreuungsbereich bzw. Hospiz arbeiten.

Ein Angebot der Pflegekasse bei der BARMER in Zusammenarbeit mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.



Bitte mitbringen: Schreibzeug, wenn gewünscht.

• Di, ab 28.05.2024, 16.30 - 18.30 Uhr

vhs, Raum 103

Kostenfrei/18,7 UE/7x

Min/Max-TN 8/16

**241EC30005**

Um Anmeldung zu den Vorträgen wird gebeten.



## „Ihr Mut schafft Perspektiven“

Eine Veranstaltungsreihe zum Betreuungsrecht der Arbeitsgemeinschaft Betreuungsvereine Ludwigshafen, Frankenthal, Rhein-Pfalz-Kreis.

[www.ag-betreuungsvereine.de](http://www.ag-betreuungsvereine.de)

### Ihr Mut schafft Perspektiven - Aktuelle Stunde

Die Arbeitsgemeinschaft Betreuungsvereine informiert Sie an diesem Abend über wichtige aktuelle Entwicklungen im Kontext rechtlicher Betreuung.

- Mi, 07.02.2024, 18.00 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2,7 UE/1x  
Min/Max-TN 8/50 **241EB30321**

### Ihr Mut schafft Perspektiven - Möglichkeiten und Grenzen der rechtlichen Betreuung

Was ist der gesetzliche Auftrag eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers. Was ist seine Rolle. Welche Aufgaben und Zuständigkeiten ergeben sich? Die Erfahrung zeigt, dass gerade die Abgrenzung zu anderen Akteuren und die Begrenzung der eigenen Aktivitäten auf die Zuständigkeit in der Rolle als rechtlicher Betreuer die vielleicht größte Herausforderung darstellt.

- Mi, 10.04.2024, 18.00 - 20.00 Uhr  
vhs, Vortragssaal, 2. OG  
Kostenfrei/2,7 UE/1x  
Horst Köster, Diplom-Psychologe  
Min/Max-TN 8/50 **241EB30322**

### Qualifizierung und Vorbereitung für ehrenamtliche Betreuer\*innen

Die gesetzliche Betreuung ist eine anspruchsvolle Aufgabe und erfordert ein hohes Maß an persönlichen Einsatz und sozialer Kompetenz.

Die Schulung, qualifiziert die Betreuerinnen und Betreuer für die Aufgabe, sich der Belange von Menschen anzunehmen, die aufgrund einer Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Petra Maier, Betreuungsverein der Johanniter, Tel. 0621 63526-753; Mail: [petra.maier@johanniter.de](mailto:petra.maier@johanniter.de)

Bitte mitbringen: 10,00 € in bar für Lehrmaterialien, zahlbar am ersten Kurstag.

- Mi, 14.02.2024, 17:30-19:00 Uhr  
vhs, Bürgerhof, Raum 107 und 210  
10 UE/5x **241EC30002**

### Qualifizierung und Vorbereitung für Bevollmächtigte- und solche, die es werden wollen

Wer Interesse an der Übernahme einer Vorsorgevollmacht als Bevollmächtigter\*in hat bzw. bereits Vollmachtnehmer\*in ist wird in diesem Kurs über Aufgaben und Anforderungen als Bevollmächtigte grundlegend informiert.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Petra Maier, Betreuungsverein der Johanniter, Tel. 0621 63526-753; Mail: [petra.maier@johanniter.de](mailto:petra.maier@johanniter.de)

Bitte mitbringen: 10,00 € in bar für Lehrmaterialien, zahlbar am ersten Kurstag.

- Mi, 21.02.2024 17:30-19:00 Uhr  
vhs, Bürgerhof, Raum 110 und 210  
8 UE/4x **241EC30003**



## Das Angebot der Stadtbibliothek zu den Kursen der Volkshochschule

- Sach- und Fachbücher, Belletristik
- Passende Bücher zu den Sprachkursen der VHS
- Anleitungen und Noten
- CDs, DVDs und Blu-ray Discs
- Zeitungen und Zeitschriften
- (Gruppen-) Arbeitsplätze
- Laptops zum Arbeiten in der Bibliothek
- Freies W-LAN
- Ideenw3rk: die Medien- und Kreativ-Werkstatt
- Metropolib.de: eMedien zur digitalen Ausleihe
- PressReader: Internationale Zeitungen und Zeitschriften online lesen
- phase6: digitaler Vokabeltrainer

### Kostenlose Beratung und Information

Kontakt: 0621 504-2605 oder [stadtbibliothek@ludwigshafen.de](mailto:stadtbibliothek@ludwigshafen.de)

[www.ludwigshafen.de/stadtbibliothek](http://www.ludwigshafen.de/stadtbibliothek)

Öffnungszeiten der Zentralbibliothek: Di bis Fr 10-19 Uhr

Bismarckstraße 44-48

Sa 10-15 Uhr

**STADT  
BIBLIOTHEK**

**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein





## Entspannung

### Einblicke in verschiedene Entspannungsverfahren - Kompaktkurs

In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Entspannungstechniken und lernen, wie Sie durch gezielte Übungen zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit finden können. Die vorgestellten Methoden sind unter anderem Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Phantasiereisen, Achtsamkeit, Mentaltraining/Positives Denken, Atem-Techniken und Meditation.

Bitte mitbringen: Matte, gegebenenfalls ein Kissen zur Unterlage unter Kopf, Nacken oder Knie, Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Decke, Getränk.

- Sa, 17.02.2024, 16.00 - 18.15 Uhr

Erich-Kästner-Schule, Turnhalle

Bahnhofstraße 52

16,00 €/3 UE/1x

Sandra Mata Eigenmann

Min/Max-TN 6/12

**241EE30103**

### Einführung in Danse Vita - Kompaktkurs

Danse Vita lehrt Freude an Bewegung und Musik. Dadurch kann eine Verbesserung des eigenen Körpergefühls und der Selbstwahrnehmung erreicht werden.

Dies gelingt im freien Tanz und doch angeleitet durch Bewegungsimpulse, verschiedene Achtsamkeitstechniken und Methoden zur Entspannung.

Geeignet für jedes Alter und keine Vorkenntnisse erforderlich. Sie werden aktiv und handlungsfähig in Körper, Geist und Seele.

Bitte mitbringen: Matte, gegebenenfalls ein Kissen zur Unterlage unter Kopf, Nacken oder Knie, Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Decke, Getränk.

- Sa, 02.03.2024, 16.00 - 18.15 Uhr

Erich-Kästner-Schule, Turnhalle  
Bahnhofstraße 52

16,00 €/3 UE/1x

Sandra Mata Eigenmann

Min/Max-TN 6/14

**241EE30104**

### Buddhistische Meditation

Die Zen-Meditation, auf die dieser Kurs den Fokus setzt, ist eine spezifische Art der buddhistischen Meditation, die sich auf die Praxis der Achtsamkeit und des gegenwärtigen Augenblicks konzentriert.

Sie lernen in diesem Kurs verschiedene Möglichkeiten, wie Sie Meditation in Ihr Leben und Ihren Alltag einbauen können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch/Decke zur Mattenaufgabe. Yogamatten und Meditationkissen sind in der vhs vorhanden.

- Mi, ab 07.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
vhs, Raum 10

40,00 €/10 UE/5x

Gabriele Engl

Min/Max-TN 6/10

**241EE30112**



Foto von GoodLifeStudio über canva.com



## Gehmeditation und Achtsamkeit Im Maudacher Bruch

Meditation ist ein Übungsweg, auf dem der Geist zu Ruhe und Klarheit findet. Wir machen schnelle und sehr langsame Gehmeditation mit verschiedenen Achtsamkeitsübungen.

Insgesamt können Sie in diesem Meditationskurs mit Schwerpunkt auf Gehmeditation, Achtsamkeit und Naturwahrnehmung die Fähigkeit verbessern, im gegenwärtigen Moment präsent zu sein, Gedanken und Emotionen zu regulieren und eine tiefere Verbindung zur Natur aufzubauen.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste und bequeme Kleidung, sowie bequeme Schuhe, die Bewegung ermöglichen.

- Sa, 17.02.2024, 14.00 - 16.00 Uhr  
**241EE30114**
- Sa, 02.03.2024, 14.00 - 16.00 Uhr  
**241EE30115**

### jeweils:

13,50 €/2,7 UE/1x

Min/Max-TN 6/10

Gabriele Engl

Treffpunkt: Maudacher Bruch,  
Parkplatz Friesenheimer Weg

## Einführung in Autogenes Training (AT)

Sie lernen, wie sie durch Selbstbeeinflussung ihre körperliche und geistige Entspannung fördern und Stress abbauen können. Durch gezielte Konzentration auf bestimmte Körperregionen und innere Vorstellungsbilder führen Sie eine tiefe Entspannung herbei und können so ihre körperliche und mentale Gesundheit verbessern. Nach einer Einführung in Hintergründe und Wirkung des Autogenen

Trainings folgt das Erlernen und Erfahren von je einer Entspannungsformel pro Abend (im Sitzen) anhand der Formeln für Schwere, Wärme, Atmung, Bauchübung und Kopfübung.

Ziel ist, dass Sie im Anschluss an den Kurs Autogenes Training ohne Anleitung anwenden können.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch/Decke.

- Mi, ab 03.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Vor den Feiertagen findet der Kurs nach Absprache statt.

vhs, Raum 10

59,00 €/12 UE/6x

Brigitte Blank

Min/Max-TN 6/12

**241EE30113**

## Qi Gong und Taiji

### Qi Gong - Baduanjin

Sie lernen im Kurs die acht Übungen des Baduanjin, die jeweils auf bestimmte Körperbereiche und Organe ansprechen. Zur Verbesserung der Körperhaltung, Vertiefung des Atems und Förderung des inneren Gleichgewichts wirken die Bewegungsabläufe unterstützend und werden langsam und konzentriert durchgeführt. Der Fokus des Kurses liegt auf dem Erlernen und Praktizieren der gesamten Übungsreihe.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache bewegliche Schuhe oder dicke Socken, Getränk, Decke oder Jacke für die Entspannung am Ende der Stunde.

- Sa, ab 17.02.2024, 9.30 - 11.00 Uhr  
vhs, Raum 10

98,00 €/20 UE/10x

Petra Mahr

Min/Max-TN 6/10

**241EE30116**



Speziell  
für Büro-  
Menschen!

## Qi Gong-Praxis für den Bewegungsapparat

Sie lernen Bewegungsabläufe und Entspannungsmethoden, die Sie befähigen, sich beweglich zu halten und Entspannung zu fühlen. Außerdem, gezielt die Atmung einzusetzen, sowie sanfte Bewegungen und Meditationsstechniken, die den Bewegungsapparat auf verschiedene Weise positiv beeinflussen können.

In diesem Kurs liegt der Fokus auf gezielten Übungen, die ausgleichend zu einem sitzenden Lebensstil sind.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache bewegliche Schuhe oder dicke Socken, Getränk, Decke oder Jacke für die Entspannung am Ende der Stunde.

- Fr, ab 16.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
vhs, Raum 10  
49,00 €/10 UE/5x  
Petra Mahr  
Min/Max-TN 6/10 **241EE30117**

## Taiji im Yang-Stil

Der Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bereits Vorkenntnisse im Taiji haben und ihre Fähigkeiten vertiefen möchten.

Unser Kursleiter ist ein erfahrener Taiji-Lehrer, der den Yang Stil nach Professor Cheng Man Ching seit vielen Jahren praktiziert und unterrichtet. Er wird Ihnen helfen, Ihre Taiji-Praxis auf die nächste Stufe zu bringen.

In der ersten Stunde kann geschnuppert werden, bitte melden Sie sich hierfür an. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Hallenschuhe

- Di, ab 30.01.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
vhs, Raum 10  
117,00 €/20 UE/10x  
Ingo J. Ellerhold  
Min/Max-TN 6/12 **241EE30118**

## Yoga

### Yoga mit Yoga-Block und Yoga-Gurt

Ursprünglich werden keine Hilfsmittel beim Yoga eingesetzt. Es gibt dennoch eine ganze Reihe davon und sie vermitteln innovative Erfahrungen. In diesem Kurs lernen wir mit Block und Gurt umzugehen. Sie erleichtern den Aufbau der Körperhaltungen und unterstützen beim präzisen Ausführen. Körperliche Einschränkungen können gewissermaßen überbrückt werden. Gewohnte Grenzen können vorsichtig ausgedehnt werden. Die Handhabung ist relativ einfach. Sie braucht dennoch gute Erklärung und Überwachung, denn das Hilfsmittel muss an den richtigen Stellen ansetzen.

Und auch mit diesen Hilfsmitteln üben wir - wie immer beim Yoga - nur soweit, wie wir uns wohl und sicher fühlen. Körperbelebung, Pranayama, Entspannung und ein Flow (Übungsfolge ohne Hilfsmittel) werden Teil des Programms sein.

Matten, Meditationskissen, Blöcke und Gurte stehen in der vhs zur Verfügung.

- Mi, ab 07.02.2024, 19.15 - 20.45 Uhr  
vhs, Raum 10  
57,00 €/14 UE/7x  
Dorothea Manusch  
Min/Max-TN 8/12 **241EE30122**

Ihre  
Kursleiterin  
Dorothea  
Manusch





## Yoga mit Yoga-Block und Yoga-Gurt - Vertiefungskurs

Wir vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs und erweitern das Repertoire an Yoga-Haltungen und Entspannungsmöglichkeiten

Jede\*r wird im eigenen Rahmen mitmachen können. Neu-Einsteiger\*innen sind herzlich willkommen

- Mi, ab 10.04.2024, 19.15 - 20.45 Uhr  
vhs, Raum 10  
65,00 €/16 UE/8x  
Dorothea Manusch  
Min/Max-TN 8/12 **241EE30133**

## Yoga für Anfänger\*innen

In diesem Kurs beginnen wir mit den grundlegenden Asanas für Anfänger\*innen, Atemübungen und kleinen Meditationen im Yoga. Dadurch entwickeln Sie nicht nur Flexibilität und Kraft, sondern lernen auch, sich mit Ihrem Körper, Geist und Ihrer Seele zu verbinden. Dies ist das Ziel von Yoga: sich Ihrer Geist-Körper-Seele-Verbindung bewusst zu werden und durch den Prozess innere Ruhe, Freiheit und Glück zu finden. Bitte nach Möglichkeit vor der Yogapraxis ca. eine Stunde nichts essen.

- Mo, ab 05.02.2024, 18.15 - 19.45 Uhr  
vhs, Raum 10  
64,50 €/12 UE/6x  
Archana Kumar  
Min/Max-TN 6/10 **241EE30128**

Neu

## Hatha-Yoga

Hatha-Yoga ist eine kraftvolle Yogarichtung, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Im Kurs lernen Sie verschiedene Asanas (Körperübungen) und Pranayama (Atemübungen), die Ihnen helfen, Verspannungen zu lösen und Ihren Körper zu entspannen. Dabei liegt der Fokus auf der korrekten Ausführung der Übungen, um ein maximales Ergebnis zu erzielen. Auch die Entspannung und der Umgang mit Stress stehen im Vordergrund des Kurses.

Der Kurs richtet sich an Einsteiger\*innen, Fortgeschrittene sind willkommen.

- Fr, ab 02.02.2024, 16.00 - 17.15 Uhr  
vhs, Raum 10  
58,00 €/11,7 UE/7x  
Bianka Velte  
Min/Max-TN 6/12 **241EE30129**

### Für Yoga

bitte mitbringen:

Yogamatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, bei Bedarf ein kleines Kissen zum bequemen Liegen, Jacke oder Decke für die Endentspannung, Getränk.  
In der vhs im Bürgerhof sind Yogamatten vorhanden, diese können mit einem aufgelegten Handtuch verwendet werden.

### vhs macht gesünder!

Bei Fragen zu unseren Angeboten wenden Sie sich bitte an Juliane Krohn, Telefon 0621 504-2017.  
Sie berät Sie gerne!



## Yoga auf der Parkinsel

Direkt am Rheinufer unter den mächtigen Bäumen - das besondere Sommererlebnis

Auf dem Programm: klassische und innovative Asanas, sowie eine Bewegungsfolge extra kreiert für diese Momente.

Wir üben im Stand und auch am Boden. Schwerpunkte bilden Pranayama, Körperachtsamkeit und Mediation.

Der Kurs richtet sich an Interessierte ob mit, wenig oder ohne Yoga-Erfahrungen. Denn wie immer beim Yoga: Man achtet auf die eigenen Grenzen und macht so weit mit, wie man sich wohl und sicher dabei fühlt.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste, bequeme Kleidung und Schuhe; Matte oder Unterlage für Übungen am Boden; Getränk

Treffpunkt: Parkplatz an der Pegeluhr auf der Parkinsel. Adresse: Kreuzung Hannelore-Kohl-Promenade und An der Kammer-schleuse. Bitte beim ersten Termin etwas früher am Treffpunkt sein.

- Mi, ab 19.06.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Parkinsel (Nähe Pegeluhr)

49,00 €/12 UE/6x

Dorothea Manusch

Min/Max-TN 8/14 **241EE30134**

## Yoga für Senior\*innen

### Yoga für Senior\*innen in Mundenheim

Dieser Kurs richtet sich an Senior\*innen. Die Übungen finden überwiegend im Liegen oder im Stehen an der Wand statt. Bei eingeschränkter Beweglichkeit können die Bewegungen teilweise auf dem Stuhl ausgeführt werden. Die Kursleiterin sorgt dafür, dass jede Bewegung mit Sorgfalt und Rücksicht auf Ihre individuellen Bedürfnisse durchgeführt wird.

- Di, ab 30.01.2024, 9.00 - 10.30 Uhr

Seniorentreff Mundenheim im  
Seniorenhaus „Franz Siegel“,  
Wegelnburgstraße 59

56,00 €/16 UE/8x

Doris Dollmann

Min/Max-TN 8/12 **241EE30124**

### Yoga für Senior\*innen in Mundenheim - Vertiefungskurs

Das Gelernte aus dem Vorgängerkurs wird vertieft und das Repertoire an Yoga-Haltungen und Entspannungsmöglichkeiten wird erweitert.

- Di, ab 16.04.2024, 9.00 - 10.30 Uhr

Seniorentreff Mundenheim im  
Seniorenhaus „Franz Siegel“,  
Wegelnburgstraße 59

70,00 €/20 UE/10x

Doris Dollmann

Min/Max-TN 8/12 **241EE30125**

**Bitte beachten Sie:  
Unser Kursprogramm wird  
stetig erweitert.  
Die aktuellen Angebote  
finden Sie online unter  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**





## Yoga für Senior\*innen - Online-Kurs



Dieser Kurs entstand während der Corona-Zeit, in der nichts „in Präsenz“ lief. Alle - eben auch die Kursleiterin - hatten keine Erfahrung in Yoga Online. Wir waren skeptisch. Aber wir haben es geschafft mit Geduld und Offenheit für Neues - und auch mit Rückhalt durch jüngere Familienmitglieder.

Wir wohnen verstreut und fühlen uns dennoch als Gruppe. Wir praktizieren sitzend und stehend am Stuhl, aber auch frei im Stand, sowie am Boden in Rücken-, Bauch- und Seitenlage. Das Programm basiert auf Hatha-Yoga plus Atemübungen, Brain Gym (Gymnastik fürs Gehirn), Achtsamkeit, Meditation und Entspannung. Machen Sie doch mit! Profitieren Sie von diesem zusätzlichen Lernen: Yoga online – ein unerwarteter, positiver Corona- Effekt. Bleiben Sie bequem zu Hause: dies brauchen Sie, um mitzumachen: eine Matte oder eine Decke, ein Kissen, griffbereit ein stabiler Stuhl und einen Bereich in Ihrer Wohnung, groß genug für Ihre Bewegungen, einen Platz für Ihren PC mit Kamera und aktuellem Browser und 1 ½ Stunden für sich selbst.

Der Kurs findet online auf der Lernplattform vhs.cloud statt. Konferenzsystem: Big Blue Button.

Die notwendigen Informationen zum Kurszugang werden den Teilnehmenden rechtzeitig vor Kursbeginn zugesandt. Die vhs Ludwigshafen bietet für den Einstieg telefonische Unterstützung an.

- Di, ab 06.02.2024, 9.30 - 11.00 Uhr
- |                   |
|-------------------|
| Online-Termine    |
| 86,00 €/16 UE/8x  |
| Dorothea Manusch  |
| Min/Max-TN 6/12   |
| <b>241EE30126</b> |

## Yoga für Senior\*innen Online-Kurs zur Vertiefung



Wir vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs und erweitern das Repertoire an Yoga-Haltungen und Entspannungsmöglichkeiten.

- Di, ab 30.04.2024, 9.30 - 11.00 Uhr
- |                   |
|-------------------|
| Online-Termine    |
| 86,00 €/16 UE/8x  |
| Dorothea Manusch  |
| Min/Max-TN 6/12   |
| <b>241EE30127</b> |

## Yoga auf und mit dem Stuhl

Mit Yoga auf dem Stuhl entdecken Sie die Welt des Yoga und erfahren, wie Sie Ihre körperliche Gesundheit und geistige Entspannung verbessern können. Dieser Kurs bietet eine sichere und effektive Möglichkeit, Yoga zu praktizieren, ohne auf den Boden gehen zu müssen.

Dieser Kurs ist besonders geeignet für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Getränk.

- Fr, ab 02.02.2024, 10.00 - 11.30 Uhr
- |                     |
|---------------------|
| vhs, Raum 10        |
| 74,00 €/20 UE/10x   |
| Brigitte Herschmann |
| Min/Max-TN 8/14     |
| <b>241EE30131</b>   |

## Yoga auf und mit dem Stuhl - Vertiefungskurs

Wir vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs und erweitern das Repertoire an Yoga-Haltungen und Entspannungsmöglichkeiten.

- Fr, ab 10.05.2024, 10.00 - 11.30 Uhr
- |                     |
|---------------------|
| vhs, Raum 10        |
| 74,00 €/18 UE/9x    |
| Brigitte Herschmann |
| Min/Max-TN 8/14     |
| <b>241EE30132</b>   |



# Warum Yoga?

**Yogakurse sind nach wie vor ein wichtiger Bestandteil unseres Gesundheitsprogramms.**

## Archana, magst Du uns zuerst Deinen persönlichen Yogaweg erzählen?

Ich komme ursprünglich aus Indien und habe Yoga als Kind erlebt. Als wir nach Deutschland gezogen sind, gab es leider eine lange Pause. Nach einer schweren Krankheit, habe ich meinen Weg zu intensiver Yoga Praxis wiedergefunden und bin dafür meinen Lehrer\*innen sehr dankbar. Yoga hat mir unheimlich geholfen, meine Kraft, Friede, Freude und Gesundheit wieder zu finden. Seitdem beginne ich jeden Tag mit Yoga. Es ist ein wichtiger, sehr geschätzter Teil meines Lebens, und ich bin natürlich glücklich, ihn zu teilen und als Hatha-Vinyasa Lehrerin zu unterrichten.

