

STADTTEIL-PROGRAMM

SEPTEMBER 2018–FEBRUAR 2019

volkshochschule stuttgart
www.vhs-stuttgart.de

BOTNANG

FEUERBACH

MÜHLHAUSEN

MÜNSTER

STAMMHEIM

WEILIMDORF

ZUFFENHAUSEN

Neu!



Inhaltsverzeichnis

Botnang – ab Seite 2

Studium Generale; Natur und Umwelt; computer@home;
Tanz und Rhythmus; Englisch

Feuerbach – ab Seite 11

Allgemeinbildung; Blick hinter die Kulissen; Wissen im Alltag;
Musikalische Erwachsenenbildung; Französisch; Italienisch;
Portugiesisch

Mühlhausen – ab Seite 16

Stadtspaziergänge; Wissen im Alltag; Werkstatt Mode Nähen;
Ratgeber Gesundheit; Bewegung und Körpererfahrung;
Yoga; Englisch; Türkisch

Münster – ab Seite 25

Stadtspaziergänge; Wissen im Alltag; Englisch

Stammheim – ab Seite 27

Wissen im Alltag; Künstlerisches Gestalten;
Bewegung und Körpererfahrung

Weilimdorf – ab Seite 29

Allgemeinbildung; Stadtspaziergänge; Umwelt und Alltag;
Kochen und Backen; Tanz und Theater; Werkstatt Mode Nähen;
Künstlerisches Gestalten; Ratgeber Gesundheit; Bewegung und
Körpererfahrung; Yoga; Englisch; Italienisch

Zuffenhausen – ab Seite 46

Allgemeinbildung; Stadtspaziergänge; Kommunikation und
Selbstmanagement; computer@home; Musikalische Erwachsenen-
bildung; Tanz und Rhythmus; Stricken, Häkeln und Co.;
Künstlerisches Gestalten; Bewegung und Körpererfahrung; Yoga;
Deutsch und Integration; Französisch; Italienisch; Spanisch

Allgemeine Geschäftsbedingungen – ab Seite 70

Liebe Leserin, lieber Leser,



es ist so weit – für die Stuttgarter Stadt-
teile gibt es wieder ein neues, vielfältiges
Halbjahresprogramm. Gemeinsam mit
den ehrenamtlichen Stadtteilbeauftrag-
ten vor Ort ist erneut ein umfangreiches
Angebot entstanden, das die Vielfalt und
Lebendigkeit unserer Stadtteile wider-
spiegelt. Jedes Semester aufs Neue sind
die Stadtteilbeauftragten mit viel Begei-
sterung dabei, die Belange der Bürger/innen vor Ort aufzunehmen und
die vhs in der Planung zu unterstützen – vielen Dank für dieses
Engagement.

Die Vielfalt Stuttgarts hat die vhs im Jahr 2018 in ihrem Jahresthema
„Internationale Stadt Stuttgart“ aufgegriffen. Vielfalt zeigt sich ge-
rade auch in den Stadtteilen – und wo immer es „bunt zugeht“, ist
es auch wichtig, Gemeinsamkeiten zu finden und aufzuzeigen. Diese
können durch Unternehmungen, Austausch und Begegnungen ent-
deckt werden. Eine Stärke der Volkshochschule ist ihre Präsenz bei
den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort. Bildungsangebote bringen
Menschen mit unterschiedlichsten Biografien zusammen. Die ge-
meinsame Beschäftigung mit einem bestimmten Thema schafft eine
Verbindung und lässt gemeinsame Interessen sichtbar werden.

Auch im Herbstprogramm bildet die vhs den Reichtum an Interessen
ab. So können Sie sich neben einer entdeckungsreichen Führung
durch die Hohenheimer Sammlungsgewächshäuser (Kurs 182-39070)
in Obertürkheim die Frage nach dem glücklichen Leben stellen (Kurs
182-40104), in Zuffenhausen einen Blick hinter die Kulissen des
Deutschen Wetterdienstes werfen (Kurs 182-08280) und sich in
Weilimdorf über Biografien spannender, starker Frauen informieren
(Kurse 182-39031/ -32/ -33).

Ist für Sie in diesem Halbjahresprogramm noch nicht das Passende
dabei? Dann freue ich mich, wenn Sie Ihre Ideen und Bedarfe an die
Stadtteilbeauftragten oder die vhs weiterleiten.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit dem Programm, in den Kursen und
Vorträgen viele neue Erkenntnisse sowie interessante Begegnungen!

Mit freundlichen Grüßen

Werner Wölflé

Botnang

Studium Generale

Geld

Viele reden nicht gerne darüber und behaupten vielleicht, dass es sie nicht interessiert. Dabei ist es die Grundlage unseres Lebens. Warum löst es so verschiedenartige Emotionen aus? In diesem Semester werden wir uns mit den verschiedensten Bedeutungen und Facetten des Geldes beschäftigen. Im kommenden Semester setzen wir unser Angebot mit einem anderen Themenschwerpunkt fort.