## Für wen ist Yoga überhaupt geeignet?

Prinzipiell ist Yoga für jede und jeden geeignet und alle können von den zahlreichen Vorteilen profitieren. Wichtig ist, dass du immer auf die Grenzen Deines eigenen Körpers achtest und respektvoll in die Haltungen gehst. Wenn dir anfangs Flexibilität oder Kraft fehlen, hast du immer die Möglichkeit, Hilfsmittel wie Blöcke, Kissen, Polster und Gurte als Unterstützung zu nutzen.

## Was können Teilnehmende in Deinen Kursen lernen?

In diesem Kurs beginnen wir mit den grundlegenden Asanas (Yogahaltungen) für Anfänger\*innen, mit Atemübungen und kleinen Meditationen. Dadurch entwickelst du nicht nur Flexibilität und Kraft, sondern du lernst auch, dich mit deinem

Körper, mit Geist und Seele zu verbinden. Wir werden auch über die Yoga Philosophie sprechen und über die Ziele von Yoga: das zur Ruhe bringen der Gedanken im Geist, die Geist-Körper-Seele-Verbindung und Lebens-Energie zu erleben.

## Warum sollten die Leser\*innen Yoga unbedingt ausprobieren?

Yoga hat zahlreiche Vorteile – Körperliche Stärkung und Dehnung, bessere Verdauung, mehr Energie, weniger Stress oder Angst, mehr Selbstbewusstsein und viele andere positive Wirkungen. Aber am wichtigsten ist: In diesem schnelllebigen Leben vergessen wir oft, uns Zeit für uns selbst zu nehmen und einen meditativen, ruhigen Geist zu erleben.



**Die nächsten Kurse von Archana Kumar**

**beginnen am Montag, 05. Februar und am Montag, 08. April 2024.**

**Jeweils sechs Termine von 18:15 bis 19:45 Uhr, die Gebühr für einen Kurs beträgt 64,50 Euro.**

**Siehe Seite 114.**



## Bewegung - Kraft und Ausdauer

### Wirbelsäulengymnastik

Ziel dieses Kurses ist zu lernen, wie die Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt werden kann, um die eigene Haltung zu verbessern und Rückenschmerzen vorzubeugen.

Besonders Menschen, die einen Bürojob ausüben, profitieren von diesem Kurs. Im Rahmen dieses Kurses lernen Sie nicht nur, wie Sie Ihre körperliche Gesundheit verbessern können, sondern auch, welche Rolle Ihre Haltung und Ihr Bewegungsverhalten für Ihre Gesundheit spielen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Decke oder Jacke, Hallenschuhe und warme Socken, Handtuch für die Mattenaufgabe oder eigene Matte, flaches Kissen und Getränk.

- Mo, ab 29.01.2024, 17.00 - 18.00 Uhr  
Kein Kurs am 19.02.2024
- 
- vhs, Raum 10  
46,00 €/9,3 UE/7x  
Bianka Velte  
Min/Max-TN 6/12 **241EF30204**

### Wirbelsäulengymnastik Vertiefung

Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten. Sie lernen außerdem, wie Sie die Übungen in Ihren Alltag integrieren können

- Mo, ab 08.04.2024, 17.00 - 18.00 Uhr  
kein Kurs am 13.05.2024.
- 
- vhs, Raum 10  
46,00 €/9,3 UE/7x  
Bianka Velte  
Min/Max-TN 6/12 **241EF30206**

### Pilates zuhause - Onlinekurs - für Fortgeschrittene



Pilates ist eine spezielle Form von Gesundheitsprävention, die darauf abzielt, die Kernmuskulatur zu stärken, die Haltung zu verbessern und Flexibilität und Kraft zu erhöhen.

Sie lernen, wie man bewusst und präzise Bewegungen durchführt und sich dabei auf den Fluss der Bewegungen konzentriert. Ein wichtiger Aspekt der Pilates-Praxis ist die richtige Atmung. In diesem Kurs für Fortgeschrittene wird neben neuen Abfolgen gelehrt, wie bekannte Pilates-Elemente zusammengesetzt werden. Dabei wird besonders an der präzisen Ausführung und richtigen Atmung gearbeitet.

Der Kurs findet online auf der Lernplattform vhs.cloud statt. Konferenzsystem: Big Blue Button.

Die notwendigen Informationen zum Login werden den Teilnehmenden rechtzeitig vor Kursbeginn zugesandt.



Bitte vorbereiten: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Yoga-/Gymnastikmatte, Handtuch, kleines Kissen, Getränk.

- Do, ab 01.02.2024, 19.00 - 20.00 Uhr

Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz

Online-Kurs

44,00 €/10,67 UE/8x

Sabine Haas

241EF30208

## Ganzkörperkräftigung

Ganz gleich, ob Sie neu im Bereich der Bewegung sind oder bereits Erfahrung haben, dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihren Körper zu kräftigen, Ihre Haltung zu verbessern und Ihre Flexibilität zu steigern. Sie lernen, wie Sie einzelne Muskelgruppen gezielt ansprechen und stärken können. Von Bauchmuskeln über Beine und Rücken bis hin zu Armen und Schultern werden Sie lernen, Ihren Körper gezielt zu kräftigen, um Kraft und Stabilität aufzubauen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Decke oder Jacke, Hallenschuhe und warme Socken, Handtuch für die Matte, flaches Kissen und Getränk. Wer hat, kann kleine Hanteln (0,5 - 1,0 kg) mitbringen.

- Mo, ab 29.01.2024, 18.15 - 19.15 Uhr

Albert-Einstein GRS plus,  
Sternstr. 159, Gymnastikhalle

76,00 €/16 UE/12x

Angela Montini-Zwick

Min/Max-TN 8/12

241EF30205

## Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

Mit wohltuenden und herausfordernden Übungen werden körperliche Leistungsfähigkeit, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer verbessert. Sie lernen Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Mit vielfältigen Kräftigungs- und Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur, Körperwahrnehmung und Entspannung, lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten Bewegungsmangel, Rückenbeschwerden, Muskelverspannungen sowie Muskelschwäche vorzubeugen. Fitness, Kraft, Beweglichkeit, Gewandtheit, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit werden verbessert. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den (Arbeits-/Familien-) Alltag erweitert.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, Getränk, Handtuch.

- Do, ab 01.02.2024, 18.30 - 19.30 Uhr

vhs, Raum 10

Wiltrude Steigleiter

241EF30224

- Do, ab 01.02.2024, 19.45 - 20.45 Uhr

vhs, Raum 10

Wiltrude Steigleiter

241EF30225

## jeweils:

40,00 €/10,7 UE/8x

Min/Max-TN 8/12



## Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung Vertiefungskurs

Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten.

- Do, ab 11.04.2024, 18.30 - 19.30 Uhr  
vhs, Raum 10  
Wiltrude Steigleiter **241EF30226**
- Do, ab 11.04.2024, 19.45 - 20.45 Uhr  
vhs, Raum 10  
Wiltrude Steigleiter **241EF30227**

### jeweils:

40,00 €/10,7 UE/8x  
Min/Max-TN 8/12

## Zumba® Fitness

Zumba® ist ein inspirierendes Tanz- und Bewegungsprogramm zu südamerikanischer und internationaler Musik.

Im Kurs lernen Sie bei jedem Termin neue Schritte und Tanzbewegungen und erfahren dabei eine Steigerung von Ausdauer und Kraft. Zumba® ist für jede\*n geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, Getränk und gute Laune

- Do, ab 01.02.2024, 17.15 - 18.15 Uhr  
vhs, Raum 10  
73,50 €/20 UE/15x  
Hannelore Läufer **241EF30229**

## Bewegung - Kraft und Ausdauer für Senior\*innen

### Rückenschule für Senior\*innen

Im Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Rücken- und Bauchmuskulatur stärken und aufbauen: Elastizität und Beweglichkeit der Gelenke und Muskeln werden durch die Übungen zur Stabilisierung und Mobilisation gefördert und der Körper gestärkt für die tägliche Belastung.

Die Übungen sind so konzipiert, dass sie im Sitzen auf einem Stuhl oder im Stehen mit Unterstützung eines Stuhls durchgeführt werden können. Dies macht den Kurs besonders geeignet für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Turnschuhe, Decke, Getränk.

- Mi, ab 31.01.2024, 10.45 - 11.45 Uhr  
Kein Kurs während der Schulferien.  
vhs, Raum 10  
43,00 €/10,7 UE/8x  
Christina Christ-Eisen  
Min/Max-TN 8/16 **241EF30211**

### Rückenschule für Senior\*innen - Vertiefungskurs

Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten. Sie lernen außerdem, wie Sie die Übungen in Ihren Alltag integrieren können

- Mi, ab 10.04.2024, 10.45 - 11.45 Uhr  
Kein Kurs während der Schulferien.  
vhs, Raum 10  
43,00 €/10,7 UE/8x  
Christina Christ-Eisen /  
Dagmar Hoffmann  
Min/Max-TN 8/16 **241EF30214**



Foto von FatCamera über canva.com





Neu

## Mehr Beweglichkeit für Senior\*innen: Dehnen und Strecken auf dem Stuhl

In diesem Kurs lernen Sie Dehn- und Streckübungen für Ihre Muskeln und Gelenke, die Verspannungen vorbeugen oder lindern können. Dabei liegt der Fokus darauf, auch im Alltag beweglich zu bleiben, die Muskeln zu stärken und die Standsicherheit zu erhöhen. Sie erlernen Übungen, die Sie auch zu Hause selbstständig durchführen können, um langfristig Ihre Beweglichkeit zu erhalten. Die Übungen sind so konzipiert, dass sie im Sitzen auf einem Stuhl oder im Stehen mit Unterstützung eines Stuhls durchgeführt werden können. Dies macht den Kurs besonders geeignet für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit. Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Turnschuhe, evtl. Getränk.

- Do, ab 07.03.2024, 10.00 - 11.00 Uhr  
Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz

vhs, Raum 10

59,00 €/16 UE/12x

Monika Dietrich

Min/Max-TN 8/12

241EF30212

Bitte beachten Sie:  
Unser Kursprogramm  
wird stetig erweitert.  
Die aktuellen Angebote  
finden Sie online unter  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

Bitte melden Sie sich  
rechtzeitig für die  
Angebote an.

## Gymnastik für Senior\*innen

Mit abwechslungsreichen Einheiten, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen, soll dieser Kurs dazu beitragen, Beweglichkeit zu erlangen und Standfestigkeit im Alltag zu erhöhen. Sie erlernen Übungen, die für Kraftzuwachs in den Beinen sorgen. Außerdem gibt es spezielle Koordinationseinheiten, zur Verbesserung der Gleichgewichts-, Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit. So wird eine Steigerung ihrer Lebensqualität durch mehr Sicherheit im Alltag ermöglicht. Die Übungen finden im Stehen, im Sitzen und auf der Matte statt. Für Abwechslung sorgen verschiedene Hilfsmittel.

Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Turnschuhe, Decke, Getränk.

- Mo, ab 19.02.2024, 10.00 - 11.00 Uhr  
Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz

vhs, Raum 10

33,00 €/6,7 UE/5x

Dagmar Hoffmann

Min/Max-TN 6/10

241EF30213

## Gymnastik für Senior\*innen - Vertiefungskurs

Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten. Sie lernen außerdem, wie Sie die Übungen in Ihren Alltag integrieren können

- Mo, ab 08.04.2024, 10.00 - 11.00 Uhr  
Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz

vhs, Raum 10

40,00 €/8 UE/6x

Dagmar Hoffmann

Min/Max-TN 6/10

241EF30215



## Herzsport

Herzsport ist ein Kursangebot für Menschen mit (chronischen) Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Herzsportkurse werden von Ärzten begleitet und von Übungsleitern mit einer Sonderlizenz durchgeführt.

Ziel des Herzsports ist die Schulung von Beweglichkeit und Koordination. In den Kursen erlernen Sie Bewegungsabläufe, Übungen und Strategien, um dieses Ziel zu erreichen. Außerdem erhalten Sie Anleitungen zur Durchführung verschiedener Sportarten, sodass Sie die Bewegung auch in Ihren Alltag integrieren können. Die Kursleitenden vermitteln Ihnen theoretisches Hintergrundwissen über medizinische Zusammenhänge und eine gesunde Lebensweise. Stressbewältigungsstrategien und Entspannungstechniken werden vermittelt. So lernen Sie, Ihre persönliche Belastbarkeit nach bzw. mit der Krankheit neu einzuschätzen und wie Sie eine Verbesserung der

Ausdauer und den Aufbau von Muskelkraft erreichen können. Sie erlangen eine neue Körperwahrnehmung.

Als Nebeneffekt führen die Kurse durch den Austausch mit anderen Betroffenen zum Abbau von Ängsten.

In Kooperation mit dem ABC Sportverein Ludwigshafen und dem Klinikum Ludwigshafen



Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen.

**Anmeldung bei der vhs**  
**Telefon: 0621 504-2238, per E-Mail:**  
[info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de)

**Eine Beratung vor dem Einstieg in einen der Kurse ist verpflichtend.**



## Ein Geschenk mit Bildungsgarantie

Überraschen Sie Verwandte,  
Freunde und Bekannte mit einem  
Geschenkgutschein der  
vhs Ludwigshafen.

Bei uns erhalten Sie Geschenkgutscheine für eine bestimmte Veranstaltung oder über einen beliebigen Betrag. Auch für Firmen zu besonderen Anlässen ein ideales Geschenk.

Sprechen  
Sie uns einfach an.  
Wir beraten Sie gerne  
unter 0621 504-2633



# Sprachen



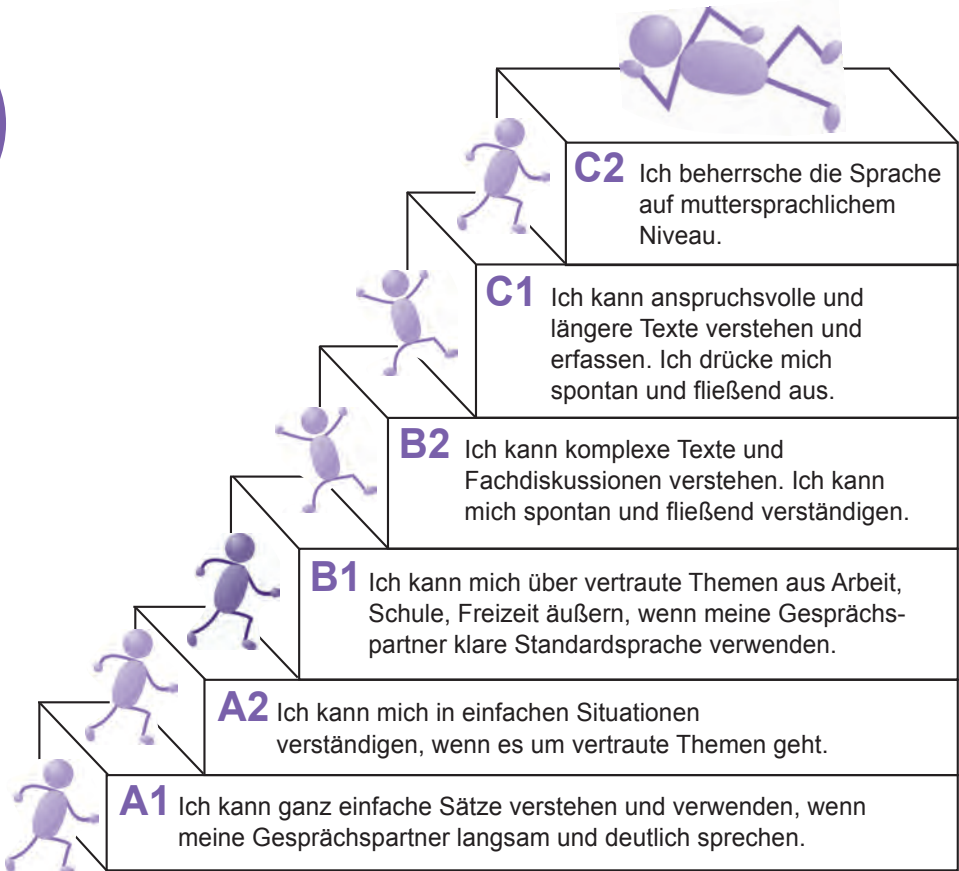


## Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)

Möchten Sie neue Sprachen lernen oder alte Kenntnisse auffrischen? Bei uns haben Sie die Möglichkeit, sich für ein individuell passendes Kursangebot anzumelden.

Wir bieten aktuell **Integrations- und Fremdsprachenkurse** auf den **Niveaustufen A1 bis C1**. Erfahrene Sprachlehrerinnen und Sprachlehrer führen Sie zu Ihrem telc-Zertifikat, das einen hohen internationalen Wert hat und dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) entspricht.

Telc steht für „The European Language Certificates – die Europäischen Sprachenzertifikate.“





## Integrationskurse:

In den Integrationskursen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge lernen Sie Deutsch für den Alltag und den Beruf. Sie dienen der Integration von Migrant\*innen und werden vom BAMF gefördert. Jedes Modul umfasst 100 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45 Min.) und kostet seit dem 01.09.2022 pro Modul 229,00 Euro für Teilnehmende mit Berechtigung oder Verpflichtung zum Integrationskurs, sofern keine Kostenbefreiung vorliegt. Nicht Berechtigte oder Verpflichtete können als Selbstzahler am Kurs teilnehmen, Kosten pro Modul: 400,00 Euro.

Nach dem Ende der Sprachmodule legen Sie den „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab.

Teil des Integrationskurses ist der Orientierungskurs zum Thema deutsche Rechtsordnung, Geschichte und Kultur mit dem Abschlusstest „Leben in Deutschland“. Der Orientierungskurs umfasst beginnend seit dem 01.11.2016 100 UE. Alle, die berechtigt oder verpflichtet sind, müssen am Orientierungskurs teilnehmen, damit das Integrationskursverfahren abgeschlossen ist.

Sprachen

telc  
Deutsch C1

telc  
DTB C1

telc  
Deutsch B2

telc  
DTB B2

Wenn Sie Fragen zu unseren Integrationsangeboten haben, wenden Sie sich an die Sprachberatung für Deutsch- und Integrationskurse  
Bürgerhof/Ludwigstraße 73

### Orientierungskurs 100 UE

Aufbausprachkurs

Modul 6: B1.2 (100 UE)

DTZ A2-B1

Modul 5: B1.1 (100 UE)

Modul 4: A2.2 (100 UE)

telc Deutsch A2

Basissprachkurs

Modul 3: A2.1 (100 UE)

Modul 2: A1.2 (100 UE)

Modul 1: A1.1 (100 UE)

telc Deutsch A1





## Sprachberatung und Einstufung

### Integrations- und Deutschkurse werden laufend und nach Bedarf in allen Stufen eingerichtet

In der Sprachberatung erhalten Sie alle notwendigen Informationen zu den Integrations-/Deutschkursen und den Voraussetzungen, diese besuchen zu können. In regelmäßigen Abständen wird eine Übersicht über neu startende Kurse herausgegeben, diese ist auch im Internet zu finden ([www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)). Es gilt die Ferienregelung des Landes Rheinland-Pfalz.

### Sprachberatung für Integrations- und Deutschkurse

Die Anmeldung zu den Kursen ist **grundsätzlich erst nach einer persönlichen**

**Beratung**, beziehungsweise nach einer Spracheinstufung möglich. Die Termine zu unseren Spracheinstufungen erhalten Sie nur in der Sprachberatung.

Die Sprachberater\*Innen wählen dann zusammen mit Ihnen einen passenden Integrations-/Deutschkurs aus und informiert Sie über den Kursbeginn.

Für Beratung werden folgende Unterlagen gebraucht (falls vorhanden):

- 1) gültiger Ausweis;
  - 2) Sprachzertifikate;
  - 3) aktuelle persönliche Kontaktdaten: Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse;
  - 4) Berechtigung/Verpflichtung/Zulassung zu Deutschkursen;
  - 5) Kostenbefreiung.
- Bitte bringen Sie diese Unterlagen mit.

### Öffnungszeiten der Sprachberatung:

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>09:00 - 12:25</b>	Deutsch	Deutsch	-	Deutsch	-
Wir sprechen:	Russisch	Türkisch	-	Arabisch	-
	Türkisch	Englisch	-	Türkisch	-
	Englisch		-	Englisch	-
	Ukrainisch		-		-
<b>14:00 - 15:30</b>	Deutsch	Deutsch	-	-	-
Wir sprechen:	Arabisch	Türkisch	-	-	-
	Englisch	Englisch	-	-	-
	Russisch	Russisch	-	-	-
<b>14:00 - 16:45</b>	-	-	-	Deutsch	-
Wir sprechen:	-	-	-	Türkisch	-
	-	-	-	Russisch	-
	-	-	-	Englisch	-
	-	-	-	Ukrainisch	-

Hier finden Sie unsere Sprachberatung:



**Die Sprachberatung ist mit Nummernvergabe geöffnet. Die vorherige Terminvereinbarung ist nicht notwendig. Die Sprachberatung befindet sich in der Ludwigstraße 73 erreichbar über den Bürgerhof.**



## Sonstige Sprachkurse:

### BAMF - Berufsbezogene Sprachkurse:

Seit 1. Juli 2016 startete die neue Deutschsprachförderverordnung (DeuFöV) vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Die berufsbezogene Deutschsprachförderung baut auf den Integrationskursen auf und richtet sich an arbeitslose, arbeits- und ausbildungssuchende Migrantinnen und Migranten, die ihre allgemeinen und/oder berufsbezogenen Deutschkenntnisse im Hinblick auf ihre beruflichen Perspektiven verbessern wollen. Ziel des Programms ist die schnelle und nachhaltige Integration der TN in den Arbeitsmarkt oder in weiterführende Bildungsmaßnahmen.

Die Zuweisung erfolgt über das Jobcenter oder die Agentur für Arbeit. Berufstätige und Auszubildende sowie Menschen im Anerkennungsverfahren haben die Möglichkeit einen Antrag auf Zulassung beim BAMF zu stellen, um an einem Kurs teilzunehmen. In der berufsbezogenen Deutschsprachförderung wird Deutsch mit Bezug zum Beruf gelernt. Die Kurse werden in Form von Basismodulen und Spezialmodulen angeboten, die als Intensivkurse in Vollzeit mit 400 bzw. 500 Unterrichtseinheiten stattfinden. Die Kurse beginnen fortlaufend nach Bedarf sowie nach vorhandenen Fördermitteln und können unterschiedliche Schwerpunkte wie z.B. Pflege, Gewerbe, Handel, Pädagogik, etc. haben. Für Teilnehmende ohne Kostenbefreiung kostet der Kurs mit 500 Unterrichtseinheiten 1.280,00 € und der Kurs mit 400 UE kostet 1.024,00 €.