182-02300

Dozent/innen-Team

Do 11.10.18–31.01.19 jew. 10.00–12.30, 14-mal (mit Pause)

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 205.00 (Vorzugspreis für den gesamten Lehrgang)

Zum Bürgerhaus Botnang kommt man wieder über die Griegstraße. Zugang zum Musiksaal über den Innenhof (Durchgang zwischen Bäckerei Sehne und LIDL). Im Parkhaus sind reichlich Plätze kostenlos fürs Bürgerhaus reserviert, Einfahrt Eltinger Straße

● Schon gewusst...

- ⋮
- ⋮ Der Lehrgang setzt sich aus den Kursen 182-02301 bis
- ⋮ 182-02314 zusammen. Einzelbuchungen sind immer möglich.
- ⋮ Für den gesamten Lehrgang und für alle einzelnen Themen-
- ⋮ blöcke ist keine Ermäßigung möglich.
- ⋮

Geschichte

Geld, Macht und Herrschaft – Das Selbstbestimmungsrecht der Völker versus die globalisierte Welt

Bei der Frage, ob Palästinenser und Kurden einen eignen Staat bekommen sollen, tendieren viele Europäer dazu, ihnen diese Souveränität zu gönnen. Ganz anders jedoch sieht es bei der Frage aus, ob auch Katalonen und Basken eine Souveränität erhalten können. Die allgemeinen Entwicklungstendenzen der Welt gehen tendenziell zu globalen Wirtschaftszusammenschlüssen und dabei sind zu viele (neue) Kleinststaaten eher hinderlich als förderlich. Gibt es neben den rein wirtschaftlichen Interessen auch noch andere stichhaltige Argumente, die für eine Globalisierung sprechen, oder wird weiter die um sich greifende Globalisierung in der Masse Verlierer produzieren?

182-02301

M.A. Matthias Hofmann

Do 11.10.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Wirtschaftsgeschichte

Die Evolution des Geldes 1

Wie ist das erste Geld entstanden? Wurde es bewusst erfunden? Welche Güter fungierten zunächst als Geld? Weshalb setzten sich in der Antike Münzen als Zahlungsmittel durch? Wieso kreierten norditalienische Kaufleute im späten Mittelalter erstmals Papiergeld und warum standen die Menschen dem Papiergeld zunächst skeptisch gegenüber?

182-02302

Robert Thomas Merk

Do 18.10.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Wirtschaft

Die Evolution des Geldes 2

Der heutige Papiergeldstandard erlaubt eine ungehemmte Vermehrung des Geldes. Dies fördert die Verschuldung und damit einhergehend verteilungspolitische Konflikte. Gleichzeitig wachsen die Risiken eines weltweiten Crashes des Finanzsystems. Wie konnte es so weit kommen? In welchem Zusammenhang kann die europäische Gemeinschaftswährung als exemplarisch für diese Entwicklung bezeichnet werden? Gibt es noch einen politischen Ausweg? Viele Fragen.

182-02303

Robert Thomas Merk

Do 25.10.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Kunstgeschichte

Händler, Auktionshäuser und Strippenzieher – Von der Antike bis zu Damien Hirst

Bereits ägyptische Kunsthändler handelten mit Nachbildungen von Götterfiguren für private Sammler. In der Renaissance bedienten sammelwütige Fürsten gar ein Netz von Agenten und Händlern. Im Goldenen Zeitalter in der holländischen Malerei, erblühte der Kunstmarkt, bevor dann im 18. Jahrhundert Paris und London zu wichtigen Kunstzentren wurden. Der moderne Kunstmarkt entwickelte sich aber erst mit dem ökonomischen Aufstieg der USA, als ►

reiche Amerikaner ab dem Ende des 19. Jahrhunderts als Sammler in Europa auftraten und sich der Typus des modernen Kunsthändlers herausbildete.

182-02304

M.A. Sabine Lutzeier

Do 08.11.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Musik

„Money For Nothing“

Wie traumhaft und beneidenswert kann das Leben eines Rock- bzw. Popstars sein? Wie entstehen die erfolgreichsten Hits? Wie kann das miserabelste Antitalent hervorragend vermarktet werden? Und, im Anschluss an Joey Goebels genialen Roman „Vincent“: Wie wird die Zukunft des Musikmarktes letzten Endes aussehen?

182-02305

Dr. Igor Wroblewski

Do 15.11.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Biographie

Hedwig Courths Mahler (1867–1950) –

Die erste Selfmadefrau

Als uneheliches Kind, „Kind der Schande“ geboren und aufgewachsen in ärmlichsten Verhältnissen, arbeitet sich Hedwig Courths Mahler mit Zähigkeit und immensem Fleiß hoch zum Erfolg und wird Deutschlands erfolgreichste Unterhaltungsschriftstellerin. Sie erschreibt sich Millionen, verliert alles, beginnt neu – und wird erneut zur Millionärin. Liebe, Geld und Dünkel erlebt sie in ihrem eigenen Leben – wie auch ihre Leser/innen in ihren Romanen, zu dessen bekanntesten „Die Bettelprinzessin“ zählt. Wer aber war diese Frau, die von den Kritikern ihrer Zeit so verschmäht worden ist?

182-02306

Jutta Menzel-Püschel

Do 22.11.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Naturwissenschaften

Asteroiden und Kometen

Unsere Erde ist nur ein winziger Ort des Lebens im unendlichen Weltall. Dementsprechend machtlos steht die Menschheit allen Gefahren gegenüber, die aus dem Weltraum kommen. Einer der größten Gefahren geht dabei von Asteroiden und Kometen aus, die mit der Erde kollidieren könnten. Das 2013 explodierte Objekt über der russischen Stadt Tscheljabinsk verletzte rund 1500 Menschen, dabei war dieses Objekt nach kosmischen Maßstab mit rund 20 Metern Durchmesser nur ein Zwerg. Wie wahrscheinlich ist es, dass ein „globaler Killer“ mit mehreren Kilometer in absehbarer Zeit die Erde trifft?

182-02307

Dieter Bleicher

Do 29.11.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Philosophie

Das gute Leben – Glück ist nicht käuflich

Die Sehnsucht nach einem guten Leben ist so alt wie die Menschheit selbst. Die Werbeindustrie scheint die Antwort zu kennen: Sie suggeriert, dass man die Zutaten zum Glück einfach kaufen kann. Tatsächlich prägen aber vor allem nicht-kommerzielle Faktoren das gute Leben. Immer mehr Geld steigert aber das Glücksempfinden kaum noch, schon gar nicht dauerhaft, denn der Mensch hat nicht nur materielle Bedürfnisse. Sobald also ein gewisser Lebensstandard erreicht ist, den freilich jeder selbst festlegt, geht es um Beziehungen statt Kontoauszüge, Kreativität statt Konsum, Persönlichkeit statt Labels, Sinn statt Kommerz.

182-02308

Dr. Igor Wroblewski

Do 06.12.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 20.00

Literatur

Gustav Freytag: „Soll und Haben“

„Der Mensch ist gut, solange er arbeitet und fleißig ist“. Der in sechs Büchern verfasste Roman von Gustav Freytag (1816–1895) gehört zu den meistgelesenen Romanen im 19. Jahrhundert. Es werden zwei Personen gegenübergestellt: Anton Wohlfahrt und Veitel Itzig, Söhne eines kleinen Beamten und eines armen Juden, die gleichzeitig ihre Lehre antreten. Anton Wohlfahrt schlägt in einem angesehenen Handelshaus eine Karriere als ehrbarer Geschäftsmann ein; Veitel Itzig dagegen sucht sein Glück bei dem Makler ▶

und Spekulanten Hirsch Ehrenthal, bei dem er nach erfolgreichen Anfängen seine Laufbahn selbst zugrunde richtet.

182-02309

M.A. Carl Häser

Do 13.12.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Philosophie

Haben wir die Vernunft verloren? – Das liebe Geld
Geld der oberste Wert? Was ist Geld, welche Funktion erfüllt es? Aristoteles betrachtete Geld als Mittel zum Zweck. Das, was man kauft, muss einem mehr Wert sein, als das Geld selbst, sonst würde man es ja nicht kaufen. Geld hat die Aufgabe, Mittel bereitzustellen, die ein gutes Leben ermöglichen. Für Aristoteles ist die Frage entscheidend, was das gute Leben eigentlich ist. Diese Frage lässt sich aber nur in einem vernünftigen Denken entscheiden.

182-02310

Dr. Igor Wroblewski

Do 20.12.18 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Gesellschaft

Die Fugger

Ein Name wie klingende Münze! Die Fugger prägten wie wenig andere Familien den beginnenden Kapitalismus in Europa. Sie besaßen Minen, handelten in allen großen Städten, engagierten sich in der Textilproduktion und verliehen Geld. Ihren immensen Reichtum nutzten sie auch politisch – mancher Kaiser verdankte seine Wahl durch das „Augsburger Geld“!

182-02311

M.A. Holger Starzmann

Do 10.01.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Geschichte

Vanderbilt, Rockefeller und Co. –

Der amerikanische Kapitalismus

Die Industrialisierung bot dem Einsatz von Kapital immense neue Möglichkeiten. Vor allem in den USA nutzen Magnaten diese und schufen riesige Eisenbahn-, Stahl- oder Öl-Imperien. Bei der Wahl der Mittel zur Durchsetzung Ihrer Interessen waren sie skrupellos.