Seit 2009 führt die vhs Ludwigshafen Feriensprachkurse für Schülerinnen und Schüler mit geringen Deutschkenntnissen durch. Grundlage ist der Kooperationsvertrag zwischen dem Bildungsministerium und dem Landesverband der Volkshochschulen.

In den Herbst- und Sommerferien verbessern jeweils ca. 200 Kinder und Jugendliche aus der 1.-10. Klasse am Vormittag in kleinen Gruppen ihre Deutschkenntnisse. Rund 25 Grund- und weiterführende Schulen nutzen regelmäßig das kostenlose Sprachangebot und melden ihre Schüler\*innen bei der vhs an. Lehramtsstudierende und DaZ-Lehrkräfte der vhs unterrichten 14 Tage in entspannter Atmosphäre. Gut vernetzt mit dem Wilhelm Hack Museum und seinem Förderverein, der Stadtbibliothek und anderen Kooperationspartnern lernen die Schüler\*innen auch andere Lernorte kennen.

#### Weitere Infos:

Heike Ettischer, 0621 504-2634,  
[heike.ettischer@ludwigshafen.de](mailto:heike.ettischer@ludwigshafen.de)

Bei Interesse an BAMF berufsbezogener Sprachförderung informieren Sie sich bitte bei der **Sprachberatung.**



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein



## Wir bieten folgende Prüfungsformate für Deutsch als Zweit- und Fremdsprache:

### Europäische Prüfungszertifikate

Niveau	Bezeichnung	Prüfungsgebühr inkl. Prüfungsvorbereitung		Wozu wird die Prüfung gebraucht?
		Interne TN	Externe TN	
<b>A1</b>	telc Deutsch A1 (Start Deutsch 1)	134,00	154,00	als Nachweis für das Visum im Rahmen des Ehegattennachzugs
<b>A2 – B1</b>	Deutshtest für Zuwanderer (DTZ) (gebunden an Integrationskurse)	144,00 (Vorbereitung im Kurs)	164,00 (Vorbereitung im Kurs)	zum Nachweis der regulären aufenthaltsrechtlichen Voraussetzungen (Niederlassungserlaubnis, Einbürgerung)
<b>B1</b>	telc Deutsch B1	164,00	184,00	zum Nachweis der regulären aufenthaltsrechtlichen Voraussetzungen (Niederlassungserlaubnis, Einbürgerung)
<b>B2</b>	Deutshtest für den Beruf (DeuFöV)	nur kursgebunden	nur kursgebunden	Einstieg in Beruf und/oder Ausbildung, Anerkennung beruflicher Abschlüsse
<b>B2</b>	telc Deutsch B2	174,00	194,00	Einstieg in Beruf und/oder Ausbildung, Anerkennung beruflicher Abschlüsse
<b>C1</b>	telc Deutsch C1	194,00	214,00	Einstieg und/oder Anerkennung in Beruf oder Studium

Über Termine für Sprachprüfungen und Ablauf berät Sie unsere Sprachberatung. Die Termine beziehen sich jeweils auf den schriftlichen und mündlichen Teil der Prüfung.

Die Modelltests als Vorbereitung zu der jeweiligen Prüfung sind unter [www.telc.net](http://www.telc.net) zu finden.

Die Anmeldung zu Prüfungen beinhaltet zwei Termine: Vorbereitung auf die Prüfung und die Prüfung.

Bei Wiederholung eines Prüfungsteils der telc Deutsch B2 und C1 Prüfung sind die in der Tabelle genannten Gebühren nochmals voll zu entrichten!

Ein Rücktritt von der Prüfung ist nur mit schriftlicher Begründung 3 Tage vor Prüfungstermin und einer Verwaltungsgebühr von 18,00 € möglich.



Prüfung	Nummer der Prüfung	Prüfungsvorbereitung	Datum der Prüfung	Anmeldeschluss
telc B1 Deutsch	241GJ17	17.02.24	24.02.24	06.02.24
telc B1 Deutsch	241GJ19	06.07.24	13.07.24	24.06.24
telc B1 Deutsch	241GJ21	25.05.24	01.06.24	13.05.24
telc B2 Deutsch	241GJ18	10.02.24	24.02.24	06.02.24
telc B2 Deutsch	241GJ20	29.06.24	13.07.24	24.06.24
telc B2 Deutsch	241GJ22	18.05.24	01.06.24	13.05.24
telc A1 Deutsch	241GJ23	06.04.24	13.04.24	25.03.24
telc A1 Deutsch	241GJ24	20.07.24	27.07.24	08.07.24

Sowie weitere Prüfungsformate, die laufend geplant werden. Bitte rufen Sie uns an und kommen Sie persönlich vorbei, um sich über weitere Prüfungsmöglichkeiten zu informieren.

## Deutschkurse in Sonderprojekten

Deutschkurse in Sonderprojekten stehen allen Menschen mit Migrationshintergrund offen. Insbesondere richten sie sich an die Menschen, die keinen Zugang zum Integrationskurs des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge haben. Das Angebot beinhaltet Deutschkurse mit den Zielen A1, A2, B1, B2 und C1 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen sowie Alphabetisierungskurse und weitere Möglichkeiten zum Deutschlernen. Wir beraten Sie gerne und informieren über aktuelle Sonderprojekte im Bereich Integration.

**Wenn Sie Fragen zu unseren Integrationsangeboten haben, wenden Sie sich an die Sprachberatung für Deutsch- und Integrationskurse  
Bürgerhof/Ludwigstraße 73**



Zum Kurs dürfen sich  
alle Frauen anmelden, die keinen Anspruch  
auf BAMF-Deutschkurse haben oder ein kleines  
Kind ohne Betreuungsmöglichkeit haben.

Bei Interesse wenden Sie sich  
bitte an die Sprachberatung.

## MaMa-Kurse

Sprache lernen ohne Leistungsdruck. Im Vordergrund des Konzepts steht der kommunikative Ansatz und die Inhalte sind an den sprachlichen Bedürfnissen der Frauen ausgerichtet. Im Kurs sollen sich die Teilnehmerinnen Kenntnisse über Themengebiete, die für sie von besonderer Wichtigkeit sind, wie z.B. Einkaufen, Einrichtungen in ihrer Umgebung, medizinische Versorgung, Umgang mit Gesprächspartnern in der Kita, Schule und Behörden sowie die in Deutschland geltenden Werte des Zusammenlebens aneignen. Das Besondere ist, dass die Mütter an dem Ort lernen, wo auch ihre Kinder sind bzw. betreut werden.

Zum Kurs dürfen sich alle Frauen anmelden, die keinen Anspruch auf BAMF-Deutschkurse haben oder ein kleines Kind ohne Betreuungsmöglichkeit haben.

**Kurse starten nur bei Vorliegen der Bewilligung des Landes Rheinland Pfalz.**

## Informationen zum Einbürgerungstest

Die Volkshochschule führt im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Einbürgerungstests durch. Diese Tests finden in der Regel 1x pro Monat statt.

Eine Voranmeldung ist spätestens 4 Wochen vor Prüfungstermin erforderlich.

Die Gebühr beträgt 25,00 €.

**Die Anmeldung zum Einbürgerungstest erfolgt nur persönlich und kann nicht online durchgeführt werden.**

**Bitte bringen Sie Ihren Pass mit.**

**Die Anmeldung bedarf der persönlichen Vorstellung in der Sprachberatung!**

Auf den Einbürgerungstest können Sie sich im Selbststudium vorbereiten:

**Selbststudium:** Sie können sich im Internet unter [www.bamf.de](http://www.bamf.de)-Einbürgerung vorher über den Fragekatalog informieren und diesen auch ausprobieren.

Termine:	Anmeldeschluss:
03.02.24	19.12.23
02.03.24	01.02.24
06.04.24	07.03.24
04.05.24	04.04.24
01.06.24	02.05.24
06.07.24	06.06.24
07.09.24	01.08.24

Informationen  
zu den Kursen, Prüfungen und  
Einbürgerungstests erhalten Sie  
in der Sprachberatung für  
Deutsch- und Integrationskurse.







## Internationaler Frauentreff

Alle Kurse: Internationaler Frauentreff – wenn nichts anderes angegeben!

Anmeldungen bitte direkt beim Internationalen Frauentreff telefonisch oder per E-Mail. Kinderbetreuung und ggf. Zahlung der Teilnahmegebühr erfolgt vor Ort!

Terminänderungen vorbehalten.  
Zusätzliche Informationen zu weiteren Veranstaltungen oder Kursen erhalten Sie beim Internationalen Frauentreff, im Internet oder im Programmheft des Internationalen Frauentreffs.

Der Internationale Frauentreff ist ein Begegnungszentrum für Mädchen und Frauen, unabhängig von ihrer Herkunft, Weltanschauung oder Religion, und fördert mit seinem Angebot vor allem die Integration und gleichberechtigte Teilhabe von Migrantinnen in Ludwigshafen.

Die Einrichtung verfügt über ein vielfältiges Kursangebot im Rahmen der interkulturellen Begegnung und der sozialen Kontaktpflege, und bietet u.a. Unterstützung beim Deutscherwerb und zu Themen des alltäglichen Lebens. Darüber hinaus werden gemeinsam mit den Frauen Vorträge, Informationsveranstaltungen und Projekte gestaltet.

**Für aktuelle Informationen und Anmeldungen zu allen Kursangeboten und Veranstaltungen des Internationalen Frauentreffs siehe unter:**

[www.ludwigshafen.de/buergernah/integration/internationaler-frauentreff](http://www.ludwigshafen.de/buergernah/integration/internationaler-frauentreff)  
[www.facebook.com/InternationalerFrauentreffLu/](https://www.facebook.com/InternationalerFrauentreffLu/)  
Telefon: 0621/504-2756 oder -4508  
E-Mail: [frauentreff@ludwigshafen.de](mailto:frauentreff@ludwigshafen.de)

## Beratung:

Orientierungsberatung und Informationen zu Unterstützungsangeboten für Frauen zu verschiedenen Themen und Alltagssituationen: Persönliche Sprech- und Beratungszeiten nach telefonischer Terminvereinbarung

Telefonische Erreichbarkeit:  
Di, 12 -14 Uhr und Do, 14 -16 Uhr

## Begegnung

### Info & Tee: Frauen treffen Frauen

Offener Treff für Frauen aller Nationalitäten, Kinderbetreuung auf Anfrage

Informationen – Kontakte – Geselligkeit – Austausch – Kreatives Gestalten

Veranstaltungen zu  
Internationaler Frauentag 2024  
Internationales Frauenfest 2024

## Weiterbildung

### Deutsch im Alltag - Spielerisch Deutsch lernen

Wortschatz, Konversation, Grammatik, Lesen, Konversation für den Alltag/  
Sprachniveau A1/A2

Sprach- und Lernpatenschaften

## Kreatives

### LUNALE - Offener Kreativ-Treff

Frauen häkeln, Sticken, Stricken, Nähen gemeinsam an schönen Kunstwerken



## Unsere Sprachkurse sind vielfältig

Die vhs bietet Sprachkurse für alle Bürgerinnen und Bürger. Unabhängig, ob für den Beruf oder für den privaten Gebrauch unsere Kursleiter\*innen gestalten den Unterricht abwechslungsreich und lebendig mit unterschiedlichen Methoden. Die aktive Anwendung der Sprache und die gemeinsame Freude am Austausch stehen im Mittelpunkt. In Online-Kursen nutzen die Kursleiter\*innen auch interaktive Tools. Neu sind unsere kostenlosen Einführungskurse, wenn Sie an einem Online-Kurs teilnehmen möchten. Weitere Infos finden Sie ab Seite 14 in unserer neuen Rubrik „Digitales Leben“.

Menschen mit fundierten Fremdsprachkenntnissen finden in der vhs Gleichgesinnte, mit denen sie sich über interessante Themen austauschen können. Sie können sich jederzeit unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) über unser Kursangebot informieren.

Die Stadtbibliothek arbeitet eng mit der vhs zusammen, so dass Sie das passende Buch für Ihren Kurs dort auch ausleihen können.

## Wie finde ich den richtigen Kurs?

Sprachkurse für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse sind mit A1.1 gekennzeichnet. A1 bezeichnet das Sprachniveau. Die folgende 1 sagt aus, dass es der erste Kurs ist. Wenn der Kurs fortgesetzt wird, ändert sich die Bezeichnung in A1.2, dann A1.3 usw.

Wenn Sie bereits Sprachkenntnisse haben und sie wieder aktivieren möchten, können Sie unter [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de) testen, auf welchem Stand Sie sind. Der Test ist kostenlos und gibt Ihnen eine objektive Einschätzung. Das ermöglicht Ihnen einen Quereinstieg in einen bestehenden Kurs.

Sie möchten als eigene Gruppe ab 6 Personen gemeinsam eine Fremdsprache erlernen? Dann organisieren wir gern den Kurs für Sie.

## Was ist ein Sprachniveau?

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen ist die Grundlage für die Einstufung Ihrer Sprachkenntnisse.

Anfänger\*innen starten auf dem Niveau A1. Die Niveaustufen sind mit A1 bis C2 gekennzeichnet (siehe Seite 124).

## Über unsere Kurse

Ein Sprachkurs findet 1x in der Woche statt und umfasst 8 Termine. Die Unterrichtszeit beträgt 1,5 Stunden. In einem Semester folgt auf den ersten Sprachkurs ein Folgekurs (F). Die Gebühren orientieren sich an der Anzahl der Teilnehmer\*innen am ersten Kurstag. Die Berechnung für einen Kurs mit 8 Kurstagen sehen Sie hier. Bei Kursen, die eine längere Laufzeit haben, sind die Kursgebühren angepasst.

bis 6 Teilnehmer\*innen gilt der Grundpreis von 68,00 €

mit 4-5 Teilnehmer\*innen ist die Kursgebühr 90,00 €

mit 3 Teilnehmer\*innen ist die Kursgebühr 125,00 €

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung mit allen wichtigen Informationen zu Ihrem Kurs bzw Online-Kurs.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an

**Heike Ettischer, Telefon 0621 504-2634.**  
**Email: [heike.ettischer@ludwigshafen.de](mailto:heike.ettischer@ludwigshafen.de)**



## Arabisch

### Lernen ohne Leitungsdruck Arabisch A1.3 für Anfänger\*innen

Arabisch lernen von Anfang an in Wort, Schrift und Aussprache. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Schreibweise der Schriftzeichen und Worte ein. Die Teilnehmer\*innen lernen in einer Kleingruppe.

- Di, ab 20.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140101**

### Lernen ohne Leitungsdruck Arabisch A1.4 für Anfänger\*innen

Arabisch lernen von Anfang an in Wort, Schrift und Aussprache. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Schreibweise der Schriftzeichen und Worte ein. Die Teilnehmer\*innen lernen in einer Kleingruppe.

- Di, ab 30.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140101F**

**Beachten Sie bitte  
die Informationen  
zur Kursgebühr  
auf Seite 132.**

### Sprachkurs für Zielstrebige Arabisch A1.19 für fortgeschrittene Anfänger\*innen

Der Kurs setzt Grundkenntnisse in der arabischen Schrift und Sprache voraus. Zusammen mit der Kursleiterin werden Themen ausgesucht, um die Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Sprechen zu vertiefen. Neue Teilnehmer\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Teilnehmer\*innen lernen in einer Kleingruppe.

- Di, ab 20.02.2024, 10.00 - 11.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140102**

### Sprachkurs für Zielstrebige Arabisch A1.20 für fortgeschrittene Anfänger\*innen

Der Kurs setzt Grundkenntnisse in der arabischen Schrift und Sprache voraus. Zusammen mit der Kursleiterin werden Themen ausgesucht, um die Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Sprechen zu vertiefen. Neue Teilnehmer\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Teilnehmer\*innen lernen in einer Kleingruppe.

- Di, ab 30.04.2024, 10.00 - 11.30 Uhr  
kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140102F**



Um die Kurswahl zu erleichtern, haben wir die Angebote vorsortiert. Unter:

### "Lernen ohne Leistungsdruck"

haben wir Kurse zusammengefasst, die darauf abzielen eine Sprache gründlich und mit Freude gemeinsam in der Gruppe zu erlernen. Das Lerntempo ist gemäßig.



Foto: privat

**Kursleiterin  
Xuemei He**

## Chinesisch



### Sprachkurs für Zielstrebige Chinesisch für Anfänger\*innen A1.3 Online

Der Kurs vermittelt die Grundkenntnisse der chinesischen Schrift, Grammatik und Aussprache. Er führt auch in die Kultur ein. Im Kurs werden einfache alltägliche Konversationen erlernt. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Mo, ab 19.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140104**
- Mi, ab 31.01.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kurs findet in den Ferien statt,  
kein Kurs am 14./21./28.2.2024  
Online-Angebot, Zoom in der vhs cloud  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Xuemei He  
Min/Max-TN 6/8 **241140200**

Neu

### Lernen ohne Leistungsdruck Arabisch A1.1 für Anfänger\*innen

Arabisch lernen von Anfang an in Wort, Schrift und Aussprache. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Schreibweise der Schriftzeichen und erste Worte ein.

- Mo, ab 19.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140104**

### Lernen ohne Leistungsdruck Arabisch A1.2 für Anfänger\*innen

Arabisch lernen von Anfang an in Wort, Schrift und Aussprache. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Schreibweise der Schriftzeichen und erste Worte ein.

- Mo, ab 29.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 110  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Neesren Nkshbndi  
Min/Max-TN 6/9 **241140104F**



### Sprachkurs für Zielstrebige Chinesisch für Anfänger\*innen A1.4 Online

Der Kurs vermittelt die Grundkenntnisse der chinesischen Schrift, Grammatik und Aussprache. Er führt auch in die Kultur ein. Im Kurs werden einfache alltägliche Konversationen erlernt. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Mi, ab 17.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Angebot, Zoom in der vhs cloud  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Xuemei He  
Min/Max-TN 6/8 **241140200F**

**Kursleiterin  
Neesren  
Nkshbndi**



Foto: Privat



Neu

### Sprachkurs für Zielstrebige Chinesisch A 1.1 für Anfänger\*innen

Der Kurs führt Schritt für Schritt in die Aussprache, Grammatik und Schriftzeichen ein. Neben der Sprache lernen die TN in diesem Kurs Land und Leute kennen.

- Mi, ab 07.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 75,00 €  
Hua Zhu  
Min/Max-TN 6/9 **241140201**

### Sprachkurs für Zielstrebige Chinesisch A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Er führt Schritt für Schritt in die Aussprache, Grammatik und Schriftzeichen ein. Neben der Sprache lernen die TN in diesem Kurs Land und Leute kennen.

- Mi, ab 10.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Hua Zhu  
Min/Max-TN 6/9 **241140201F**

Kursleiterin  
Hua Zhu



Foto: privat

## Englisch

### Sprachkurs für Zielstrebige EASY English für Fortgeschrittene A2.1

Der Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Der Kurs führt schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

Kursbuch: EASY English A 1.2,  
ISBN 978-3-06-520807-9

- Do, ab 25.01.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/12 **241140600**

### Sprachkurs für Zielstrebige EASY English für Fortgeschrittene A2.2

Der Kurs ist der Folgekurs von EASY English A2.1. Der Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Der Kurs führt schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

- Do, ab 11.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/12 **241140600F**





Foto: privat

## **Sprachkurs für Zielstrebige Englisch A2.3 für Fortgeschrittene**

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Sprachniveau A1. Die Teilnehmer\*innen vertiefen ihre Kenntnisse. Verstehen und Sprechen bilden den Schwerpunkt.

- Do, ab 15.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien
- 
- vhs, Raum 110
- 
- 68,00 €/16 UE/8x
- 
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- 
- Agata Adamiak-Hejman
- 
- Min/Max-TN 6/9 **241I40601**

## **Sprachkurs für Zielstrebige Englisch A 2.4 für Fortgeschrittene**

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Sprachniveau A1. Die Teilnehmer\*innen vertiefen ihre Kenntnisse. Verstehen und Sprechen bilden den Schwerpunkt.

- Do, ab 18.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien
- 
- vhs, Raum 110
- 
- 68,00 €/16 UE/8x
- 
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- 
- Agata Adamiak-Hejman
- 
- Min/Max-TN 6/9 **241I40601F**

## **Englisch A1.7 für Anfänger\*innen**

Der Kurs setzt Vorkenntnisse voraus. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und Grammatikkenntnisse. Sie lernen einfache Alltagsgespräche zu führen.

Lehrbuch „At your leisure“, ISBN 978-3-19-109599-5

- Di, ab 06.02.2024, 9.30 - 11.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien
- 
- vhs, Raum 104
- 
- 68,00 €/16 UE/8x
- 
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- 
- Kadria Hammouda
- 
- Min/Max-TN 6/9 **241I40602**

## **Englisch A1.8 für Anfänger\*innen**

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.7. Er setzt Vorkenntnisse voraus. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und Grammatikkenntnisse. Sie lernen einfache Alltagsgespräche zu führen.

- Di, ab 23.04.2024, 9.30 - 11.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien
- 
- vhs, Raum 104
- 
- 68,00 €/16 UE/8x
- 
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- 
- Kadria Hammouda
- 
- Min/Max-TN 6/9 **241I40602F**

Sprachen

Foto: pixabay, cco-Lizenz



**Unsere Kursleiterinnen für Fremdsprachen laden Sie ein in landestypische Gerichte zu kochen.**

**Aktuelle Kochevents finden Sie im Kapitel Gesundes Leben und unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**


**Kursleiterin**  
**Ferial Nasr**


## Sprachkurs für Zielstrebige EASY Englisch A1.2 für Anfänger\*innen

Durch einen leichten Einstieg führt der Kurs schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

- Mo, ab 29.01.2024, 15.15 - 16.45 Uhr  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/9 **241140603**

## Sprachkurs für Zielstrebige EASY English A1.3 für Anfänger\*innen

Durch einen leichten Einstieg führt der Kurs schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

- Mo, ab 08.04.2024, 15.15 - 16.45 Uhr  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €;  
bei 3 TN 125,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/9 **241140603F**

**Kursleiter**  
**Jakob Fiorini**


## Sprachkurs für Zielstrebige Englisch A1/A2 für Wieder- einsteiger\*innen - Online

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die bereits Grundkenntnisse in Englisch mitbringen. Sie aktivieren ihre bisherigen Kenntnisse und gewinnen wieder Sicherheit in der englischen Sprache. Der Kurs wiederholt grammatische Grundlagen und frischt die Kenntnisse zum Wortschatz auf.