182-02312

M.A. Holger Starzmann

Do 17.01.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Kultur

„Geld macht sexy“

Unverbesserliche Langweiler, Nervensägen, Tyrannen oder Vogel-scheuchen genießen eine erstaunliche Popularität. Ist das wirklich ihr Geld, das sie so attraktiv macht oder werden sie von der ganzen Welt belogen? Oder sind es vielleicht andere Dinge, die man irrtümlicherweise mit dem Reichtum verbindet? Lassen Sie uns nach der Antwort in der Literatur, Kunst, Musik und Philosophie stöbern und u. a. Werke von M. Walsler, V. Nabokov, M. Ende, Bilder der berühmten Maler oder auch auserwählte Musikstücke gemeinsam besprechen.

182-02313

Dr. Igor Wroblewski

Elena Konson

Do 24.01.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Wirtschaftsgeschichte – Evolution des Geldes III

Geld regiert die Welt

Geld regiert die Welt – aber wer regiert das Geld? Woher kommt es und was gibt ihm seinen Wert? Von alters her hat derjenige die Macht im Staate, der das Geld schöpft und in Umlauf bringt. Was früher allein römische Herrscher und Könige durften, findet heute weitgehend unter der Kontrolle privater Großbanken statt, die eng mit Zentralbanken wie der EZB verknüpft sind. Heute erschaffen Banken das Geld und lenken die Finanzströme nach ihren Bedürfnissen. Warum sind Banken so mächtig geworden? Wie sind sie überhaupt entstanden?

182-02314

Robert Thomas Merk

Do 31.01.19 10.00–12.30

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 20.00

Natur und Umwelt

Das Wohnen der Zukunft: gemeinschaftlich und selbstverwaltet

Der Kesselhof in Stuttgart Botnang

Eine Gruppe von Stuttgarter/innen hat Mitte 2017 ein Häuserensemble in Stuttgart Botnang gekauft, das gerade saniert wird und für ca. 15 Menschen Wohnraum bieten wird. Damit schafft das neue Wohnprojekt Kesselhof, was bisher in Stuttgart unmöglich schien: Dauerhaft bezahlbaren Wohnraum für Jung und Alt, selbstverwaltet und gemeinschaftlich. Besonders daran ist, dass der Kesselhof nach dem Modell des Mietshäuser Syndikats funktioniert. Das bedeutet, dass sich die Häuser nicht in Privatbesitz befinden, sondern Gemeineigentum sind. Damit wird das alte Konzept von Gemeineigentum und Allmende, sowie die ersten Projekte gemeinschaftlichen Wohnens und Arbeitens von vor über 200 Jahren neu interpretiert und weiter entwickelt. Wie dieses Modell genau funktioniert und wie das Wohnen im Kesselhof aussehen wird, stellen Ihnen die Kesselhofer/innen vor Ort vor.

182-56300

Mi 10.10.18 18.30–20.30

Der Verein freut sich über eine kleine Spende
Kesselhof, Sommerhaldenstr. 10a/b, 70195 Stuttgart

computer@home

Mobile Wege ins Internet: Smartphone, Tablet, Pad

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen (Smartphone, Tablet, Reader) und ihren Einsatzmöglichkeiten.

182-07721

Alfred Gehrlach

Mi 24.10.18 14.00–16.15

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 18.00

Smartphones in der Praxis mit Android-System Teil 1

Einführung, Bedienung, Telefonieren

Mit einem Smartphone steht das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information im Alltag und bei Reisen.

In diesem Kurs lernen Sie Ihr Smartphone kennen. Wie funktioniert es grundsätzlich, wie bedient man die berührbare Oberfläche, wie telefoniert man damit, wie hinterlegt man Kontaktdaten im Adressbuch, wie funktionieren SMS und mehr. Sie erhalten einen ersten Einblick in die Funktion einzelner Apps.

Voraussetzungen:

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft haben und es wenig nutzen, da für die Bedienung Basiskenntnisse fehlen.

182-07731

Michael Köhler

Mi 14.11.18 14.00–17.15

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 32.00

Tanz und Rhythmus

Von der Gymnastik zum Modern Jazz Dance

Aus den Elementen des Modern Jazz mobilisieren wir den ganzen Körper mit Musik. Durch Spannung und Entspannung, Stretching und Kräftigungsübungen, Balance und Isolation finden wir zur Körpermitte. Einfache Schrittkombinationen regen Atmung, Herz und Kreislauf an. Atemübungen runden das ganzheitliche Konzept ab. Wer sich gerne bewegt, einen Ausgleich zum Arbeitsalltag und eine Balance zwischen Körper und Geist schaffen will, ist hier richtig.

182-30132

Gudrun Brehler

Mi 26.09.–30.01.19 jew. 19.00–20.30, 15-mal

Kurs findet nicht am 19.12.18 statt

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart
EUR 140.00

Trommeln für Alle

Trommeln ist Spaß und Entspannung pur! Wir trommeln feurig und meditativ. Der Alltag wird dabei vergessen. Die Kursthemen sind Grundlagen, Anschlagstechnik, verschiedene Trommelrhythmen, Bodypercussion, Kleinpercussion und Notierung zum Üben zu Hause. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Unterricht ist logisch aufgebaut und gut strukturiert. Bitte nach Möglichkeit eine eigene Trommel (z. B. Djembe, Conga) mitbringen. Einige Leihinstrumente stehen zur Verfügung (Leihgebühr: 8.00 EUR, direkt im Kurs). Falls Sie eins benötigen, schicken Sie bitte bis spätestens eine Woche vor dem Kurs eine E-Mail an info-percussion-wandern@gmx.de. Die Kursleiterin ist wesentlich beeinflusst vom latin-stile mit seiner leichten Anschlagstechnik auf Congas.

Bitte mitbringen: Trommel, kleines Vesper und gute Laune

182-30938

Renate Dorothea Rauschenbach

Sa 02.02.19 10.00–13.45

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 23.00

Englisch

Englisch, Conversation (B1)

182-64680

Hazel Britton

Di 18.09.–11.12.18 jew. 09.00–10.30, 12-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 118.00 inkl. Kursunterlagen

reduzierte Teilnehmerzahl

Englisch, Brush up your English (B1)

182-64684

Hazel Britton

Di 18.09.–15.01.19 jew. 10.30–12.00, 15-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 108.00 inkl. Kursunterlagen

182-64696

Patricia Kolossa

Mi 19.09.–16.01.19 jew. 09.30–11.00, 15-mal

Bürgerhaus Botnang, Griegstr. 18, 70195 Stuttgart

EUR 140.00 reduzierte Teilnehmerzahl

Lehrbuch: New Headway Pre-Intermediate, Cornelsen Verlag

Feuerbach

Allgemeinbildung

Die Moschee in Feuerbach

Es erwartet Sie ein spannender Moscheebesuch in der größten Moschee in Baden Württemberg. Sie haben die Möglichkeit bei einer Moscheeführung alle möglichen Fragen zum Glauben Islam zu stellen, und sind herzlich eingeladen bei einem Gebet zuzuschauen.

182-39161

Ilyas Gürbüz

Di 05.02.19 17.30–18.30

EUR 5.00

Treffpunkt: Moschee Feuerbach vor dem Gebäude Mauserstr. 19, 70469 Stuttgart-Feuerbach

Istanbul –

Geschichte, Gegenwart und Vision einer Stadt

Die aktuellen turbulenten politischen Entwicklungen in der Türkei wirken irritierend und spalten die Gesellschaft hier und dort. Aber unabhängig von dieser politischen Sphäre, hat das Land eine lange Geschichte, viele Traditionen, eine lebendige Gegenwart und Visionen für die Zukunft. Sie erfahren auch etwas über die Erlebnisse und Eindrücke einer Reisegruppe, die von Stuttgart aus eine Reise nach Istanbul unternommen hat – in die Stadt die vielleicht wie keine andere für die Verbindung von zwei Kontinenten – und zwei Welten – steht.

182-39162

Mehmet Soylu

Fr 08.02.19 18.00–19.00

EUR 8.00

Bürgeretage Feuerbach

Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

Blick hinter die Kulissen

Der „Spitzbunker“ in Stuttgart-Feuerbach

Die aktuellen Spannungen zwischen Ost und West erinnern viele an den Kalten Krieg. Auch Zivilschützer sehen eine neue Bedrohungslage. Doch es braucht Zeit, Strukturen anzupassen. Während des zweiten Weltkrieges und des kalten Krieges gab es 47 Bunker für die Bürger/innen in Stuttgart, die seit 2007 bundesweit zurück- ▶

gesetzt wurden. Der Verein Schutzbauten e.V. kümmert sich um die Erhaltung einiger dieser Bunker und Stollen. Dazu gehört der „Spitzbunker“ in Feuerbach, der auch als „Museumsbunker“ umgestaltet wurde.

Der Luftschutz von 1933–1945 ist hier Thema, Teile der originalen Ausstattung sowie die Verwendung von Kriegsschrott in der Nachkriegszeit. Architektur und Winkeltürme werden erläutert. Was viele nicht wissen: Zahlreiche Originale der Ausstattung aus dem Marktplatzbunker, der später als Hotelbunker genutzt wurde, finden sich in der Ausstellung des Spitzbunkers in Feuerbach wieder. Erleben Sie mit der exklusiven Führung in dem Originalbauwerk eine Zeitreise in die Vergangenheit, die bedrückende Enge, die Leben retten konnte.