- Di, ab 30.01.2024, 9.00 - 10.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Hessen  
Online-Veranstaltung, Zoom in der vhs.cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125 €  
Ferial Nasr  
Min/Max-TN 6/9 **241140605**
- Di, ab 16.04.2024, 9.00 - 10.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Hessen  
Online-Veranstaltung, Zoom in der vhs.cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125 €  
Ferial Nasr  
Min/Max-TN 6/9 **241140605F**

**"Kurse für Zielstrebige"**  
erfordern einen intensiven Einsatz  
im Kurs und bei der  
Nachbereitung  
zu Hause.



# Fremdsprachen

Neu

„Kurse für Zielstrebige“  
erfordern einen intensiveren  
Einsatz im Kurs und bei  
der Nachbereitung  
zu Hause.

## Sprachkurs für Zielstrebige

### EASY English A1.1 für Anfänger\*innen

Ein Englischkurs ohne Englischvorkenntnisse. Durch einen leichten Einstieg führt der Kurs schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

Kursbuch: Easy English A1.1,  
ISBN-978-3065208055

- Do, ab 08.02.2024, 19.35 - 21.05 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/12 **241I40606**

## Sprachkurs für Zielstrebige

### EASY English A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Durch einen leichten Einstieg führt der Kurs schnell zu Lernerfolgen und bietet abwechslungsreiches Material, eine Vielzahl von Übungen für unterschiedliche Lerntypen und realitätsnahe Themen bei nur etwa 40 Vokabeln pro Lerneinheit.

- Do, ab 11.04.2024, 19.35 - 21.05 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Jakob Friederich Fiorini  
Min/Max-TN 6/12 **241I40606F**

Sprachen

# Diagnose: Wissensdurst.



## Die Lösung: Fachliteratur jederzeit bestellen.

Für Fragen und Bestellungen stehen wir Ihnen in Ludwigshafen gerne unter 0621-591020 zur Verfügung. Deutschlandweit sind wir mit Buchhandlungen in über 20 Städten für Sie da. In den Räumlichkeiten auf der Parkinsel (Schwanthalerplatz 6) finden Sie unser Schweitzer Service-Büro vor Ort. Schauen Sie doch einfach vorbei.

Oder bestellen Sie direkt online!  
[www.schweitzer-online.de](http://www.schweitzer-online.de)

**schweitzer**  
Fachinformationen

Anzeige

WILLKOMMEN

欢迎

स्वागत

BIENVENIDA

WELCOME

BIENVENUE

ようこそ

добро пожаловать

ترحيب

BEM-VINDO

## Englisch A1.1 für Anfänger\*innen

Neu

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse und führt Schritt für Schritt in die englische Sprache ein. Die Teilnehmer\*innen lernen Vokabeln und Redewendungen, die sich an Alltagssituationen orientieren. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstag.

Lehrbuch: „Easy English A1.1“,  
ISBN 978-3-06-520805-5

- Di, ab 20.02.2024, 11.15 - 12.45 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Kadria Hammouda  
Min/Max-TN 6/9 **241140607**

## Englisch A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Er richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen lernen Vokabeln und Redewendungen, die sich an Alltagssituationen orientieren.

- Di, ab 30.04.2024, 11.15 - 12.45 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Kadria Hammouda  
Min/Max-TN 6/9 **241140607F**

**Aktuelle Angebote  
zu Englischkursen  
finden Sie auf unserer  
Homepage:  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**

## Lernen ohne Leistungsdruck

### Englisch A2.2 für Fortgeschrittene

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer\*innen mit Sprachniveau A2. In entspannter Atmosphäre sprechen Sie über ausgewählte Themen und erweitern Ihren Wortschatz.

- Mo, ab 29.01.2024, 11.00 - 12.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/12 UE/6x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Margarita Helm  
Min/Max-TN 4/9 **241140608**

## Lernen ohne Leistungsdruck

### Enjoy English B1

Sie lernen in angenehmer Atmosphäre nützliche Gesprächsinhalte für den Alltag und für Reisen. Unser Lehrwerk bietet viele Sprechansätze sowie einen bunten Reigen von Themen und Übungen, einschließlich einer DVD mit Videosequenzen. Lehrwerk: „Let's Enjoy English“. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstag.

- Di, ab 30.01.2024, 10.45 - 12.15 Uhr  
Kein Unterricht in den Ferien  
Wirtschaftsakademie, Turmstr. 8  
103,00 €/36 UE/18x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 135,00 €  
Walter Böhmer  
Min/Max-TN 6/9 **241140610**

Foto: pixabay, coo-Lizenz

Sprachen



# Fremdsprachen

## "Lernen ohne Leistungsdruck"

haben wir Kurse zusammengefasst, die darauf abzielen eine Sprache gründlich und mit Freude gemeinsam in der Gruppe zu erlernen. Das Lerntempo ist gemäßigt.

### Sprachkurs für Zielstrebige Englisch B1.14

Der Kurs verwendet Texte aus der Wochenzeitschrift Time und zusätzlich Grammatik zur Vertiefung.

- Mo, ab 29.01.2024, 17.50 - 19.20 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 104

90,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €

Helga Braess

Min/Max-TN 4/6

**241I40612**

- Do, ab 04.04.2024, 17.20 - 18.50 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 112

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Margarita Helm

Min/Max-TN 6/9

**241I40613F**

### Englisch B1

Interessent\*innen mit fundierten Englischkenntnissen können gern neu einsteigen. Dieser Kurs befasst sich mit der Erweiterung des Wortschatzes, der Kommunikationsfertigkeit und Grammatik. Im Kurs wird das Lehrbuch Great B1 verwendet. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst nach der ersten Stunde.

- Do, ab 01.02.2024, 17.20 - 18.50 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 112

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TNn 90,00 €

Margarita Helm

Min/Max-TN 6/9

**241I40613**

### Lernen ohne Leistungsdruck English in Use B1/B2

In entspannter Atmosphäre festigen und erweitern Sie Ihren Wortschatz und Textverständnis. Sie lesen interessante Texte zu unterschiedlichen zeitgeschichtlichen oder aktuellen Themen und sprechen darüber. In diesem Kontext werden auch Grammatikkenntnisse aufgefrischt. Die TN sollen Englischkenntnisse auf dem Sprachniveau A2/B1 mitbringen. Neue Teilnehmer\*innen sind immer herzlich willkommen.

- Do, ab 25.01.2024, 11.00 - 12.30 Uhr

vhs, Raum 110

80,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Jakob Friederich Fiorini

Min/Max-TN 6/9

**241I40616**

- Do, ab 21.03.2024, 11.00 - 12.30 Uhr

vhs, Raum 110

80,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 130,00 €

Jakob Friederich Fiorini

Min/Max-TN 6/9

**241I40616F**



Bild: Peggy und Marco Lachmann-Alex auf Pixabay





## Lernen ohne Leistungsdruck English Conversation Course (B1/B2)

For students willing to use their knowledge of English for free conversation about various topics. If required, texts and grammatical problems can also be dealt with.

- Do, ab 15.02.2024, 10.30 - 12.00 Uhr  
vhs, Raum 110  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Agata Adamiak-Hejman  
Min/Max-TN 6/9 **241I40618**

## Lernen ohne Leistungsdruck English Conversation Course (B1/B2)

For students willing to use their knowledge of English for free conversation about various topics. If required, texts and grammatical problems can also be dealt with.

- Do, ab 11.04.2024, 10.30 - 12.00 Uhr  
vhs, Raum 110  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Agata Adamiak-Hejman  
Min/Max-TN 6/9 **241I40618F**

**vhs-Sprachtandem:  
miteinander sprechen -  
schneller lernen**  
kostenlos Tandempartner  
finden: [vhs-tandem.de](https://www.vhs-tandem.de)

## Französisch

### Französisch A 1.1 für Anfänger\*innen

Neu

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute lernen Sie die grammatischen Grundlagen kennen und können erste Dialoge in Alltagssituationen führen.

- Mo, ab 19.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien und am 8.3.2024  
vhs, Raum 110  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sirine Jaoua  
Min/Max-TN 6/11. **241I40801**

### Französisch A1.2 für Anfänger\*innen

Folgekurs von Kurs A1.1. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute lernen Sie die grammatischen Grundlagen kennen und können erste Dialoge in Alltagssituationen führen.

- Mo, ab 06.05.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 110  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sirine Jaoua  
Min/Max-TN 6/11 **241I40801F**

Foto: privat



Kursleiterin  
Sirine Jaoua



## für Zielstrebige

### Französisch A 1.3 für Anfänger\*innen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute lernen die Teilnehmer\*innen einen Basiswortschatz und können erste Dialoge in Alltagssituationen führen.

- Di, ab 20.02.2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 103

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Luisa Menoni

Min/Max-TN 6/12 **241140802**

## Sprachkurs für Zielstrebige

### Französisch A1.4 für Anfänger\*innen

Dieser Kurs ist der Folgekurs von A1.3. für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute lernen die Teilnehmer\*innen einen Basiswortschatz und können erste Dialoge in Alltagssituationen führen.

- Di, ab 30.04.2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 103

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Luisa Menoni

Min/Max-TN 6/12 **241140802F**

## Französisch für A1.5 Anfänger\*innen

In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute bauen die Teilnehmer\*innen in einer Kleingruppe ihren Wortschatz aus und wenden ihn in kleinen Alltagsgesprächen an.

- Do, ab 01.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 111

90,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 3 TN 125 €

Luisa Menoni

Min/Max-TN 6/9 **241140803**

## Französisch für A1.6 Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.5.

In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute bauen die Teilnehmer\*innen in einer Kleingruppe ihren Wortschatz aus und wenden ihn in kleinen Alltagsgesprächen an.

- Do, ab 11.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 111

90,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 3 TN 125 €

Luisa Menoni

Min/Max-TN 6/9 **241140803F**

## Sprachkurs für Zielstrebige

### Französisch A1.9 für Anfänger\*innen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit erweiterten Sprachkenntnissen. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute erweitern Sie Ihren Wortschatz, lernen weitere grammatische Grundlagen kennen und üben das aktive Sprechen.

- Mo, ab 29.01.2024, 17.30 - 19.00 Uhr

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 113

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Luisa Menoni

Min/Max-TN 6/9 **241140809**

**Kursleiterin  
Luisa Menoni**





## Sprachkurs für Zielstrebige Französisch A1.10 für Anfänger\*innen

Dieser Kurs ist der Folgekurs von 1.9. Erweiterte Kenntnisse werden vorausgesetzt. In überschaubaren Lektionen mit Texten über Land und Leute erweitern Sie Ihren Wortschatz, lernen weitere grammatische Grundlagen kennen und üben das aktive Sprechen.

- Mo, ab 08.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr
- Kein Kurs in den Ferien
- vhs, Raum 113
- 68,00 €/16 UE/8x
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- Luisa Menoni
- Min/Max-TN 6/9 **241140809F**

## Französisch zur Urlaubsvorbereitung A1/2



Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Sprach- und Grammatikkenntnissen aus mindestens 2-3 Semester. Allgemeiner Wortschatz und Grammatik für Situationen im Urlaub, z.B. Reservierungen, Restaurant, Ausflüge, Einkauf und interessante Informationen über Land, Leute und Kultur. Lehrbuch: Französisch für den Urlaub A1, Klett Verlag.

- Mi, ab 06.03.2024, 10.30 - 12.00 Uhr
- Kein Kurs in den Ferien
- vhs, Raum 104
- 48,00 €/12 UE/6x
- Kursgebühr bei 4-5 TN 75,00 €
- Marion Büger-Weidner
- Min/Max-TN 6/8 **241140810**

## Italienisch

### Lernen ohne Leistungsdruck Italienisch A2.3 für Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit erweiterten Italienischkenntnissen. Sie haben einen aktiven Grundwortschatz, kennen Präsens-, Futur- und Vergangenheitsformen wichtiger Verben und können kleine Alltagsgespräche führen.

- Do, ab 01.02.2024, 11.15 - 12.45 Uhr
- Kein Kurs in den Ferien
- vhs, Raum 111
- 68,00 €/16 UE/8x
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- Luisa Menoni
- Min/Max-TN 6/9 **241140901**

### Lernen ohne Leistungsdruck Italienisch A2.4 für Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit erweiterten Italienischkenntnissen. Sie haben einen aktiven Grundwortschatz, kennen Präsens-, Futur- und Vergangenheitsformen wichtiger Verben und können kleine Alltagsgespräche führen.

- Do, ab 04.04.2024, 11.15 - 12.45 Uhr
- Kein Kurs in den Ferien
- vhs, Raum 111
- 68,00 €/16 UE/8x
- Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €
- Luisa Menoni
- Min/Max-TN 6/9 **241140901F**



Aktuelle Angebote zu  
Italienischkursen finden  
Sie auf unserer  
Homepage: [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Italienisch für Anfänger\*innen A1.6

Die Teilnehmer\*innen erweitern Wortschatz und Grammatik, um Gespräche des alltäglichen Lebens zu verstehen und führen zu können. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Do, ab 11.01.2024, 14.00 - 15.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Luisa Menoni  
Min/Max-TN 6/9 **241140902**

## Sprachkurs für Zielstrebige Italienisch A1.7 für Anfänger\*innen

Die Teilnehmer\*innen erweitern Wortschatz und Grammatik, um Gespräche des alltäglichen Lebens zu verstehen und führen zu können. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Do, ab 07.03.2024, 14.00 - 15.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Luisa Menoni  
Min/Max-TN 6/9 **241140902F**

## Caffè Italiano A1/A2 Conversationskurs für Anfänger\*innen

In diesem Kurs unterhalten wir uns über kulturelle und landesspezifische Themen und italienische Lebensweise. Im Mittelpunkt steht die Sprachfertigkeit: Sprechen - ohne die Grammatik zu vernachlässigen. Neue Teilnehmer\*innen sind immer willkommen. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Do, ab 08.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Angela Trovato  
Min/Max-TN 6/9 **241140905**
- Do, ab 11.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Angela Trovato  
Min/Max-TN 6/9 **241140905F**

## Sprachkurs für Zielstrebige Italienisch A1.3 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und die Grammatik. Durch Themen des alltäglichen Lebens lernen die Teilnehmer\*innen einfache Gespräche zu führen und zu verstehen.

- Di, ab 20.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 111  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Luisa Menoni  
Min/Max-TN 6/9 **241140906**



Foto: Edil Nugraha auf Pixabay



## Sprachkurs für Zielstrebige Italienisch A1.4 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.3. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und die Grammatik. Durch Themen des alltäglichen Lebens lernen die Teilnehmer\*innen einfache Gespräche zu führen und zu verstehen.

- Mi, ab 24.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 111  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Luisa Menoni  
Min/Max-TN 6/9 **241140906F**

## Japanisch



## Sprachkurs für Zielstrebige Japanisch A1.1 für Anfänger\*innen **Neu** Online

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse. Es werden Grundkenntnisse der japanischen Schrift erworben (Lesen und Schreiben der Silbenschriften Hiragana und Katakana und der wichtigsten Kanji). Informationen über Land, Leute, Kultur und Mentalität ergänzen die sprachlichen Lerninhalte.

Lehrwerk: Hg. Marugoto, Japanische Sprache und Kultur, A1 Rikai, Verlag Buske Auflage 1, ISBN-13 978-3875487084. Bitte Lehrwerk erst nach dem ersten Kurstermin kaufen.

- Do, ab 07.03.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Der Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Zoom/vhs.cloud  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sanae Müller  
Min/Max-TN 6/9 **241141000**

## Sprachkurs für Zielstrebige Japanisch A1.2 für Anfänger\*innen Online

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Es werden Grundkenntnisse der japanischen Schrift erworben (Lesen und Schreiben der Silbenschriften Hiragana und Katakana und der wichtigsten Kanji). Informationen über Land, Leute, Kultur und Mentalität ergänzen die sprachlichen Lerninhalte.

- Do, ab 02.05.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Der Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Zoom/vhs.cloud  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sanae Müller  
Min/Max-TN 6/9 **241141000F**

## Japanisch A1.2 für Anfänger\*innen online

Lehrwerk: Hg. Marugoto, Japanische Sprache und Kultur, A1 Rikai, Verlag Buske Auflage 1, ISBN-13 978-3875487084.



- Di, ab 06.02.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Der Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Zoom/vhs cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Sanae Müller  
Min/Max-TN 3/5 **241141001**

„Kurse für Zielstrebige“  
erfordern einen intensiveren  
Einsatz im Kurs und bei der  
Nachbereitung zu Hause.





**Kursleiterin**  
**Sanae Müller**



Foto: privat

## Sprachkurs für Zielstrebige Japanisch A1.3 für Anfänger\*innen Online



Folgekurs von Kurs A 1.2. Es werden weitere Grundkenntnisse der japanischen Schrift erworben (Lesen und Schreiben der Silbenschriften Hiragana und Katakana und der wichtigsten Kanji). Informationen über Land, Leute, Kultur und Mentalität ergänzen die sprachlichen Lerninhalte. Sie lernen in einer Kleingruppe.

- Di, ab 09.04.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Zoom in der vhs cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Sanae Müller  
Min/Max-TN 3/5 **241141001F**

## Sprachkurs für Zielstrebige Japanisch A 2.27 Kleingruppe Online



Die Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs, ist Hiragana und Katakana lesen und schreiben zu können, wie auch 230 Kanji und Kanji Kombinationen. Das Ziel ist natürliches und alltägliches Japanisch zuerst sprechen, dann lesen und schreiben zu lernen. Dazu werden viele Hörverständnis- und Dialog-Übungen gemacht. Neue Teilnehmer\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Marugoto Japanische Sprache und Kultur A2-2, Katsudoo und Rikai (Sanshusha, Japan Foundation) sowie eigene Materialien

- Do, ab 08.02.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Kurs findet nicht in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Skype  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Kuniko Owada  
Min/Max-TN 4/6 **241141003**

## Sprachkurs für Zielstrebige Japanisch A 2.28 Kleingruppe Online



Die Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs, ist Hiragana und Katakana lesen und schreiben zu können, wie auch 250 Kanji und Kanji Kombinationen. Das Ziel ist natürliches und alltägliches Japanisch zuerst sprechen, dann lesen und schreiben zu lernen. Dazu werden viele Hörverständnis- und Dialog-Übungen gemacht. Neue Teilnehmer\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Marugoto Japanische Sprache und Kultur A2-2, Katsudoo und Rikai (Sanshusha, Japan Foundation) sowie eigene Materialien

- Do, ab 16.05.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Kurs findet auch in den Ferien statt  
Online-Veranstaltung, Skype  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Kuniko Owada  
Min/Max-TN 4/6 **241141003F**



## Einführung in die japanische Sprache und Kultur

Seit 30 Jahre wird an der vhs Ludwigshafen Japanisch unterrichtet. Was macht die Faszination dieses Landes und dieser Sprache mit ihrem komplexen Schrift- und Zeichensystem aus? Mit einem unterhaltsamen Quiz gehen Sie auf eine informative Reise über das moderne Japan. In einem kurzweiligen Vortrag führt Sie die Kursleiterin in die japanische Kultur ein und Sie erfahren Interessantes über die japanische Sprache. Sie lernen den Aufbau, die Aussprache und die Schriftzeichen kennen. Nach Bedarf kann sich im Lauf des Semesters ein Sprachkurs Japanisch für Anfänger\*innen anschließen. Um Anmeldung wird gebeten. Die Kosten betragen 8,00 Euro, die Sie bitte an der Abendkasse zahlen.

- Fr, 07.06.2024, 17.00 - 19:00 Uhr  
vhs, Raum 102  
8,00 €/2 UE/1x  
Kuniko Owada  
Min/Max-TN 8/16 **241141004**

Foto: privat



**Kursleiterin  
Kuniko Owada**

**Beachten  
Sie bitte die  
Informationen  
zur Kursgebühr.**



Foto von Mirko Stöcker auf Pixabay

**Workshops zu Teezeremonie, Tee-Verkostung und Ikebana finden Sie im Kapitel Gesundes Leben bzw. Kultur**

## Koreanisch

### Koreanisch A1.2 für Anfänger\*innen - Kleingruppe

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit ersten Vorkenntnissen, d.h. sie können die koreanischen Buchstaben ohne Probleme lesen. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der intensiven Übung alltäglicher Konversationen für den direkten Gebrauch. Gleichzeitig werden grundlegende Vokabeln und Grammatikstrukturen der koreanischen Sprache erlernt. Zusätzlich werden Redewendungen und Ausdrücke vermittelt, die im koreanischen Alltag häufig verwendet werden, und dies geschieht durch praktische Übungen.

Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger (DARAKWON)

- Mi, ab 31.01.2024, 18.15 - 19.45 Uhr  
vhs, Raum 113  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Eun Sun Hong  
Min/Max-TN 6/9 **241142601**



# Fremdsprachen

## Koreanisch A1.3 für Anfänger\*innen Kleingruppe

Folgekurs von A1.2 richtet sich an Teilnehmer\*innen mit ersten Vorkenntnissen, d.h. sie können die koreanischen Buchstaben ohne Probleme lesen. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der intensiven Übung alltäglicher Konversationen für den direkten Gebrauch. Gleichzeitig werden grundlegende Vokabeln und Grammatikstrukturen der koreanischen Sprache erlernt. Zusätzlich werden Redewendungen und Ausdrücke vermittelt, die im koreanischen Alltag häufig verwendet werden, und dies geschieht durch praktische Übungen.

Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger (DARAKWON)

- Mi, ab 03.04.2024, 18.15 - 19.45 Uhr  
vhs, Raum 113  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Eun Sun Hong  
Min/Max-TN 6/9 **241142601F**

## Koreanisch A1.1 für Anfänger\*innen

### Koreanisch am Vormittag!

Das Hauptziel dieses Kurses ist es, Ihnen das koreanische Alphabet und die Logik dahinter zu vermitteln. Sie werden sich darauf konzentrieren, wie man koreanische Buchstaben durch interaktive Übungen und praktische Beispiel ausspricht und schreibt. Darüber hinaus werden Sie auch einige praktische Grundkenntnisse in Alltagssätzen und Begrüßungen erhalten. Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger (DARAKWON)

Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger(DARAKWON)

Foto: privat



Kursleiterin  
Eun Sun Hong

Foto: von sofi5t auf Pixabay



- Do, ab 01.02.2024, 10.00 - 11.30 Uhr  
Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Eun Sun Hong  
Min/Max-TN 6/9 **241142602**

## Koreanisch A1.2 für Anfänger\*innen

### Koreanisch am Vormittag!

Neu

Das Hauptziel dieses Kurses ist es, Ihnen das koreanische Alphabet und die Logik dahinter zu vermitteln. Sie werden sich darauf konzentrieren, wie man koreanische Buchstaben durch interaktive Übungen und praktische Beispiel ausspricht und schreibt. Darüber hinaus werden Sie auch einige praktische Grundkenntnisse in Alltagssätzen und Begrüßungen erhalten. Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger (DARAKWON)  
Lehrbuch: Koreanisch leicht gemacht für Anfänger(DARAKWON)

- Do, ab 30.05.2024, 10.00 - 11.30 Uhr  
Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Eun Sun Hong  
Min/Max-TN 6/9 **241142602F**



## Neugriechisch

### Neugriechisch A1.9 für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen lernen mit Hilfe von Grammatik und Vokabeln die Struktur der modernen griechischen Sprache kennen. Diese Sprachkenntnisse werden in Alltagssituationen angewandt. Gleichzeitig wird der Fokus auf die Begegnung mit der griechischen Kultur gesetzt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekanntgegeben.

- Mo, ab 19.02.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
vhs, Raum 111  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Joanna Tigou  
Min/Max-TN 6/9 **241141200**

### Neugriechisch A1.10 für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen lernen mit Hilfe von Grammatik und Vokabeln die Struktur der modernen griechischen Sprache kennen. Diese Sprachkenntnisse werden in Alltagssituationen angewandt. Gleichzeitig wird der Fokus auf die Begegnung mit der griechischen Kultur gesetzt. Das Lehrwerk wird im Kurs bekanntgegeben.

- Mo, ab 29.04.2024, 17.30 - 19.00 Uhr  
vhs, Raum 111  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Joanna Tigou  
Min/Max-TN 6/9 **241141200F**

### Sprachkurs für Zielstrebige Neugriechisch A1.6 für Anfänger\*innen Online - Kleingruppe



Das Ziel dieses Kurses ist die Festigung des Grundwortschatzes für die Kommunikation in neugriechischer Sprache. Erreicht wird dies durch einfache Dialoge in Kombination mit alltäglichem Wortschatz und Grammatik. Gleichzeitig erhalten die TN einen Einblick in die griechische Lebensweise und Kultur.

Lehrwerk: Klik sta Ellinika epipedo A1 gia efivous kai enilikous, ISBN 978-960-7779-64-9. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach Kursbeginn.

- Mo, ab 29.01.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Rheinland-Pfalz und Hessen  
Online-Veranstaltung, Zoom in der vhs.cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Dimitra Karalia Papadamaki  
Min/Max-TN 4/9 **241141203**

Unsere Kursleiterinnen für Fremdsprachen laden Sie ein, landestypische Gerichte zu kochen.

Aktuelle Kochevents finden Sie im Kapitel Gesundes Leben und unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)





## Sprachkurs für Zielstrebige Neugriechisch A1.7 für

**Anfänger\*innen Online - Kleingruppe**  
Das Ziel dieses Kurses ist die Festigung des Grundwortschatzes für die Kommunikation in neugriechischer Sprache. Erreicht wird dies durch einfache Dialoge in Kombination mit alltäglichem Wortschatz und Grammatik. Gleichzeitig erhalten die TN einen Einblick in die griechische Lebensweise und Kultur.

- Mo, ab 08.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Rheinland-Pfalz und Hessen  
Online-Veranstaltung, Zoom in der vhs.cloud  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 3 TN 125,00 €  
Dimitra Karalia Papadamaki  
Min/Max-TN 4/9 **241141203F**



## Russisch A1.9 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.8. Kurs richtet sich an die Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmer erweitern den Wortschatz und Grammatik in einer entspannten Atmosphäre. Der Kurs führt auch in die Kultur des Landes ein.

- Di, ab 16.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Olga Belz  
Min/Max-TN 6/9 **241141902F**

## Russisch A1.3 für Anfänger\*innen

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Er vermittelt die russische Schrift, einen ersten Wortschatz und führt auch in die Kultur ein. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Mo, ab 05.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr für 4-5 TN 90,00 €  
Olga Belz  
Min/Max-TN 6/9 **241141903**

## Russisch

### Russisch A1.8 für Anfänger\*innen

Der Kurs richtet sich an die Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmer erweitern den Wortschatz und Grammatik in einer entspannten Atmosphäre. Der Kurs führt auch in die Kultur des Landes ein.

- Di, ab 06.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Olga Belz  
Min/Max-TN 6/9 **241141902**

### Russisch A1.4 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.3. Er richtet sich an Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Er vermittelt die russische Schrift, einen ersten Wortschatz und führt auch in die Kultur ein.

- Mo, ab 15.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 303  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr für 4-5 TN 90,00 €  
Olga Belz  
Min/Max-TN 6/9 **241141903F**

Kursleiterin  
Olga Belz



Foto: Privat





## Spanisch

### Spanisch A1.1 für Anfänger\*innen

Neu

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse. Die Teilnehmer\*innen lernen einen ersten Wortschatz und die Grammatik, um kleine Alltagsgespräche führen zu können. Sie erfahren auch Interessantes aus den Kulturen der Spanisch sprechenden Länder.

- Do, ab 06.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 103  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
William-Fernando Vaca-Barreto  
Min/Max-TN 6/9 **241142200**

### Spanisch A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Die Teilnehmer\*innen lernen einen ersten Wortschatz und die Grammatik, um kleine Alltagsgespräche führen zu können. Sie erfahren auch Interessantes aus den Kulturen der Spanisch sprechenden Länder.

- Do, ab 11.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 103  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
William-Fernando Vaca-Barreto  
Min/Max-TN 6/9 **241142200F**

### Sprachkurs für Zielstrebige Spanisch A1.3 für Anfänger\*innen

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Grundlagen der spanischen Sprache ein und vermittelt auch die spanische Kultur. Lehrwerk: Con gusto nuevo A1. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin

- Di, ab 30.01.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 103  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/10 **241142201**

### Sprachkurs für Zielstrebige Spanisch A1.4 für Anfänger\*innen

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen. Schritt für Schritt führt die Kursleiterin in die Grundlagen der spanischen Sprache ein und vermittelt auch die spanische Kultur.

- Di, ab 09.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 103  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/10 **241142201F**

Hier können Sie  
Ihre Sprachkenntnisse  
kostenlos testen:  
<https://einstufungstests.klett-sprachen.de>



## Sprachkurs für Zielstrebige Spanisch A1.5 für Anfänger\*innen

Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen erweitern den Wortschatz und die Grammatik und erfahren Interessantes über die kulturelle Vielfalt der Spanisch sprechenden Länder in Europa und Lateinamerika. Bitte kaufen Sie das Lehrwerk *Con gusto nuevo A1* erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mo, ab 29.01.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 113  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/9 **241I42202**

## Sprachkurs für Zielstrebige Spanisch A1.6 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.5. Die Teilnehmer\*innen erweitern den Wortschatz und die Grammatik und erfahren Interessantes über die kulturelle Vielfalt der Spanisch sprechenden Länder in Europa und Lateinamerika. Lehrwerk: *Con gusto nuevo A1*, Klett Verlag. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mo, ab 08.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 113  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/9 **241I42202F**

## Lernen ohne Leistungsdruck Spanisch A1.2 für Anfänger\*innen

Spanisch lernen am Vormittag!

Für Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Sie erweitern ihren Wortschatz, um kleine Alltagsgespräche führen zu können. Lehrwerk: „EL CURSO EN VIVO A1“. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mi, ab 17.01.2024, 9.15 - 10.45 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien und am 14.2.2024  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Noemi Gomez Garrido  
Min/Max-TN 6/9 **241I42203**

## Lernen ohne Leistungsdruck Spanisch A1.3 für Anfänger\*innen

Spanisch lernen am Vormittag!

Das ist der Folgekurs von A1.2. Für Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz, um kleine Alltagsgespräche führen zu können.

- Mi, ab 20.03.2024, 9.15 - 10.45 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien und an Aschermittwoch  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Noemi Gomez Garrido  
Min/Max-TN 6/9 **241I42203F**

Foto: privat



Kursleiterin  
Noemi Gomez  
Garrido



## Hablamos Dialog Training für Wiedereinsteiger\*innen

Neu

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen bis A2, die ihre Spanischkenntnisse wieder aktivieren möchten. Die Teilnehmer\*innen wiederholen mit vielen mündlichen Übungen grammatische Inhalte, erweitern ihren Wortschatz und sprechen über Alltagsthemen.

- Mi, ab 31.01.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/9 **241142204**

- Mi, ab 03.04.2024, 18.30 - 20.00 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 104  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Carolina Schmitt  
Min/Max-TN 6/9 **241142204F**

## Spanisch A1.1 für Anfänger\*innen

Neu

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse. Die Teilnehmer\*innen lernen einen ersten Wortschatz und die Grammatik, um kleine Alltagsgespräche führen zu können. Sie erfahren auch Interessantes aus den Kulturen der Spanisch sprechenden Länder.

- Di, ab 06.02.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 113  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
William-Fernando Vaca-Barreto  
Min/Max-TN 6/9 **241142206**

## Spanisch A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Die Teilnehmer\*innen lernen einen ersten Wortschatz und die Grammatik, um kleine Alltagsgespräche führen zu können. Sie erfahren auch Interessantes aus den Kulturen der Spanisch sprechenden Länder.

- Di, ab 16.04.2024, 17.00 - 18.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 113  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
William-Fernando Vaca-Barreto  
Min/Max-TN 6/9 **241142206F**

## Lernen ohne Leistungsdruck Spanisch B1

In diesem Kurs lernen Sie Spanisch in entspannter Atmosphäre. Neue Teilnehmer\*innen sind herzlich willkommen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

- Di, ab 06.02.2024, 11.00 - 12.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 110  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Silvia Abúndez de Haege  
Min/Max-TN 6/9 **241142207**

- Di, ab 16.04.2024, 11.00 - 12.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 110  
90,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Silvia Abúndez de Haege  
Min/Max-TN 6/9 **241142207F**

aktuelle Angebote  
zu Fremdsprachen  
finden Sie auf  
unserer Homepage  
[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Spanisch - Sprechen und Hören B2

Aktuelle Themen, Nachrichten, literarische Artikel, Wiederholung der Grammatik. Für Lernende mit Vorkenntnissen.

- Do, ab 01.02.2024,  
10.10 - 11.40 Uhr **241I42208**
- Do, ab 04.04.2024,  
10.10 - 11.40 Uhr **241I42208F**

jeweils:

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 112

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Silvia Abúndez de Haege

Min/Max-TN 6/9

## Club de Lectura A2/B1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die ihren mündlichen Ausdruck verbessern möchten. Es werden Texte zu spanischer und lateinamerikanischer Kultur besprochen. Natürlich gibt es auch ausreichend Gelegenheit, die Grammatik aufzufrischen und den Wortschatz zu erweitern. Neue Teilnehmer\*innen können jederzeit einsteigen.

- Sa, ab 03.02.2024,  
10.30 - 12.00 Uhr **241I42209**
- Sa, ab 01.06.2024,  
10.30 - 12.00 Uhr **241I42209F**

jeweils:

Kein Kurs in den Ferien

vhs, Raum 104

68,00 €/16 UE/8x

Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €

Carolina Schmitt

Min/Max-TN 6/9



## Spanisch A1.8 für Anfänger\*innen

Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und vertiefen ihre Grammatikkenntnisse. Im Mittelpunkt steht das Sprechen in Alltagssituationen. Lehrbuch: „EL CURSO EN VIVO A1“ ISBN 978-3-12-606671-6. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mi, ab 21.02.2024, 11.00 - 12.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien und am 04.05.2024  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Noemi Gomez Garrido  
Min/Max-TN 6/9 **241I42211**

## Spanisch A1.9 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.8. Die Teilnehmer\*innen erweitern ihren Wortschatz und vertiefen Ihre Grammatikkenntnisse. Im Mittelpunkt steht das Sprechen in Alltagssituationen.

- Mi, ab 24.04.2024, 11.00 - 12.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 112  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Noemi Gomez Garrido  
Min/Max-TN 6/9 **241I42211F**

Bild von Aline Dassel auf Pixabay.

Neu



Neu

## Türkisch

### Sprachkurs für Zielstrebige Türkisch A1.1 für Anfänger\*innen

Neu

Der Kurs führt in die Grundlagen der türkischen Sprache ein. Die Kursteilnehmer\*innen lernen den Wortschatz und Redewendungen für erste Alltagssituationen. Unterstützend wird die erforderliche Grammatik vermittelt. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Di, ab 20.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 213  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sümeyye Sakarya  
Min/Max-TN 6/9 **241142400**

### Sprachkurs für Zielstrebige Türkisch A1.2 für Anfänger\*innen

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Die Kursteilnehmer\*innen erweitern den Wortschatz und Redewendungen für erste Alltagssituationen. Unterstützend wird die erforderliche Grammatik vermittelt.

- Di, ab 30.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
vhs, Raum 213  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sümeyye Sakarya  
Min/Max-TN 6/9 **241142400F**

### Sprachkurs für Zielstrebige Türkisch A1.1 für Anfänger\*innen Online

Der Kurs führt in die Grundlagen der türkischen Sprache ein. Die Kursteilnehmer\*innen lernen den Wortschatz und Redewendungen für erste Alltagssituationen. Unterstützend wird die erforderliche Grammatik vermittelt. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

- Do, ab 22.02.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
Online-Veranstaltung, Zoom  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sümeyye Sakarya  
Min/Max-TN 6/9 **241142401**

### Sprachkurs für Zielstrebige Türkisch A1.2 für Anfänger\*innen Online

Der Kurs ist der Folgekurs von A1.1. Die Kursteilnehmer\*innen erweitern den Wortschatz und Redewendungen für erste Alltagssituationen. Unterstützend wird die erforderliche Grammatik vermittelt.

- Do, ab 25.04.2024, 18.00 - 19.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien  
Online-Veranstaltung, Zoom  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Sümeyye Sakarya  
Min/Max-TN 6/9 **241142401F**

Foto: privat



Kursleiterin  
Sümeyye  
Sakarya

Beachten Sie  
bitte die Informationen  
zur Kursgebühr.

Sprachen





## Fremdsprachen



### Lernen ohne Leistungsdruck Türkisch A1.4 für Anfänger\*innen Online

Der Kurs vermittelt die Grundlagen der türkischen Sprache. Geringe Kenntnisse werden vorausgesetzt. Die Teilnehmer\*innen lernen Wortschatz und Grammatik, um Alltagsgespräche führen zu können.

Lehrwerk: Kolay gelsin! neu A1-A2, Türkisch für Anfänger, Lehrbuch + Übungsbuch. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mo, ab 29.01.2024, 20.00 - 21.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Rheinland-Pfalz und Baden-Württemberg  
Online-Veranstaltung, Zoom  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Asli Cetin  
Min/Max-TN 6/10 **241I42402**

Sprachen



Foto: privat  
Unsere Kursleiterinnen für Fremdsprachen laden Sie ein, landestypische Gerichte zu kochen.

Aktuelle Kochevents finden Sie im Kapitel Gesundes Leben und unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



### Lernen ohne Leistungsdruck Türkisch A 1.5 für Anfänger\*innen Online

Der Kurs vermittelt die Grundlagen der türkischen Sprache. Geringe Kenntnisse werden vorausgesetzt. Die Teilnehmer\*innen lernen Wortschatz und Grammatik, um Alltagsgespräche führen zu können.

Lehrwerk: Kolay gelsin! neu A1-A2, Türkisch für Anfänger, Lehrbuch + Übungsbuch. Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

- Mo, ab 08.04.2024, 20.00 - 21.30 Uhr  
Kein Kurs in den Ferien von Rheinland-Pfalz und Baden-Württemberg  
Online-Veranstaltung, Zoom  
68,00 €/16 UE/8x  
Kursgebühr bei 4-5 TN 90,00 €  
Asli Cetin  
Min/Max-TN 6/10 **241I42402F**

Foto: pixabay, cco-Lizenz

Kursleiterin  
Asli Cetin



Foto: pixabay, cco-Lizenz



# Arbeit und Beruf

Beachten Sie  
unsere Kurse  
zum Thema  
„Digitales Leben“!



Im Bereich **Arbeit und Beruf** finden Sie Angebote zu den Themen: Rhetorik und Soft Skills, Pädagogik, Finanzen, Rechnungswesen und Online-Marketing. Wir verstehen Weiterbildung als Chance für Berufstätige, Arbeitssuchende und Wiedereinsteigende.

Bitte wenden Sie sich für Informationen zu unseren Kursangeboten an **Galina Plininger, Tel. 0621 504-2587, E-Mail: [galina.plininger@ludwigshafen.de](mailto:galina.plininger@ludwigshafen.de)**

## Online-Meetings

### Online-Meetings erfolgreich planen und durchführen

Online-Meetings bereichern unseren Alltag, da wir über die Videofunktion mit Menschen digital in Kontakt treten und uns austauschen können. Damit das Online-Meeting für Sie zum Erfolg wird, sollten Sie die Technik beherrschen. Lernen Sie am Beispiel der Plattform „Zoom“ den Umgang mit den gängigen Funktionen kennen und erfahren Sie, wie Sie sicher mit Kamera und Mikrofon/Headset an Online-Meetings teilnehmen. Darüber hinaus erfahren Sie, worauf Sie achten müssen, wenn Sie ein Online-Meeting planen und vorbereiten. Sie erhalten die Gelegenheit ein Online-Meeting einzurichten, Teilnehmende dazu einzuladen und das Online-Meeting zu starten sowie in der Rolle eines Moderators oder einer Moderatorin das Meeting durchzuführen. Machen Sie den Technik-Check und erhalten Sie Tipps für einen souveränen Live-Auftritt!

Voraussetzungen: PC-Grundlagenkenntnisse wie z.B. sicherer Umgang mit Maus und Tastatur.



- Fr, 24.05.2024, 12.30 - 15.30 Uhr

Online-Termine  
49,00 €/4 UE/1x  
Biljana Varzic  
Min/Max-TN 4/6

**241JA50001**

## Word-Anwendungen

### Lange Texte mit Word: wissenschaftliche Arbeiten, Projektarbeiten & Co.

Lernen Sie den Umgang mit Formatvorlagen kennen, denn damit sparen Sie viel Zeit bei der Formatierung von langen Texten wie z.B. von wissenschaftlichen Arbeiten, Berichten, Gutachten etc. Sie lernen, welche Formatvorlagen es gibt, wie Sie diese anwenden und an Ihre Bedarfe anpassen und wie Sie eigene Formatvorlagen erstellen können. Außerdem erfahren Sie alles Relevante rund um Zeichen- und Absatzformatierungen für lange Texte.



Voraussetzungen: Word-Basiskenntnisse sind von Vorteil.

- Sa, 22.06.2024, 14.00 - 17.00 Uhr

Online-Termine  
49,00 €/4 UE/1x  
Biljana Varzic  
Min/Max-TN 4/6

**241JA50002**

Alle unsere Kurse finden Sie immer aktuell in unserem Online-Programm.

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Word: Professionelle Geschäftskorrespondenz nach DIN 5008 Norm

Wie gestaltet man das Anschriftenfeld? Wie schreibt man (internationale) Telefonnummern? Wohin kommen Betreff, Datum und Infoblock? Wie ist es mit dem Anlagevermerk? In diesem Kurs erfahren Sie es und erhalten wertvolle Tipps zur professionellen Gestaltung von Brief- und E-Mail-Korrespondenz nach DIN 5008. Inhalt: Überblick der wichtigsten DIN-Regeln (Abkürzungen, Adressen, Telefonnummern, Kalenderdaten, IBAN und BIC, usw.) zur Gestaltung von Brief- und E-Mail-Korrespondenz.

Vorkenntnisse: Word-Basiskenntnisse von Vorteil

- Do, 04.07.2024, 18.30 - 21.30 Uhr

Online-Termine

49,00 €/4 UE/1x

Biljana Varzic

Min/Max-TN 4/6

**241JA5003**

Die vhs Ludwigshafen gehört zu den großen Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz und sucht **Kursleiter\*innen** auf Honorar-Basis für den **Fachbereich Arbeit und Beruf**.

Sie sind Expert\*in im Thema Rhetorik, Soft Skills, EDV Finanzen, Rechnungswesen oder Pädagogik und haben Freude daran, eigene Konzepte für Ihre Kurse zu entwickeln? Sie sind kommunikativ und haben Erfahrung, darin, Gruppen zu unterrichten? Dann würden wir Sie gern als Kursleiter\*in gewinnen.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Galina Plininger, Telefon: 0621 504-2587, E-Mail: [galina.plininger@ludwigshafen.de](mailto:galina.plininger@ludwigshafen.de)

Die Kurse können je nach Bedarf vormittags, nachmittags oder abends stattfinden. Es handelt sich um eine freiberufliche Tätigkeit, die stundenweise vergütet wird.



## Zertifizierte Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen



**BEWERBUNG  
FÜR LEHRGANG  
2024/25  
JEDERZEIT  
MÖGLICH!**

Die Qualifizierung beginnt voraussichtlich im 2. Halbjahr 2024 und umfasst 300 Unterrichtseinheiten.

### Zusammensetzung

### Inhalte

160 UE tätigkeitsvorbereitende Grundqualifizierung

Aufbau einer Kindertagespflege, Förderauftrag, Rechtliche Grundlagen, Businessplan, Kommunikation, Erstellen einer Konzeption, Kinderschutz, u.a.

Plus 80 Stunden Praktikum und Selbstlerneinheiten

40 Std. in einer Kita,  
40 Std. in einer Kindertagespflegestelle

Erste-Hilfe-Kurs am Kind

Pflicht; erfolgt außerhalb des Kurses

### Lernergebnisfeststellung I

### Betreuungsbeginn mit vorläufiger Pflegeerlaubnis

140 UE tätigkeitsbegleitende Grundqualifizierung plus Selbstlerneinheiten

Begleitung in allen Praxisfragen, Sicherheit im Alltag, Konzeption weiterentwickeln, Kindeswohlgefährdung, Ressourcen und Kraftquellen, u.a.

### Lernergebnisfeststellung II und Erteilung der Pflegeerlaubnis





## Voraussetzung für die Teilnahme

Mindestalter: 21 Jahre

abgeschlossene Schulausbildung (mind. Hauptschulabschluss)

Deutschkenntnisse B2

physische und psychische Gesundheit

einwandfreies erweitertes polizeiliches Führungszeugnis

geeignete Räumlichkeiten

Bewerbungsunterlagen inklusive Nachweis Schulausbildung (bei Nachweisen aus Ausland Anerkennung in Deutschland und ggf. Nachweis Deutschkenntnisse)

persönliches Vorgespräch beim Büro Flexible Kinderbetreuung

Kursgebühr € 300,00

Die Qualifizierung wird vom Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz und Stadt Ludwigshafen gefördert.

**Bewerbung und weitere Informationen:**

**Büro Flexible Kinderbetreuung**

**Tel: 0621 58 79 0 200, E-Mail: [tagespflege@kinderschutzbund-ludwigshafen.de](mailto:tagespflege@kinderschutzbund-ludwigshafen.de)**

Individuelle  
Beratung zum  
Kursablauf und zu  
Kursinhalten erhalten Sie  
bei Stefanie Indefrey  
unter 0621 504-2043.