Achten Sie auf festes und sicheres Schuhwerk und warme Kleidung. Für Gehbehinderte ist die Führung nicht geeignet.

182-08350

Rolf Zielfleisch

Sa 26.01.19 14.30–16.00

EUR 19.00

Kostenfreier Rücktritt bis 17.01.2019 möglich!

Treffpunkt: Vor dem Bahnhofsgebäude in 70469 Stuttgart-Feuerbach

Wissen im Alltag

Small-Talk, die große Kunst des kleinen Gesprächs

Wir brauchen diese Kunst gegenüber Besuchern/Besucherinnen, neuen Kollegen/Kolleginnen bei Events, sozialen Begegnungen und wissen oft nicht, wie es geht. Dies trainieren wir in diesem Seminarworkshop anhand von Übungsbeispielen.

Voraussetzung ist die Bereitschaft zum Mitmachen, denn vom Zuschauen ist Small-Talk nicht zu lernen.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

182-07610

Claudia Ruppert-Sand

Sa 01.12.18 10.00–17.00

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 60.00

Altersarmut

Unsere Lebenserwartung steigt und steigt. Das ist sehr erfreulich. Seit Menschengedenken ist es das Ziel, das menschliche Leben zu verlängern. Von 20,5 Millionen Rentnerinnen und Rentnern, die in Deutschland leben, sind davon 5,7 Millionen Menschen über 55 Jahre und von Armut und sozialer Ausgrenzung bedroht. Das sind Menschen die im Schatten leben. An diesem Abend informieren wir und geben einen Einblick in die aktuelle Situation.

Wie wirkt sich die Altersarmut aus? Krankheit macht arm und Armut macht krank. Wie muss das Wohnumfeld beschaffen sein, dass die Selbständigkeit erhalten bleibt? Wie wirkt sich das bei Pflege im Alter aus? Was macht die Einsamkeit mit diesen Menschen?

182-39163

Carin E. Hinsinger

Do 07.02.19 17.30–18.30

gebührenfrei

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

Musikalische Erwachsenenbildung

Einstieg in das Klavierspiel

War es immer schon Ihr Traum, Klavier spielen zu können, Sie wussten aber nicht wie? An einem Kompaktwochenende bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in das Musizieren am Klavier einzusteigen. Der Kurs ist so konzipiert, dass Vorkenntnisse nicht erforderlich sind und dass Ihnen das Erlernen der Notenschrift, das Spielen nach Gehör und Noten bereits mit einfacher Begleitung möglich sein wird. So schaffen wir eine gute Grundlage und Motivation für Ihre selbständigen Übungen im Anschluss an den Kurs.

In Kooperation mit dem Freien Musikzentrum Feuerbach.

182-27240

Andreas G. Winter

Sa 20.10.18 14.30–18.00

So 21.10.18 10.30–13.00

Freies Musikzentrum, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 89.50

182-27241

Andreas G. Winter

Sa 08.12.18 14.30–18.00

So 09.12.18 10.30–13.00

Freies Musikzentrum, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 89.50

Französisch

Französisch, Grundstufe II (A1)

182-69270

Taky Ouattara

Mi 19.09.–23.01.19 jew. 18.30–20.00, 15-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 3/4, On y va! A1 aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag

Italienisch

Italienisch, Grundstufe I (A1)

182-71630

Carolina Zilio

Mo 24.09.–21.01.19 jew. 19.35–21.05, 15-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 1, Con piacere nuovo A1, Klett Verlag

Italienisch, Comunicare (B1)

La prima mezz'ora verrà dedicata alla libera espressione. Dopo leggeremo testi di letteratura o di attualità per discuterne insieme. Non mancheremo di ripetere e approfondire punti importanti della grammatica come i doppi pronomi o la consecutio temporum. Il lessico si farà sempre più preciso.

182-72430

Stefan Scheib

Di 18.09.–13.11.18 jew. 19.00–20.30, 8-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 102.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

● Schon gewusst...

.....
Lernen in Kleingruppen von 6 bis maximal 9 Teilnehmern garantieren

- mehr Zeit für individuelle Übungen
 - mehr Zeit für Konversation
 - mehr Zeit für Fehlerkorrektur
-

Portugiesisch

Portugiesisch, Grundstufe I (A1)

182-74610

Carolina Zilio

Mo 24.09.–21.01.19 jew. 18.00–19.30, 15-mal

Bürgeretage Feuerbach, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

EUR 123.00

ab Lektion 1, Oi Brasil! aktuell A1, Hueber Verlag

Lust auf Neues? vhs Beratung!