Foto: Marisa Howenstine auf Unsplash



## Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen



Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert-Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>)

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

**Bitte beachten:**  
Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Wir informieren Sie, falls sich etwas bei Ihrem gebuchten Angebot ändert.

## Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z.B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule.

Genauere Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/hochschule>).

## Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert Business-Zertifikat



Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

Vorkenntnisse: Keine

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten; Xpert Business Zertifikat

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 23.04.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
229,00 €/29,3 UE/11x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50411**

Zwei neue  
Xpert Business Kurse  
sind ab sofort im Programm:  
Büroorganisation und  
Briefgestaltung nach DIN 5008!

# Arbeit und Beruf



Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft										
	Geprüfte Fachkraft (XB)			Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft			
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling		
Finanzbuchführung (1)	●	●						●	●	
Finanzbuchführung (2)	●	●				●	●			
Finanzbuchführung (3) EDV	●					●	●			
Bilanzierung			●	●	alternativ	●	●	●	●	
Finanzwirtschaft		●		●		●	●	●	●	
Kosten- und Leistungsrechnung		●		●			●	●	●	
Controlling		●					●	●	●	
Betriebliche Steuerpraxis			●				●	●	●	
Lohn und Gehalt (1)								●	●	
Lohn und Gehalt (2)							●		●	
Lohn und Gehalt (3) EDV							●		●	
Personalwirtschaft							●		●	
Einnahmen-Überschussrechnung									●	
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen									●

\*

\* Webinar-Kurs in Vorbereitung





## Lohn und Gehalt mit DATEV mit Xpert Business-Zertifikat



In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 19.03.2024 - 11.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz

390,00 €/42,7 UE/16x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50412**

## Finanzbuchführung mit DATEV mit Xpert Business-Zertifikat



Anhand zahlreicher Praxisfälle erlernen Sie Kenntnisse und Fertigkeiten in EDV-gestützter Buchführung mit DATEV-Programmen. Am Kursende können Sie selbstständig mit DATEV-Software arbeiten. Sie beherrschen Struktur und Systemlogik der DATEV-Buchungsprogramme, können laufende Geschäftsvorfälle buchen, einen Jahresabschluss erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen erzeugen und interpretieren.

Kursinhalte:

- Eingabe/Übernahme von Eröffnungsbilanzbuchungen;
- Kontieren und Buchen von Ein- und Ausgangsrechnungen;
- Buchen von Bankauszügen und Kassenbelegen unter Berücksichtigung des OPOS-Ausgleiches sowie zeitlicher Abgrenzungen;
- Buchen von Gehaltsabrechnungen sowie Jahresabschlussbuchungen.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 27.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
390,00 €/42,7 UE/16x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50413**

Alle unsere Kurse  
finden Sie immer aktuell  
in unserem  
Online-Programm.

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



## Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business-Zertifikat



Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Kursinhalte & Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 11.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
390,00 €/53,3 UE/20x

N.N.

Min/Max-TN 1/100 **241JX50414**

regelmäßige Monatsabschlüsse und den Jahresabschluss unter Beachtung der aktuellen Vorschriften nach Handels- und Steuerrecht und der Rechtsprechung für das Unternehmen zu erstellen. Darüber hinaus ist der Jahresabschluss zu analysieren und die Lage und Entwicklung des Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen zu beurteilen.

Inhalte: vorbereitende Monats- und Jahresabschlussbuchungen, Jahresabschluss, wichtige Kennzahlen der Bilanzanalyse, Ansatz, Ausweis und Bewertungen von Anlage- und Umlaufvermögen, Eigen- und Fremdkapital, Bilanzierungs- und Bewertungsgrundsätze mit Alternativen und Behandlung von Sonderfragen, GuV-Rechnung nach dem Gesamtkosten- und Umsatzkostenverfahren

Kursinhalte & Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Dieser Kurs setzt entsprechende Berufspraxis sowie Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Finanzbuchführung (2)“ vermittelt werden;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 11.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
390,00 €/53,3 UE/20x

N.N.

Min/Max-TN 1/100 **241JX50415**

## Bilanzierung mit Xpert Business-Zertifikat



Die hoch qualifizierte Buchhaltungsfachkraft ist befähigt, eine Buchhaltung, z. B. die Finanzbuchhaltung, die Anlagenbuchhaltung und die Lohnbuchhaltung, in einem Unternehmen einzurichten, zu organisieren, zu überwachen und Einfluss auf den Erfolg zu nehmen. Dazu gehört,





## Controlling mit Xpert Business-Zertifikat



Nach diesem Kurs können Sie über die Grenzen der einzelnen Themenfelder hinaus Prozesse im Unternehmen bewerten und steuern. Dazu setzen Sie zentrale Instrumente und Arbeitstechniken des Controllings ein (z.B. Balanced Score Card). Sie können die Lage eines Unternehmens beurteilen. Sie können zur Formulierung der Unternehmensziele wesentlich beitragen, Lösungen bezüglich deren Messbarkeit erarbeiten sowie die Entwicklung prüfen und beurteilen. Sie können das Erlernte auf sich verändernde Unternehmenskontexte anwenden und transferieren sowie bereichsübergreifende Lösungen entwickeln.

Inhalte: System und Organisation des ganzheitlichen Controllings, Controlling als Steuerungsinstrument, Kostenrechnung als Instrument des Controllings, praktische Instrumente des Controllings, Kennzahlen und Kennzahlensysteme, Balanced Scorecard, Reporting, Controllingbereiche und branchenspezifisches Controlling

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie in den Xpert Business Kursen „Finanzbuchführung (1) und (2)“ vermittelt werden.

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 11.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz

390,00 €/53,3 UE/20x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50416**

## Personalwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat



Nach diesem Kurs können Sie über die Grenzen der einzelnen Themenfelder hinaus Prozesse im Unternehmen bewerten und steuern. Dazu setzen Sie zentrale Instrumente und Arbeitstechniken des Controllings ein (z.B. Balanced Score Card). Sie können die Lage eines Unternehmens beurteilen. Sie können zur Formulierung der Unternehmensziele wesentlich beitragen, Lösungen bezüglich deren Messbarkeit erarbeiten sowie die Entwicklung prüfen und beurteilen. Sie können das Erlernte auf sich verändernde Unternehmenskontexte anwenden und transferieren sowie bereichsübergreifende Lösungen entwickeln.

Inhalte: System und Organisation des ganzheitlichen Controllings, Controlling als Steuerungsinstrument, Kostenrechnung als Instrument des Controllings, praktische Instrumente des Controllings, Kennzahlen und Kennzahlensysteme, Balanced Scorecard, Reporting, Controllingbereiche und branchenspezifisches Controlling

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie in den Xpert Business Kursen „Finanzbuchführung (1) und (2)“ vermittelt werden.

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;



Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 11.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
390,00 € / 53,3 UE / 20x

N.N.

Min/Max-TN 1/100 **241JX50417**

## Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business-Zertifikat



Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Auch werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Kursinhalte: Besonderheiten bei Produktionsbetrieben, wie die Beschaffung von Waren, Stoffen und Fertigteilen; Buchen unfertiger und fertiger Erzeugnisse/Leistungen; Inhalte des Jahresabschlusses; Bilanzierungsgrundsätze; sachliche Abgrenzungen; zeitliche Abgrenzungen von Aufwendungen und Erträgen; steuerpflichtige und steuerfreie Umsätze; Umkehr der Steuerschuldnerschaft; umsatzsteuerrechtliches Ausland; Warengeschäfte mit dem übrigen Gemeinschaftsgebiet und dem Drittlandsgebiet;

erhaltene und geleistete Anzahlungen; handels- und steuerrechtliche Bewertungsvorschriften des Anlage- und Umlaufvermögens; Bewertungsmaßstäbe; Abschreibungen; Übernahme steuerrechtlicher Abschreibungen; Anlageverzeichnis; Buchen und Auflösen des Investitionsabzugsbetrages; Bewertung der Vorräte und Forderungen; Ausweis des Kapitals in der Bilanz; Buchen und Auflösen von Rückstellungen; Bewertung von Verbindlichkeiten.

Kursinhalte & Lernzielkatalog:

[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);  
Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie in den Xpert Business Kursen „Finanzbuchführung (1)“ vermittelt werden.

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 18.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
400,00 € / 58,7 UE / 22x

N.N.

Min/Max-TN 1/100 **241JX50418**

Mit Biss zum BOSS...

- Anzeige -



Für alle, die groß rauskommen wollen: [www.weiterbildungsportal.rlp.de](http://www.weiterbildungsportal.rlp.de)



WEITERBILDUNGSPORTAL  
RHEINLAND-PFALZ



Rheinland-Pfalz  
WIRTSCHAFTSUNIVERSITÄT  
KOBLENZ

Foto: © Eric Isenker - Fotolia.com



## Lohn und Gehalt 2 mit Xpert Business-Zertifikat



Das deutsche Einkommenssteuerrecht sieht zahlreiche Einkommensarten, Sonderregelungen, Freibeträge oder Begünstigungen bestimmter Personen etc. vor. Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge.

Inhalte: Weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Bruttoentgeltermittlung, Berechnung gesetzlicher Abzugsbeträge, Lohnkontenführung sowie weitere zentrale Themen

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Lohn und Gehalt (1)“ vermittelt werden;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 18.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
400,00 €/58,7 UE/22x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50419**

## Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat



Der Kurs vermittelt Ihnen die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen, für die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer den Steuertatbestand festzustellen und die Bemessungsgrundlagen korrekt zu ermitteln. Sie können dann mit den richtigen Fristen und Meldeverfahren die Steuer gegenüber dem Finanzamt abwickeln. Im Einzelnen können Sie Abschreibungsbeträge berechnen, die Pflichten des Arbeitsgebers für den Bereich der Lohnsteuer anwenden, die Gewerbesteuerschuld berechnen, die Bemessungsgrundlage der Umsatzsteuer für die einzelnen Umsatzarten sowie die Umsatzsteuerlast berechnen und die Umsatzsteuerjahreserklärung ausfüllen. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, die steuerlichen Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Kursinhalte: Grundlagen der Unternehmensbesteuerung (Steuerliche Abgaben, Steuerarten, Rechtsgrundlagen), Besteuerungsverfahren (Steuerpflichtige und Steuerpflichten, Örtliche Zuständigkeit der Finanzämter, Steuerfestsetzung, Steuerliche Rechtsbehelfe), Umsatzsteuer (Steuerbarkeit von Umsätzen, Steuerbefreiung, Bemessungsgrundlagen, Steuersätze, Ausstellung von Rechnungen, Vorsteuerabzug, Besteuerungsverfahren), Einkommensteuer (Einkunftsarten, Gewinnermittlungsarten, Bewertung des Betriebsvermögens, Anschaffungs-, Herstellungskosten, Teilwert, Abschreibungen,



Investitionsabzugsbetrag), Lohnsteuer, Körperschaftsteuer, Gewerbesteuer (Berechnung des Gewerbeertrages, Gewerbesteuerschuld), Steuerliche Aspekte der Unternehmensgründung (Steuerliche Aspekte bei der Rechtsformwahl, Steuerliche Besonderheiten bei Geschäftsübernahme, wichtige Schritte bei der Unternehmensgründung).

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);  
 Vorkenntnisse: keine;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 18.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
 390,00 €/58,7 UE/22x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50420**

## Finanzbuchführung 1 mit Xpert Business-Zertifikat



Hier ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. So sind Sie in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen. Die neu erworbenen Fähigkeiten können

Sie direkt einsetzen und schon im Kurs mit zahlreichen Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis üben.

Kursinhalte: Buchführungspflicht nach Handels- und Steuerrecht; Aufzeichnungspflichten; Gewinnermittlungsarten; Aufbau und Inhalte einer Bilanz; Inventurarten und -verfahren; Führen und Aufbewahren von Büchern; Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands- und Erfolgskonten mittels der in der Praxis gängigen DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04; Trennung und Abschluss der Warenkonten; Buchen der Umsatzsteuer, Vorsteuer und Zahllast; Rechnungen im Sinne des Umsatzsteuergesetzes; Privatentnahmen; unentgeltliche Wertabgaben und Privateinlagen; Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben in Form von Geschenken; Bewirtungskosten; Reisekosten; Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren; Sachbezüge und geldwerte Vorteile; betriebliche und private Steuern; Buchen von Belegen.

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);  
 Vorkenntnisse: keine;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 25.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
 432,00 €/64 UE/24x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50421**



**vhs** Landesverband  
Rheinland-Pfalz

## Weiterbildung für die Weiterbildung

### Fortbildungsveranstaltungen für Kursleiterinnen und Kursleiter

Der Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz bietet in jedem Semester ein umfangreiches Fortbildungsprogramm für Kursleiterinnen und Kursleiter an. Sie finden Fortbildungsveranstaltungen zu folgenden Bereichen:

- Erwachsenenpädagogische Qualifizierung
- Weblernen
- Arbeit und Beruf
- Frauenbildung und Gender Mainstreaming
- Gesundheit
- Kultur
- Gesellschaft
- Sprachen – Integration – Alphabetisierung

Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Geschäftsstelle Ihrer Volkshochschule vor Ort oder direkt beim Landesverband:

**Verband der Volkshochschulen von  
Rheinland-Pfalz e.V.**

Hintere Bleiche 38  
55116 Mainz  
Telefon: 0 61 31 2 88 89-0, Fax -30  
E-Mail: [anmeldung@vhs-rlp.de](mailto:anmeldung@vhs-rlp.de)  
[www.vhs-rlp.de](http://www.vhs-rlp.de)

**Viele Kursgebühren  
sind steuerabsetzbar!**

**Fragen Sie Ihren  
Steuerberater.**

## Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business-Zertifikat



Jede/r Arbeitgeber/in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagssteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich.

Die in diesem Kurs erworbene Fachkompetenz bildet die Grundlage für das weiterführende Modul Lohn und Gehalt (2).

Inhalte: Grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttoentgeltmittlung, manuelle Berechnung von gesetzlichen Abzugsbeträgen und Lohnkontenführung sowie das damit zusammenhängende Meldewesen

Kursinhalte & Lernzielkatalog:  
[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Vorkenntnisse: keine;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 05.03.2024 - 25.06.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
432,00 €/64 UE/24x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50422**





Alle unsere Kurse finden Sie immer aktuell in unserem Online-Programm.

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

## Finanzbuchführung 1 mit Xpert Business-Zertifikat



Jede/r Arbeitgeber/in hat für die Beschäftigten Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Die in diesem Kurs erworbene Fachkompetenz bildet die Grundlage für das weiterführende Modul Lohn und Gehalt (2).

Inhalte: Grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung, Bruttoentgeltermittlung, manuelle Berechnung von gesetzlichen Abzugsbeträgen und Lohnkontenführung sowie das damit zusammenhängende Meldewesen

Kursinhalte & Lernzielkatalog:

[www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge);

Vorkenntnisse: keine;

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 180 Minuten, Xpert Business Zertifikat;

Für Prüfung und Xpert Business Zertifikat fallen zusätzliche Gebühren von 75 Euro an

Abschlüsse: Alle erreichbaren Xpert Business Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

- Di / Do, 30.07.2024 - 22.10.2024, 18.30 - 20.30 Uhr

Online-Angebot, Xpert Business LernNetz  
432,00 €/64 UE/24x

N.N.

Min/Max-TN 1/100

**241JX50423**

## Weiterbildung als Chance

Unser Angebot an die Unternehmen in der Region: **Qualifizieren Sie Ihre Mitarbeiter\*innen mit der vhs!**

Wir bieten kostengünstige Kurse mit Abschlüssen in EDV, Buchführung, Pädagogik und Sprachen.

**Seminare auf Nachfrage als In-House, Online- oder Präsenzveranstaltung**



## QUALISCHECK

Förderung beruflicher Weiterbildung in RLP

### Sparen Sie Kursgebühren mit dem **QUALISCHECK!**

Mit kontinuierlicher Weiterbildung können Sie den Weg in Ihre Zukunft gestalten und sichern. **Investieren Sie in Ihre Zukunft!**

Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung unterstützt aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Ihre Teilnahme an berufsbezogenen Weiterbildungsmaßnahmen. Mit dem Förderprogramm QualiScheck können - auch außerhalb des betrieblichen Kontextes - individuell geplante berufliche Weiterbildungsmaßnahmen von Beschäftigten bezuschusst werden, und zwar jährlich mit bis zu 1.500 Euro.

**Voraussetzungen:** Gefördert werden können abhängig Beschäftigte mit Hauptwohnsitz in Rheinland-Pfalz. Eine Förderung durch den QualiScheck ist abhängig vom Einkommen.

**Bitte beachten Sie:** Das Ziel des QualiSchecks ist die Förderung beruflicher Weiterbildung. Daher sind Personen von der Förderung ausgeschlossen, die eine allgemeinbildende Schule besuchen, eine Erstausbildung absolvieren oder die im Rahmen eines Erststudiums immatrikuliert sind. Die Kursgebühr muss min. 100 € betragen und der Antrag muss min. zwei Monate vor Beginn der Weiterbildung vorliegen.

**Info:** Unter [www.qualischeck.rlp.de](http://www.qualischeck.rlp.de)  
oder bei der kostenlosen Hotline 0800 5888432.

Kursangebote, für die Sie den  
**QualiScheck** einsetzen können,  
finden Sie vor allem in den Bereichen  
„**Fremdsprachen**“ sowie „**Arbeit und Beruf**“.





## Bildungsurlaub



### Wieviel?

Sie haben Anspruch auf zehn Tage in einem Zeitraum von zwei Kalenderjahren (jeweils beginnend mit einem ungeraden Kalenderjahr - z.B. 2021/2022).

Für Auszubildende beträgt der Anspruch fünf Tage im Ausbildungsjahr - allerdings nur für gesellschaftspolitische Weiterbildung.

### Was ist Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub, manchmal auch Bildungsfreistellung genannt, ist eine besondere Form des Urlaubs, die Ihrer beruflichen oder gesellschaftspolitischen Weiterbildung dient. Sie als Arbeitnehmer haben einen Rechtsanspruch auf Freistellung von der Arbeit zum Zwecke der beruflichen und gesellschaftspolitischen Weiterbildung unter Fortzahlung des Arbeitsentgelts durch den Arbeitgeber.

### Warum?

Weiterbildung verbessert Ihre beruflichen und persönlichen Chancen und eröffnet Ihnen neue berufliche Möglichkeiten in unserer sich rasch ändernden Arbeitswelt. Gleichzeitig helfen Sie Ihrem Arbeitgeber seine Qualifikation und Wettbewerbsfähigkeit zu steigern. Das Beste dabei - im Gegensatz zu betrieblichen Fortbildungen - Sie wählen die Inhalte Ihrer Weiterbildung selbst!

### Wer hat Anspruch?

- Arbeitnehmerinnen, Arbeitnehmer und Auszubildende nach einem mindestens sechsmonatigen Beschäftigungsverhältnis bzw. Ausbildungsverhältnis
- Beamte, Richter und Richterinnen des Landes

### Fristen

Ihren Antrag sollen Sie spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn bei Ihrem Arbeitgeber stellen.

### Einschränkungen

Sollte Ihr Arbeitgeber in der Regel nicht mehr als fünf Personen ständig beschäftigen, besteht ein Anspruch auf Freistellung nicht. Ihr Arbeitgeber kann Ihre Bildungsfreistellung ablehnen, wenn zwingende betriebliche oder dienstliche Interessen dagegen sprechen, allerdings spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn.

**Ausführliche Informationen  
zum Bildungsurlaub finden  
Sie unter**

**[www.mastd.rlp.de](http://www.mastd.rlp.de)**



**Alles ist möglich!**

## **Ausbildung bei der Stadt Ludwigshafen am Rhein**

**Nutzen Sie die vielfältigen und zukunftsorientierten  
Berufs- und Karrieremöglichkeiten unserer  
modernen Verwaltung.**

Weitere Informationen finden Sie unter [www.ludwigshafen.de/ausbildung](http://www.ludwigshafen.de/ausbildung).



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein



# Schulabschlüsse

**Nutz die Chance!  
Mach Deinen Schulabschluss  
bei uns an der vhs!**





Alle Prüfungen finden  
in der Volkshochschule  
mit den eigenen  
Lehrkräften statt!!!



## Eine neue Chance! -

### Schulabschlüsse an der Volkshochschule Ludwigshafen



Viele Menschen machen die Erfahrung, ohne den entsprechenden Schulabschluss besteht kaum eine Chance, eine Ausbildung oder guten Arbeitsplatz im Wunschberuf zu bekommen. Das Nachholen von Schulabschlüssen eröffnet hier neue Perspektiven.

Die Stadt Ludwigshafen fördert die Schulabschlusskurse, weshalb Ludwigshafener Bürger\*innen eine ermäßigte Gebühr zahlen.

**Bitte vereinbaren Sie bei Interesse ein Beratungsgespräch mit:**

**Petra Paula Marquardt, 0621/504-2631**

**E-Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de)**

## Schule/Schulabschlüsse

### Hauptschulabschluss

#### Neuer Hauptschulkurs - Tageslehrgang

Der Hauptschullehrgang bereitet Sie gezielt auf die schriftlichen und mündlichen Prüfungen zur Erlangung der Berufsreife (Hauptschulabschluss) vor. Er sieht 400 Unterrichtseinheiten vor, beginnt am 09.09.2024 und endet mit dem letzten Tag der Abschlussprüfungen am 15.05.2025. Unterrichtet werden als Hauptfächer Deutsch und Mathematik, als Nebenfächer Sozialkunde, Geschichte oder Wirtschaft, Erdkunde und Englisch.

Die Unterrichtszeiten sind in der Regel Montag bis Donnerstag von 08.30 bis 12.00 Uhr. Der Tageskurs eignet sich insbesondere für Eltern mit kleinen Kindern und jüngere Teilnehmer\*innen.

Die Kosten betragen 770,00 Euro (Ratenzahlung). Bürger\*innen aus Ludwigshafen, die mindestens ein Jahr in der Stadt wohnen, können bei Anmeldung eine Meldebescheinigung vorlegen und zahlen dann die ermäßigte Gebühr von 570,00 Euro.

Der Kurs ist AZAV zertifiziert. Somit ist eine komplette Kostenübernahme durch die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter ist möglich.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Petra Paula Marquardt, Tel. 0621 504-2631, E-Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

- Mo, ab 09.09.2024, 8.30 - 12.00 Uhr  
Mo - Do

---

770,00 € bzw. 570 €/400 UE

---

Min/Max-TN 10/26

**241MB601PL**

### AZAV-Zertifizierte Hauptschulkurse

**Kostenübernahme durch  
das Jobcenter möglich!**



### Neuer Hauptschulkurs - Abendlehrgang

Der Hauptschullehrgang bereitet Sie gezielt auf die schriftlichen und mündlichen Prüfungen zur Erlangung der Berufsreife (Hauptschulabschluss) vor. Er sieht 400 Unterrichtseinheiten vor, beginnt am 09.09.2024 mit dem Grundkurs und endet mit dem letzten Tag der Abschlussprüfungen am 15.05.2025. Unterrichtet werden als Hauptfächer Deutsch und Mathematik, als Nebenfächer Sozialkunde, Geschichte oder Wirtschaft, Erdkunde, Biologie, bei Bedarf Englisch.

Die Unterrichtszeiten sind in der Regel Montag bis Donnerstag von 18.00 bis 21.15 Uhr. Der Abendkurs eignet sich insbesondere für Menschen, die tagsüber arbeiten müssen.

Die Kosten betragen 770,00 Euro (Ratenzahlung). Bürger\*innen aus Ludwigshafen, die mindestens ein Jahr in der Stadt wohnen, können bei Anmeldung eine Meldebescheinigung vorlegen und zahlen dann die ermäßigte Gebühr von 570,00 Euro.

Der Kurs ist AZAV zertifiziert. Somit ist eine komplette Kostenübernahme durch die Arbeitsagentur möglich.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Petra Paula Marquardt,

Tel. 0621 504-2631,

E- Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

- Mo, ab 09.09.2024, 18.00 - 21.15 Uhr  
Mo - Do

770,00 € bzw. 570 €/400 UE

Min/Max-TN 10/24

**241MC601PL**

Alle Kursangebote zur „jungen vhs“ finden Sie unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

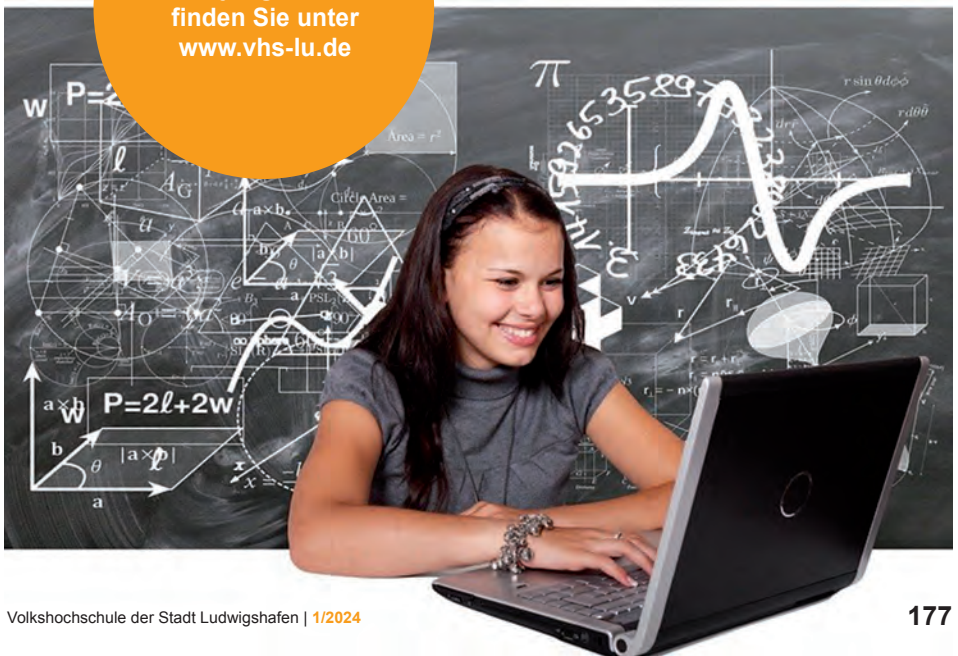


Foto: pixabay, cc-Lizenz

Schulabschlüsse



## Realschulabschlüsse

### Neuer Realschulkurs - Tageslehrgang

Der Realschulkurs bereitet Sie intensiv auf die schriftlichen und mündlichen Prüfungen am Ende des Lehrgangs vor. Der Lehrgang umfasst insgesamt mindestens 1550 Unterrichtseinheiten, er beginnt, am 10.09.2024 und endet am 27.02.2026 mit dem letzten Tag der Abschlussprüfungen. Unterrichtet werden die Hauptfächer Deutsch, Englisch, Mathematik und die Nebenfächer Physik, Chemie, Erdkunde, Biologie, Sozialkunde und Geschichte. Die Unterrichtszeiten sind in der Regel Montag bis Freitag von 08.15 Uhr bis 13.30 Uhr. Die Kosten betragen 2200,00 Euro (Ratenzahlung). Bürger\*innen aus Ludwigshafen, die mindestens ein Jahr in der Stadt wohnen, können bei Anmeldung eine Meldebescheinigung vorlegen und zahlen dann die ermäßigte Gebühr von 1200,00 Euro.

Anmeldeschluss ist der 05.07.2024.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Petra Paula Marquardt, Tel. 0621 504-2631, E- Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

Die Plätze sind begrenzt.

- Di, 10.09.2024, 8.15 - 13.15 Uhr, Mo - Fr  
2200,00 € bzw. 1200,00/1550 UE  
Min/Max-TN 12/25 **241MD602PL**

### Neuer Realschulkurs - Online-Abendlehrgang

Der Realschulkurs bereitet Sie intensiv auf die schriftlichen und mündlichen Prüfungen am Ende des Lehrgangs vor. Der Lehrgang umfasst insgesamt mindestens 1550 Unterrichtseinheiten, er beginnt, am

10.09.2024 und endet am 27.02.2026 mit dem letzten Tag der Abschlussprüfungen. Unterrichtet werden die Hauptfächer Deutsch, Englisch, Mathematik und die Nebenfächer Physik, Chemie, Erdkunde, Biologie, Sozialkunde und Geschichte. Die Unterrichtszeiten sind in der Regel Montag bis Freitag, in den frühen Abendstunden. Genaueres wird noch rechtzeitig bekannt gegeben. Der Unterricht wird online über die Lernplattform vhs-cloud abgehalten. Ein stabiler Internetzugang und ein Laptop bzw. PC mit Kamera und Headset sind Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs.

Es werden aber regelmäßige, verpflichtende Treffen in Präsenz an der vhs Ludwigshafen stattfinden, um das Kennenlernen, den Austausch untereinander und die dichte Begleitung durch die Kursleitungen zu gewährleisten.

Die Kosten betragen 2200,00 Euro (Ratenzahlung). Bürger\*innen aus Ludwigshafen, die mindestens ein Jahr in der Stadt wohnen, können bei Anmeldung eine Meldebescheinigung vorlegen und zahlen dann die ermäßigte Gebühr von 1200,00 Euro.

Anmeldeschluss ist der 05.07.2024.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Petra Paula Marquardt, Tel. 0621 504-2631, E- Mail: [petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de](mailto:petra-paula.marquardt@ludwigshafen.de) und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

Die Plätze sind begrenzt.

- Di, ab 10.09.2024, nachmittags/abends  
Genauere Zeiten werden noch bekannt gegeben.  
2200,00 € bzw. 1200,00 €/1550 UE  
Min/Max-TN 12/25 **241ME602PL**

Foto von Kranich 15 auf Pixabay



# Additive Lernförderung für Schüler\*innen

## an Grund- und weiterführenden Schulen

Jeder Schüler und jede Schülerin soll die Chance haben, Nachteile beim Lernen aufzuarbeiten. Deshalb hat das Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz die Volkshochschulen mit der Umsetzung eines flächendeckenden Förderprogramms betraut.

Pädagogische Angebote unterstützen Schüler\*innen in Grund- und weiterführenden Schulen am Nachmittag in ihrer Kompetenzentwicklung.

Die vhs Ludwigshafen setzt mit kompetenten Kursleiter\*innen bereits in zahlreichen Kursen die additive Lernförderung in Kooperation mit Grund- und weiterführenden Schulen um.

**Weitere Informationen erhalten Sie bei: Heike Ettischer, 0621 504-2634**





## Deutsch-Feriersprachkurse Sprache mit Spiel und Spaß

Seit 2009 führt die vhs Ludwigshafen Feriersprachkurse für Schülerinnen und Schüler mit geringen Deutschkenntnissen durch. Grundlage ist der Kooperationsvertrag zwischen dem Bildungsministerium und dem Landesverband der Volkshochschulen.

In den Herbst- und Sommerferien verbessern jeweils ca. 200 Kinder und Jugendliche aus der 1.-10. Klasse am Vormittag in kleinen Gruppen ihre Deutschkenntnisse. Rund 25 Grund- und weiterführende Schulen nutzen regelmäßig das kostenlose Sprachangebot und melden ihre Schüler\*innen bei der vhs an. Lehramtsstudierende und DaZ-Lehrkräfte der vhs unterrichten 14 Tage in entspannter Atmosphäre. Gut vernetzt mit dem Wilhelm Hack Museum und seinem Förderverein, der Stadtbibliothek und anderen Kooperationspartnern lernen die Schüler\*innen auch andere Lernorte kennen.

**Weitere Infos: Heike Ettischer, 0621 504-2634, [heike.ettischer@ludwigshafen.de](mailto:heike.ettischer@ludwigshafen.de)**



# Smartphone- und Computerkurse für Senior\*innen



# Aktiv im Alter

**Die Smartphone- und  
Computerkurse für Senior\*innen  
finden Sie ab sofort im Fachbereich  
„Digitales Leben“ ab Seite 13.**

**Yoga- und Entspannungskurse  
finden Sie im Bereich  
„Gesundes Leben“ ab Seite 95.**

**Ihre  
Ansprechpartnerin:  
Juliane Krohn  
Tel.: 0621 504-2017  
E-Mail: [juliane.krohn@  
ludwigshafen.de](mailto:juliane.krohn@ludwigshafen.de)**

# Ein Geschenk mit Bildungsgarantie

Überraschen Sie Verwandte, Freunde und Bekannte mit einem Geschenkgutschein der vhs Ludwigshafen.

Auch für Firmen zu besonderen Anlässen ein ideales Geschenk.

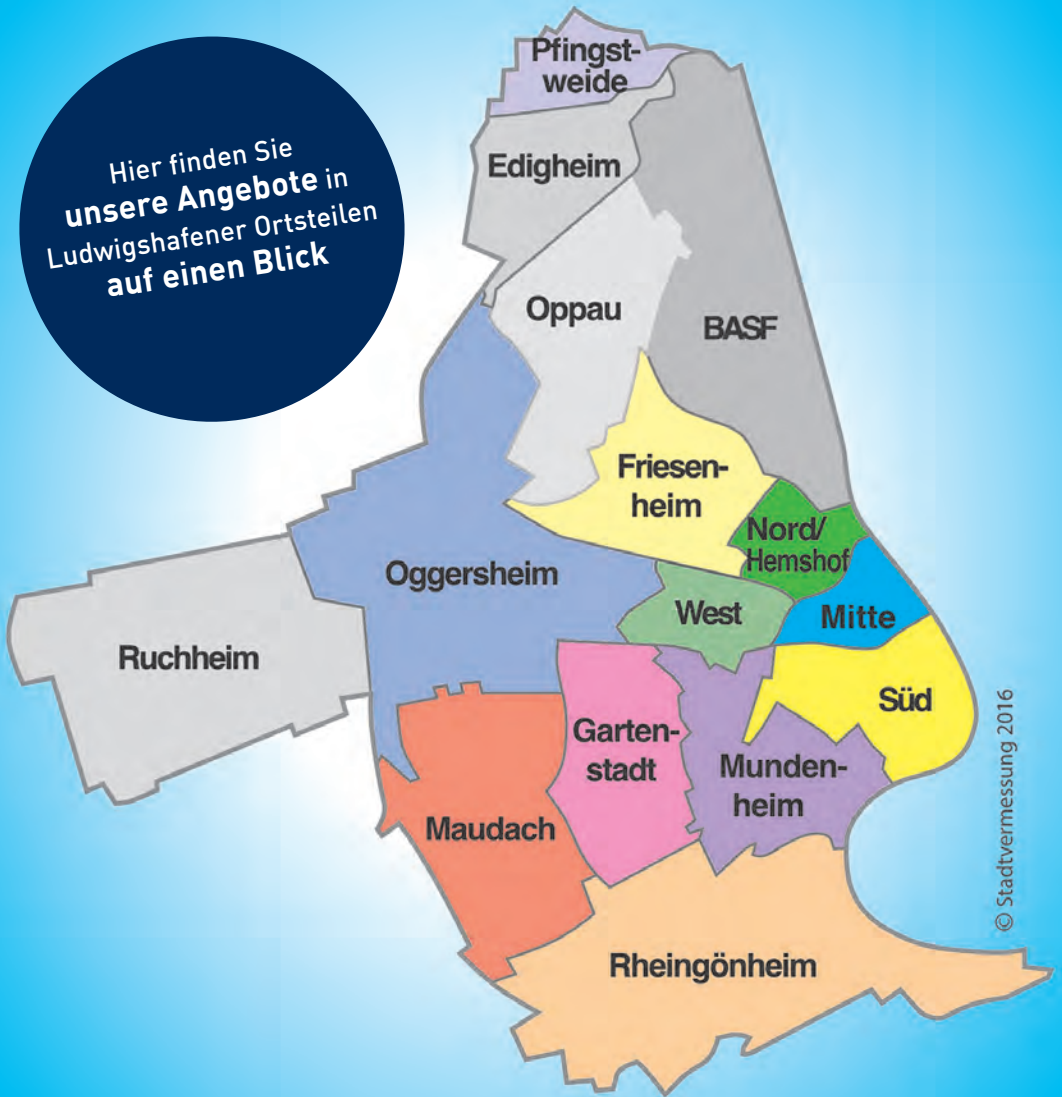
Bei uns erhalten Sie Geschenkgutscheine für eine bestimmte Veranstaltung oder über einen beliebigen Betrag.



**Sprechen Sie  
uns einfach an.**

**Wir beraten Sie gerne unter  
Telefon 0621 504-2633**

Hier finden Sie  
**unsere Angebote** in  
Ludwigshafener Ortsteilen  
**auf einen Blick**



© Stadtvermessung 2016

# Stadtteilprogramm



Januar bis September 2024

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)



**Ludwigshafen**  
Stadt am Rhein

# Stadtteilprogramm

Kursangebot	Kursnummer	Kursort	Seite
<b>Friesenheim</b>			
Vortrag-Führung-Tubber-Tauschparty: Plastik ohne Ende?!	241AD10421	Hallenbad Nord, Erzbergerstraße 12, 67063 Ludwigshafen am Rhein	54
Ganzkörperkräftigung	241EF30205	Albert-Einstein GRS plus, Sternstr. 159, Gymnastikhalle	119
MaMa lernt Deutsch	Info	St. Gallusheim, Luitpoldstraße 61	130
<b>Gartenstadt</b>			
Männerkochkurs "Txoko"	241EA30504	IGS Gartenstadt, Lehrküche	97
<b>Mitte</b>			
Verschiedene Kurse Smartphone für Senior*innen	ab 241KE50124	Stadtbibliothek, Bismarckstr. 44-48, Raum Ideenw3rk (3.OG)	18ff
vhs Lerntreff Innenstadt - Lesen und Schreiben lernen, digitale Grundbildung	241LA70108	Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73)	31
vhs Lerntreff im Quartier Innenstadt: "Offener Buch- und Leseclub in einfacher Sprache"	241LB70106	Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73)	32
vhs Lerntreff im Quartier Innenstadt: Offener Alpha-Selbsthilfetreff	241LB70107	Karlsruher Gässel (Ludwigstr. 73)	33
(K)ein Platz für Hoffnung?! Festival der Hoffnung auf dem Erst-Bloch-Platz	241AA10000	Ernst-Bloch-Platz, 67061 Ludwigshafen	39
Die Hoffnung nicht verlieren - Überleben in Ludwigshafen 1943 bis 1945	241AA10102	Start der Führung am Stadtarchiv Ludwigshafen	40
Außergewöhnliche Architektur im Wilhelm-Hack-Museum	241DA21136	Wilhelm-Hack-Museum, Berliner Str. 23, 67059 Ludwigsh.	83
Einblicke in verschiedene Entspannungs- verfahren - Kompaktkurs	 241EE30103	Erich-Kästner-Schule, Bahnhofstr. 52, Gymnastikhalle	111
Einführung in Danse Vita - Kompaktkurs	 241EE30104	Erich-Kästner-Schule, Bahnhofstr. 52, Gymnastikhalle	111
MaMa lernt Deutsch	Info	Kinder-Eltern-Haus, Benckiserstraße 43-45	130
<b>Süd</b>			
Yoga auf der Parkinsel	241EE30134	Parkinsel, Nähe Pegeluhr	115
Fotoexkursion zur Privat-Kaffee-Rösterei Mohrbacher	241DA21135	Mundenheimer Str. 233, 67061 Ludwigshafen	82

Kursangebot	Kursnummer	Kursort	Seite
-------------	------------	---------	-------

## Maudach

Wasservogelzugskurs	241AD10402	Vogelstation Maudacher Bruch	52
Vortrag: Naturschutz am Gebäude	241AD10403	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Vortrag: Wie können wir unsere heimische Vogelwelt unterstützen?	241AD10404	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Orbea: Vogelstimmenexkursion	241AD10415	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Orbea: Vogelstimmenexkursion	241AD10416	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Orbea: Wie aus Wildbienen Honigbienen wurden	241AD10417	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Vortrag: Umgang mit Wespen	241AD10418	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Europäische Fledermausnacht	241AD10419	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Ferienprogramm: verschiedene Themen werden rechtzeitig bekannt gegeben	241AD10420	Vogelstation Maudacher Bruch	53
Gehmeditation und Achtsamkeit	241EE30114 / 241EE30115	Maudacher Bruch, Treffpunkt: Parkplatz Friesenheimer Weg	112

## Mundenheim

vhs Lerntreff in Mundenheim West: Digitale Grundbildung – Lesen und Schreiben	241LA70105	Wachtenburgstr. 3a, Ludwigshafen	31
vhs Lerntreff für Frauen im Café Asyl: Lesen, Schreiben lernen, digitale Grundbildung	241LA70106	Café Asyl in Evangelische Jugendkirche, Ludwig-Börne-Str. 2	31
vhs Lerntreff für Männer im Café Asyl: Lesen, Schreiben lernen, digitale Grundbildung	241LA70107	Café Asyl in Evangelische Jugendkirche, Ludwig-Börne-Str. 2	31
Yoga für Senior*innen in Mundenheim	241EE30124	Seniorenhaus "Franz Siegel", Wegelburgstraße 59	115
MaMa lernt Deutsch	Info	Café Asyl Mundenheim, Kirchplatz 3	130



## Oggersheim

Malen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene	241DA20704	Schloßschule Oggersheim, Schnabelbrunnengasse 41, Nassraum	66
Ludwigshafen einmal anders: Zu Gast bei der Privatbrauerei Gebr. Mayer	241DA21137	Schillerstr. 8, 67071 Ludwigshafen	83

**Ausführliche  
Kursinformationen  
zu den Angeboten  
finden Sie in  
diesem Programm.**



# Stadtteilprogramm

Kursangebot	Kursnummer	Kursort	Seite
<b>Rheingönheim</b>			
Graffiti-Kunst mit Spraydosen einfach ausprobieren!	 241DA20707	Wildpark Rheingönheim, Neuhöfer Str. 48, 67067 Ludwigsh.	67
Ludwigshafen einmal anders: Fotoexkursion in den Wildpark	241DA21132	Wildpark Rheingönheim, Neuhöfer Str. 48, 67067 Ludwigsh.	81
Neue Ideen für den Kindergeburtstag	 241DA2000	Wildpark Rheingönheim, Neuhöfer Str. 48, 67067 Ludwigsh.	85
<b>West</b>			
vhs Lerntreff Bayreutherstraße: Lesen, Schreiben lernen, digitale Grundbildung	241LA70109	Bayreutherstraße 47, 67059 Ludwigshafen	35
Enjoy English A2/B1	241I40610	Wirtschaftsakademie, Turmstraße 8	139
<b>Pfingstweide</b>			
MaMa lernt Deutsch	Info	Jugend- und Stadtteilzentrum Pfingstweide, Madrider Weg 7	130

[www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)

mit einem Klick zu unserem Internet-Auftritt



Ludwigshafen  
Stadt am Rhein

## Was Sie beachten müssen:

**Anmeldung:** Sie können sich

- **persönlich** zu den Geschäftszeiten.
- **schriftlich** per Post oder Fax (Fax-Nr. 0621 504-2640) anmelden. Sie können die Anmeldung auch in den Briefkasten der vhs im Bürgerhof einwerfen oder direkt dort abgeben. Bitte füllen Sie die Anmeldekarte vollständig mit Einzugsermächtigung und Unterschrift aus. Nur dann ist Ihre Anmeldung gültig.
- **telefonisch:** Sie können sich unter der Tel.-Nr. 0621 504-2238 anmelden, hierbei ist die Angabe Ihrer Bankverbindung erforderlich, damit ein Lastschrifteinzug der Kursgebühr möglich ist.
- **Online-Anmeldung:** Sie können sich unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de) online anmelden.

**Achtung:** Bitte Pflichtfelder ausfüllen!

- Bei schriftlicher, telefonischer und Online-Anmeldung steht Ihnen ein **gesetzliches Widerrufsrecht** zu, die Widerrufsbelehrung siehe Seite 190 (AGB) wird bei Vertragsabschluss Bestandteil des Vertrages.
- **Hinweise zu Datenschutzbestimmungen:** Siehe Seite 191.
- **Anmeldung über Weitermeldeliste:**

Am Ende des Kurses haben Sie die Möglichkeit, sich direkt für das neue Semester bei Ihrem Kursleitenden anzumelden. Wenn Sie am Folgekurs teilnehmen möchten, bitten wir Sie, dies mit Ihrer Unterschrift zu bestätigen. Diese Form der Anmeldung ist nur möglich, wenn Ihre Bankverbindung bereits der vhs bekannt ist.

**Anmeldungen sind verbindlich** und verpflichten zur Zahlung der Gebühr. Bitte geben Sie auf der Anmeldung immer Ihre Tel.-Nr. (tagsüber) an, damit wir Sie bei Terminänderungen informieren können.



**Wir freuen uns  
auf Ihren Besuch.  
Ihr vhs-Team**



## Anmeldebestätigung

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.