Wir beraten Sie gern bei Fragen zu

- Weiterbildung
- Sprachen
- Beruf
- Schullaufbahn
- Fördermöglichkeiten
- Anerkennung von Qualifikationen
- Inklusion

gebührenfrei und trägerübergreifend

vhs Kompetenzzentrum Beratung im Rathaus Weilimdorf,
jeweils am 1. Freitag im Monat:

Fr 05.10.18, 11.00–13.00

Fr 02.11.18, 11.00–13.00

Fr 07.12.18, 11.00–13.00

Fr 04.01.19, 11.00–13.00

Fr 01.02.19, 11.00–13.00



Mühlhausen

Stadtspaziergänge

Vom Max-Eyth-See zum Travertinpark – Von allem ebbes – Natur und Industriegeschichte auf engstem Raum

Herrliche Natur am Max-Eyth-See, ein ehemaliger römischer Gutshof, das alte Wasserwerk von Feuerbach, das Naturdenkmal „Lösswand“, Weinberge, die zu den steilsten und besten Lagen in Württemberg gehören, sind ebenso Stationen der Wanderung wie die Industriegeschichte auf dem Hallschlag. Die Zuckerfabrik, die Ziegeleien und der Abbau des Travertins haben die Gegend Jahrzehnte, oft sogar Jahrhunderte geprägt. Unter fachkundiger Führung des Neckarguides Wolfgang Zwinz erfahren Sie vor Ort von allem ebbes. Ziel und Höhepunkt der Wanderung ist der Travertinpark, der seit 2010 für die Öffentlichkeit zugänglich ist. Hier wird durch die ausgestellten Werkzeuge und Maschinen die Geschichte des Travertinabbaus und der Steinbearbeitung lebendig.

Wanderstrecke ca. 10 km, Höhenunterschied ca. 50 Meter. Die Wege sind begehbar und bis zum Travertinpark für Kinderwagen geeignet.

182-09050R

Wolfgang Zwinz
Neckarguides e.V.

So 23.09.18 13.30–16.00

EUR 10.60

Treffpunkt: 13.30 Uhr Stadtbahnhaltestelle U14 Max-Eyth-See.
Rückfahrt mit der U14 ab Haltestelle Kraftwerk

● Schon gewusst...

Bitte auch zu Wanderungen und Spaziergängen regulär
anmelden.

Wanderung auf dem 4-Burgen-Rundwanderweg

Wandra, schwätza, Natur erleben. Lernen Sie eine der reizvollsten Gegenden Stuttgarts kennen. Rund um den Max-Eyth-See liegen 4 Burgenruinen, die uns in längst vergangene Zeiten versetzen. Genießen Sie herrliche Ausblicke auf den Neckar und wandern Sie entlang von Weinbergen, die zu den besten und steilsten Lagen hier am Neckar gehören. Unter fachkundiger Führung des Neckarguides Wolfgang Zwinz erfahren sie Interessantes und Wissenswertes über die Entstehungsgeschichte des Max-Eyth-See, den römischen Gutshof, die Burgenanlagen, die Neckar-Schiffahrt mit Flößerei und über die Orte Mühlhausen und Hofen.

Tourenlänge ca. 10 km, Dauer ca. 3,5 Stunden

182-09060R

Wolfgang Zwinz
Neckarguides e.V.

Sa 29.09.18 13.30–17.00

EUR 10.60

Treffpunkt: 13.30 Uhr Stadtbahnhaltestelle U14 Max-Eyth-See.
Rückfahrt mit der U14 ab Haltestelle Hofen

Wandern auf der Himmelsleiter

Benannt nach dem Weg „Himmelsleiter“ haben sich seit dem 1. Januar 2013 drei Gemeinden zu der „Evangelischen Kirchengemeinde Himmelsleiter Stuttgart“ zusammengeschlossen. Auf diesem Spaziergang, der von der Auferstehungskirche in Rot über das Michaelshaus in Freiberg bis zur Kirche in Mönchfeld führt, werden die drei Kirchen auf der Himmelsleiter vorgestellt. So beeindruckt in der Auferstehungskirche die bunten Glasfenster und das überlebensgroße Kruzifix, im Michaelshaus Reliefs von Karl Ulrich Nuss und in Mönchfeld die farbenprächtigen Glasfenster. Unterwegs erfahren Sie Wissenswertes über Geschichte und Sagen der Ortsteile und bieten sich viele aufschlussreiche oder idyllische Ausblicke wie vom Freienstein auf den Max-Eyth-See und das Neckartal. In den Kirchen gibt es Erfrischungen bzw. Musikdarbietungen. Der Abschluss findet im Gemeindezentrum Mönchsfeld statt.