## Abmeldungen - immer schriftlich

- Abmeldungen sind **nur schriftlich** mit Angabe des Grundes und unter den unten angegebenen Bedingungen möglich.
- Ein Fernbleiben vom Kurs oder Seminar gilt **nicht** als Abmeldung.
- Abmeldungen **vor Kursbeginn** sind nur schriftlich **bis zu 3 Werktagen** vor Beginn unter Angabe von Gründen möglich.
- Bei **Veranstaltungen**, die **an weniger als 7 Tagen** stattfinden (z. B. Wochenendseminare), ist eine Kündigung bis 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn unter den u. g. Voraussetzungen möglich. Bei Kündigung bis eine Woche vor Kursbeginn sind 20% des Kursentgeltes sowie die Verwaltungsgebühr von 15,00 € zu zahlen. Ansonsten ist das volle Kursentgelt zu entrichten.
- Abmeldungen sind ansonsten nur möglich bei:
  - längerfristiger Krankheit (Attest), hier erfolgt i.d.R. eine anteilige Gutschrift, die in Folge semestern eingelöst werden kann.
  - oder beruflicher Versetzung (Bescheinigung des Arbeitgebers).

Hier erfolgt die Rückzahlung abzüglich des anteiligen Entgeltes für die Unterrichtsstunden, die vor Eintreffen der schriftlichen Bekanntgabe der Verhinderung besucht wurden und einer Verwaltungsgebühr von 15,00 €. Bei Kursen mit einer Gebühr unter 15,00 € beträgt die Verwaltungsgebühr die Höhe des Teilnehmerentgeltes.

Bei langfristigen Kursen gibt es besondere Abmeldebedingungen, die\*den Teilnehmer\*innen (TN) mitgeteilt werden.

### Gebühren und Zahlweise

Gebühren sind bei den Kursen ausgewiesen und werden nach der Entgeltordnung der vhs erhoben. Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung der Gebühr. Sie haben folgende Möglichkeiten zur Zahlung der Gebühr:

- Barzahlung oder EC-Kartenzahlung (mit PIN) nur bei persönlicher Anmeldung,
- oder Ermächtigung zum Lastschriftzug bei persönlicher, schriftlicher, telefonischer oder Online-Anmeldung.

Bei langfristigen Kursen ist Ratenzahlung möglich. Die jeweilige Rate muss in bar oder per EC-Karte bezahlt werden. Dies ist bei den Kursen angegeben oder muss extra beantragt werden. Eine Rechnungsstellung ist in der Regel nicht möglich.

Sollte ein Kurs nicht zustande kommen, werden die Gebühren umgehend rückerstattet, auf demselben Weg wie die Bezahlung erfolgt ist, d. h. bei Barzahlung erhalten Sie die Gebühr in bar zurück, bei EC-Kartenzahlung oder Lastschriftzug bekommen Sie die Gebühr auf Ihr Konto zurück überwiesen.

Für Prüfungen im Sprach- und EDV-Bereich werden gesonderte Gebühren berechnet (s. Programm). Die Prüfungsgebühren sind vor dem Prüfungstermin bar an der Kasse der vhs zu entrichten.

Eine Rückerstattung für Geschenkgutscheine ist nicht möglich. Auf Antrag kann ein Gutschein auf eine andere Person übertragen werden.

### Gebührenermäßigung

Für Schüler\*innen, Student\*innen, Auszubildende, Inhaber/innen der Jugendleitercard (Juleica), Bundesfreiwilligendienst, Schwerbehinderte (ab 80 %) kann das Entgelt um 20 % ermäßigt werden. Diese Ermäßigungen werden nur bei Kursen ab 20 Unterrichtseinheiten (UE) gewährt. In besonders begründeten Ausnahmefällen, insbesondere bei finanzieller Notlage, können Gebühren auf schriftlichen Antrag in Raten gezahlt oder teilweise erlassen werden.

Familienkarten-Inhaber\*innen erhalten bei ausgewählten Kursen und Veranstaltungen der vhs einen Rabatt von 10%.

Ermäßigungen sind nur möglich, wenn vor Beginn des Kurses bei der verbindlichen Anmeldung ein Nachweis vorgelegt wird. Eine Ermäßigung im Nachhinein ist ausgeschlossen.

Bei Schulabschlusskursen erhalten TN aus Ludwigshafen (Meldebescheinigung) auf Antrag gegebenenfalls einen Zuschuss der Stadt Ludwigshafen.

Rheinpfalz-Card-Inhaber erhalten bei ausgewählten Einzelveranstaltungen einen Rabatt von 10%!

### Kursbedingungen

Arbeitskreise, Kurse und Lehrgänge werden durchgeführt, wenn sich bis zum 1. Veranstaltungstag i.d.R. 12 TN verbindlich angemeldet haben. Kurse mit geringerer Anzahl werden mit Zustimmung der TN unter folgenden Bedingungen durchgeführt:

- Die Gebühr wird bei voller Laufzeit der Kurse entsprechend erhöht,
- oder der Kurs bei gleicher Gebühr anteilig verkürzt.
- Es kann auch eine Kürzung der Veranstaltung bei gleichzeitiger Gebührenerhöhung erfolgen.

Ausnahmen von der Mindest-TN-Zahl sind im Programm angegeben.

Sind mehrere Kursgebühren ausgeschrieben, ist die Anzahl der angemeldeten Teilnehmenden am ersten Veranstaltungstermin dafür entscheidend, welche der Kursgebühren zu zahlen ist.

Die vhs kann im jeweiligen Semesterprogramm vorgesehene gleichartige Veranstaltungen zusammenlegen, um so die Mindest-TN-Zahl zu erreichen.

Ausgefallene UE werden nachgeholt. Anspruch auf Unterricht durch eine bestimmte Lehrkraft besteht nicht.

### Teilnahme- u. Leistungsbescheinigungen

Bei regelmäßiger Teilnahme (mind. 80 %) erhalten die TN nach Kursende eine Teilnahmebescheinigung, welche innerhalb eines Semesters an der Anmeldung abgeholt werden kann.

Für Prüfungen bei abschlussbezogenen Lehrgängen gelten besondere Bestimmungen.

### Ferien und Feiertage

An gesetzlichen Feiertagen und in den Schulferien findet kein Unterricht statt. Ausnahmen sind im Programm angegeben.

### Qualitätsverbesserung

Die vhs Ludwigshafen hat sich zur ständigen Qualitätsverbesserung verpflichtet. Anregungen, Ideen und Kritik können in schriftlicher Form an die vhs-Leitung gegeben werden.

Hierzu steht ein Briefkasten im Foyer der vhs zur Verfügung.

### Haftung

Die Stadt Ludwigshafen haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen gegenüber TN, falls Schäden anlässlich der Kursteilnahme entstehen. Die Haftung der Stadt für leichte Fahrlässigkeit ist ausgeschlossen. Im Rahmen der Haftung der Stadt für ihre Erfüllungsgehilfen ist die Haftung für leichte Fahrlässigkeit der Erfüllungsgehilfen ausgeschlossen. Bei Minderjährigen beginnt und endet die Aufsichtspflicht der vhs mit dem Unterricht.

### Hausordnung

In den Gebäuden sowie auf dazugehörigem Gelände sind das Rauchen und der Genuss alkoholischer Getränke nicht gestattet. Die entsprechenden Hausordnungen sind zu beachten.

Wir bitten, die Räume sauber und ordentlich zu hinterlassen und die Einrichtungsgegenstände schonend zu behandeln.

**Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch.  
Ihr vhs-Team**



## Die Volkshochschule sucht ständig neue Kursleiter\*innen!

### Wie werde ich Kursleiter\*in an der vhs Ludwigshafen?

Haben Sie Interesse an einer Lehrtätigkeit an der vhs? Können Sie Ihre ausgewiesenen fachlichen Qualifikationen praxisnah und gut verständlich weitergeben? Dann sollten Sie sich bei uns bewerben!

#### **Insbesondere suchen wir Lehrkräfte für DaZ/DaF, sowie Schulkurse.**

Sie treffen bei uns auf lernbereite Teilnehmer/innen, die oft berufstätig sind. Erwartet werden von Ihnen pädagogische und methodische Anleitungen zu gelingendem Lernen. Wenn Sie Ihren Unterricht interessant und abwechslungsreich gestalten können, dann sind Sie bei uns richtig.

Die Volkshochschule Ludwigshafen ist eine der größten öffentlichen Einrichtungen für Erwachsenenbildung in Rheinland-Pfalz. Sie bietet seit über 100 Jahren ein vielfältiges Weiterbildungsangebot.

## Widerrufsrecht (siehe Anmeldung)

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 Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

### 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 sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit 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.

### Der Widerruf ist zu richten an:

**Volkshochschule der Stadt Ludwigshafen**  
**Oliver Provo**  
 Bürgerhof | 67059 Ludwigshafen  
 Fax: 0621 504-2640  
 Email: [oliver.provo@ludwigshafen.de](mailto:oliver.provo@ludwigshafen.de)



## Impressum

**Herausgeberin:** Volkshochschule der Stadt Ludwigshafen  
 Bürgerhof, 67059 Ludwigshafen, Telefon 0621 504-2238

**Verantwortlich:** Stefanie Indefrey (vhs-Leitung)

**Druck:** NINO Druck GmbH, Im Altenschemel 21, 67435 Neustadt/Weinstraße

**Auflage:** 3.500 Exemplare

**Bildnachweis Titel:** Fotos Kreise: Tauben, Kleeblatt, Lachendes Kind Canva.com /  
 Pflanze in Hand: Bildcredits Sunny Studio / Foto Kopf: vhs Ludwigshafen

**Satz & Layout:** Anja Klein Mediengestaltung, klein.design@t-online.de

*Änderungen vorbehalten, die nach Druck des Programms eintreten.*

**Sie finden das Programm immer aktualisiert im Internet unter [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de)**

**Besuchen Sie uns doch auch auf  Facebook!**



## Datenschutzbestimmungen

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule der Stadt Ludwigshafen am Rhein ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

### 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (z.B. Name usw.) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsdatum erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Kinderkurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie der E-Mailadresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname (Kontoinhaber\*in) können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatsbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des

Kursbeitrags persönlich an der Kasse der vhs in bar oder mit EC-Karte leisten.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister (der Bereich 1-11 IT sowie ksk-concept) betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### 3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Vor- und Zunamen an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten (Geschlecht, Nachname, Vorname, ggf. zusätzlich die Erziehungsberechtigten, Geburtsdatum, Adresse, Telefonnummer, E-Mailadresse, sowie das Bildungsziel) an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

#### 4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

#### 5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendungen gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrages bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen

vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

#### 6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

**Volkshochschule  
der Stadt Ludwigshafen am Rhein  
Bürgerhof  
67059 Ludwigshafen  
Email: [info@vhs-lu.de](mailto:info@vhs-lu.de)**



Foto: photoart67eV

A		D		G	
Additive Lernförderung	179	Danse Vita	111	Ganzkörperkräftigung	119 f
Alfa-Bündnis	35	Datenschutzbestimmungen	191	Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen	124 ff
Alphabetisierung, Grundbildung	30 ff	DATEV	164	Gemeinsam stark für Demokratie, Solidarität und sozialen Frieden	41 ff
Alpha- Berater*innen-Schulung	35 f	Deeskalation	42 f	Geschäftsbedingungen, Widerrufsbelehrung, Datenschutzbestimmungen	187 ff
Alzheimer	108	Demenz	108	Geschäftszeiten	3
Analoge Fotografie	76	Deutsch – Sonderprojekte	129	Gesellschaft	37 ff
Amnesty International	41 f	Deutsch als Fremdsprache	124 ff	Gesundheit Vorträge	105 ff
Anmeldung, Geschäftszeiten, Ferien	3	Deutsch-Prüfungen	128 f	Gitarre	84
Android	17 ff	Digi-Netz der Weiterbildung	14 ff	Goldschmieden	69
Apple, iOS	19 ff	Die Welt verstehen	51 f	Grundbildung	29 ff
Apokalyptik	48	Digitale Fotografie / Bildbearbeitung	76,78	Grün ist die Hoffnung	54
Antike, griechisch-römische	50 f	Digitales Leben	14 ff		
Aquarellieren	65				
Arbeitsplatzorganisation	25	E			
Arabisch	133 f	EDV Einzelunterricht	26 ff	H	
Astronomie	52	EDV Grundlagen	25 ff	Hauptschulabschluss	176 f
Autogenes Training (AT)	112	Einbürgerungstest	130	Herzsport	122
Argumentationstraining gegen Vorurteile und Rassismus	43	Englisch	135 ff	Hoffnung	38 ff
		Entspannung	111 ff		
		Excel	26		
		Experimentierlabor	64		
B		F			
Berufsbezogene Deutschsprachkurse (DeuFöV)	127	Ferienkurse für Kinder	53, 85 f, 91	I	
Berufsreife	176 f	Feriensprachkurse Deutsch für Schüler*innen	127	Ikebana	68
Betreuung, rechtliche	109	Festival der Hoffnung	38 ff	Illumination	64
Bewegung - Kraft u. Ausdauer	118	Film	39 f	Impressum	190
Bewerbung	24	Finanzen	167 ff	Inhaltsverzeichnis	5
Bilanzierung	165	Finanzbuchführung	167 ff	Integrationskurse	125
Bildende Kunst	64 ff	Firmen Angebote	35 f	Italien, Küche	98
Bildungsurlaub	173	FLINTAs	45 f	Italienisch	143 f
Bloch, Ernst	13 f, 38	Flüchtlinge	129	Internationale Küche	98 ff
Briefgestaltung	159	Fotoexkursionen	80 ff	Iran	42
Buchführung	167 f	Fotografie, analog & digital	75 ff	J	
Bürgernahe Medienkompetenz	14ff	Fotostammtisch	74 f	Jacobsweg	47
		Förderprogramme für Schüler*innen	127, 179	Japanisch	145 f
		Französisch	141 f	Japan, Tee	103
		Frau und Kultur e.V.	58 ff	Japan, Teezermonie	103
		Frauen	41, 44, 58 ff	Junge vhs	84 ff, 127, 179
		Frauenrechte	42		
		Fremdsprachen	132 ff		
C					
Chi Gong/ Qi Gong	112				
Chinesisch	134 f, 102				
Computer Einzelunterricht	25ff				
Computerkurse für Einsteiger	25				
Controlling	166				
Computer für Senior*innen	18ff				

# Stichwortverzeichnis

<b>K</b>		<b>P</b>		<b>T</b>	
Kardiologie, Vortrag	107	„Paradeisen statt apokalypsen“-		Taiji/T' ai Chi	112 f
Kein Spiel!	39	leicht und sinnig leben"	47	Team vhs	6 ff
Kindergeburtstag	84	Peru, Küche	100	Tee, Grüntee	103
Kindertagespflege Qualifizierung	160f	Pflege	107 f	Tofu, Küche	101, 102
Kinder	84 ff	Philosophie	47 ff, 58	Türkisch	155 f
Kleidertauschparty	72 f	Photoshop Elements	78	Training	41 ff, 35 f
Klimaschutz	54ff	Photoshop Lightroom	78		
Kochen - Ernährung	96 ff	Photovoltaik	55		
Korea, Küche	99	Pilates	118 f		
Koreanisch	147 f	Plastik	54	<b>U</b>	
Korrespondenz	159	Politik	38 ff	Umweltschutz	52 ff
Kreativkurse	63 ff	Porträtfotografie	79	Upcycling, Kleidung	72 f
Kultur	58 ff	PowerPoint	25		
Künstliche Intelligenz	21	Proteine, Kochen	98		
		Prüfungen Deutsch	128 f		
		Pub Quiz „Hope and Democracy“	40		
				<b>V</b>	
<b>L</b>		<b>Q</b>		Vergolden	69
Lebendige Antike	50 f	Queer	45 f	vhs-Lerntreff im Quartier	30 f
Leitbild der vhs	2	Qi Gong / Chi Gong	112 f	Vietnam, Küche	101
Lesen und Schreiben	30 ff	Qualifizierung Kindertagespflege	160 f	Vogelkunde	52 f
Literatur	62 f	Qualischeck	172	Vorträge Gesundheit	105
Literaturzirkel	63			Vortragsreihe Frau u. Kultur e.V.	59 ff
LU-CITY-SPIELT! Spiele(n) lernen.	40				
		<b>R</b>		<b>W</b>	
<b>M</b>		Realschulabschluss	178 ff	Webseiten erstellen	21
Macarons	102	Rechtsextremismus	43 f	Wegweiser, Wegbeschreibung vhs	4
Malen & Zeichnen	64 ff	Resilienz	44 f	Weinkunde	104
MaMa-Kurse	130	Russisch	150	Widerrufsbelehrung/-recht	190
Meditation	111 f			Windows	24
MS Office	25	<b>S</b>		Word	25
Musik	84	SALuMa e.V.	31 f	Workshops gegen Gewalt,	
		Schmuckgestaltung	69	Extremismus	41 ff
<b>N</b>		Schulabschlüsse	175 ff		
Nachhaltigkeit	50 f	Schreiben	63	<b>X</b>	
Nähen	70 f	Selbstbehauptung	42, 44 f	Xpert Business	162 ff
Natur- und Umweltschutz	52 f	Senior*innenprogramm - Info	181		
Neugriechisch	149 f	Sprechstunde	14 ff	<b>Y</b>	
		Silberschmuck	69	Yoga	113
<b>O</b>		Smartphone	84		
Offene Sprechstunde	14 ff	Spanien, Küche	100, 102	<b>Z</b>	
Office	25 ff	Spanisch	151 ff	Zeichnen	64 f
Online-Meetings	158	Solarenergie	55	Zivilcourage	44
Onlineshop	23	Sprachberatung für Deutsch-		Zumba®	120
OPEN DYKES	45 f	und Integrationskurse	126		
Orbea	52 f	Stadtgeschichte	40		
Origami	68, 85	Stadtmuseum, Kooperation	86 ff		
Orthothologie	54 f	Stadtteilprogramm - Übersicht	183 ff		
Orthopädie, Vortrag	105 f	Steuerpraxis	168		
		Stricken	74		

Möglichkeiten sich schriftlich oder persönlich anzumelden:

1. Schicken Sie uns diese Karte zu (per Post, Einwurf vhs).
2. Faxen Sie uns die ausgefüllte Karte unter 0621 504-2640 zu.
3. Kommen Sie persönlich während unseren Öffnungszeiten vorbei.
4. Melden Sie sich telefonisch an unter Angabe Ihrer Bankdaten (0621 504-2238).
5. Melden Sie sich online an unter: [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de).

**Achtung! Ihre Anmeldung ist erst gültig, wenn Sie bar bzw. per EC an der Kasse der vhs bezahlt oder uns eine Einzugsermächtigung schriftlich erteilt haben!**

(\* zwingende Angaben, bitte in Druckbuchstaben deutlich ausfüllen!)

* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr
* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr

\* Name, Vorname des Teilnehmers/der Teilnehmerin

\* Straße, Haus-Nr.

\* PLZ, Ort

\* Telefon (mit Vorwahl) privat / geschäftlich / Handy

\* E-Mail

\* Datum, Unterschrift

\* Geburtsdatum

(Unterschrift der Teilnehmerin\*des Teilnehmers, bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten)  
Mit meiner Unterschrift erkenne ich die im Programmheft enthaltenen Geschäftsbedingungen der vhs Ludwigshafen an.

### **Einzugsermächtigung / SEPA-Verfahren:**

Ich ermächtige die vhs Ludwigshafen von meinem Konto widerruflich die fälligen Teilnehmerentgelte von folgendem Konto durch Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Fälligkeit erfolgt 7 Tage nach Anmeldedatum. Ich bin damit einverstanden, dass dieses Konto auch für Erstattungen verwendet wird.

SEPA-Lastschriftmandat/ Unsere Gläubiger-ID Nummer: DE77ZZZ0000027974  Ihre Mandatsreferenznummer: vhs-LU _____  (wird von der vhs ausgefüllt)
---

Bank

IBAN

BIC

Datum / Unterschrift des Kontoinhabers





# Anmeldung \_\_\_\_\_

Möglichkeiten sich schriftlich oder persönlich anzumelden:

1. Schicken Sie uns diese Karte zu (per Post, Einwurf vhs)
2. Faxen Sie uns die ausgefüllte Karte unter 0621 504-2640 zu.
3. Kommen Sie persönlich während unseren Öffnungszeiten vorbei.
4. Melden Sie sich telefonisch an unter Angabe Ihrer Bankdaten (0621 504-2238).
5. Melden Sie sich online an unter: [www.vhs-lu.de](http://www.vhs-lu.de).

**Achtung! Ihre Anmeldung ist erst gültig, wenn Sie bar bzw. per EC an der Kasse der vhs bezahlt oder uns eine Einzugsermächtigung schriftlich erteilt haben!**

(\* zwingende Angaben, bitte in Druckbuchstaben deutlich ausfüllen!)

_____	_____	_____
* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr
_____	_____	_____
* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr	* Kurs-Nummer / Gebühr

\_\_\_\_\_

\* Name, Vorname des Teilnehmers/der Teilnehmerin

\_\_\_\_\_

\* Straße, Haus-Nr.

\_\_\_\_\_

\* PLZ, Ort

\_\_\_\_\_

\* Telefon (mit Vorwahl) privat / geschäftlich / Handy

\_\_\_\_\_

\* E-Mail

\_\_\_\_\_

\* Datum, Unterschrift

\_\_\_\_\_

\* Geburtsdatum

(Unterschrift der Teilnehmerin\*des Teilnehmers, bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten)  
Mit meiner Unterschrift erkenne ich die im Programmheft enthaltenen Geschäftsbedingungen der vhs Ludwigshafen an.

## **Einzugsermächtigung / SEPA-Verfahren:**

Ich ermächtige die vhs Ludwigshafen von meinem Konto widerruflich die fälligen Teilnehmerentgelte von folgendem Konto durch Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Fälligkeit erfolgt 7 Tage nach Anmeldedatum. Ich bin damit einverstanden, dass dieses Konto auch für Erstattungen verwendet wird.

SEPA-Lastschriftmandat/  
Unsere Gläubiger-ID Nummer:  
DE77ZZZ0000027974

Ihre Mandatsreferenznummer:  
vhs-LU \_\_\_\_\_

(wird von der vhs ausgefüllt)

\_\_\_\_\_

Bank

\_\_\_\_\_

IBAN

\_\_\_\_\_

BIC

\_\_\_\_\_

Datum / Unterschrift des Kontoinhabers



Bürgerhof, 67059 Ludwigshafen


# Vielfalt auf einen Klick!

Suchen, finden, buchen.  
Mit dem vhs-Kursfinder auf  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Mehr als  
500.000 Kurse.  
Jetzt  
entdecken!

**vhs** 

Jetzt entdecken



# Mehr Überholspur. Weniger Sackgasse.

**Was willst du mehr?  
Die Ausbildung bei der  
Sparkassen-Finanzgruppe.**

Du willst mit Vollgas durchstarten, statt auf der Stelle zu treten? Bei uns erwartet dich ein praxisnaher Einstieg in eine Karriere mit vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten und jeder Menge Sinn – für dich und für uns alle. Finde deinen Ausbildungsplatz auf [sparkasse.de/ausbildung](https://sparkasse.de/ausbildung)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Vorderpfalz