182-39093

Jörg-Michael Bohnet
Klaus Felix Müller
Paul Otto Rieger
Wolfgang Meyle

Sa 06.10.18 14.30–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: U7 Haltestelle Tapachstraße, 70437 Stuttgart-Rot

Wissen im Alltag

Umgang im Alltag mit an Demenz erkrankten Angehörigen

Es kann jede Familie treffen: ein Angehöriger gleitet in die Demenz und die Familie versucht nach besten Kräften, den Herausforderungen des Alltags, die sich täglich neu stellen, gerecht zu werden. Häufig fühlen sich die pflegenden Familienmitglieder allein gelassen, obwohl sie wissen, dass sie nicht die Einzigen sind, die solche Aufgaben wahrnehmen. Wie kann das Verständnis für deren Situation gestärkt und vor allem, wie können durch einen wertschätzenden Umgang mit den Erkrankten stressige Situationen besser gemeistert werden? Welche Entlastungen kann es für die Pflegenden geben? Wege dazu werden in diesem Vortrag aufgezeigt.

In Kooperation mit der Caritas Stuttgart.

Ergänzend wird es im Haus St. Monika, Neugereut, einen Gesprächskreis der Caritas geben.

182-39135

Ursula Weber

Mi 14.11.2018 18.00–19.30

EUR 5.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart

Werkstatt Mode Nähen

Nähtreff am Donnerstag für Fortgeschrittene

Sie haben schon Erfahrung gesammelt und möchten Ihre Nähkenntnisse erweitern! In einer gemütlichen Runde wollen wir zusammen nähen. Neue Techniken lernen, ein neues Kleidungsstück mit mehr Details unter Anleitung nähen oder bereits begonnene Projekte fertigstellen.

Zum ersten Termin Stoff, Stoffschere, Schnitt, Nähgarn, Stecknadeln, Schneiderkreide mitbringen. Pfaff-Nähmaschinen sind vorhanden, Sie können die eigene Nähmaschine mitbringen.

182-39131

Carmen Bischof

Do 11.10.–22.11.18 jew. 17.30–19.30, 6-mal

EUR 88.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart

Grundschnitt und Erweiterung Rock

Unter Anleitung entwerfen wir unseren persönlichen Grundschnitt für einen Rock und werden einen Basisschnitt individuell für unsere Figur herstellen, von Maßnehmen bis zur bildlichen Darstellung auf Papier. Aufbauend auf den „Grundschnitt Rock“ werden wir das Thema Schnittlehre vertiefen. Wir wollen die Bundhöhe verändern und eine Passe (= ein eingesetztes Stoffstück an Kleidungsstücken) konzipieren. Sie werden sehen, wie aus dem Grundschnitt die A-Linie oder ein weitschwingender Rock entsteht. Gerne können auch Seiteneinsteiger/innen mitmachen, die bereits ein wenig geübt sind.

Bitte mitbringen: Maßband, Bleistift, evtl. Faser- oder Buntstifte (grün, blau, rot) Radiergummi, Geodreieck, langes Lineal, Seidenpapier mit Rastereinteilung oder blanko für den Schnitt.

182-39132

Carmen Bischof

Sa 09.02.19 10.00–17.00

EUR 44.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart

Ratgeber Gesundheit

Müde, abgespannt, erschöpft – oder gesund und munter

Einige kurze, schlaflose Nächte reichen aus und wir sind müde, unkonzentriert, reizbar, einfach nicht zu gebrauchen. Wir alle kennen das. Was aber, wenn wir trotz genügend Schlaf morgens immer noch müde sind? Wenn wir einfach nicht in Schwung kommen? Oder wir uns sogar von den alltäglichen Aufgaben zunehmend überfordert fühlen? Es gibt verschiedene Ursachen, die zu ständiger Müdigkeit und ernsthafter Erschöpfung führen können. An diesem Abend stelle ich Ihnen Beispiele vor, die mir in der naturheilkundlichen Praxis immer wieder begegnen: Eisen- und Vitaminmangel, Schilddrüsenunterfunktion, Stoffwechselerkrankungen, Lebensmittelunverträglichkeiten und mehr. Sie werden körperliche und seelische Zusammenhänge näher kennenlernen, Diagnosemethoden sowie naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten.

In Kooperation mit der Stadtteilbibliothek Neugereut.

182-39134

Axel Ott

Do 31.01.19 19.00–20.30

Stadtteilbibliothek Neugereut, Flamingoweg 26, 70378 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung bei der Stadtteilbibliothek Neugereut unter Tel. 0711 21680913

Bewegung und Körpererfahrung

Der trainierte und entspannte Rücken in Mönchfeld

Mit Dehn-, und Atemübungen aus dem Qigong und weiteren Entspannungsmethoden, starten wir in Balance und mit neuer Energie in die Woche. Das Ziel dieses Kurses ist, den eigenen Rücken besser wahrzunehmen, Beweglichkeit und Stabilität zu verbessern und Lockerheit im Rücken zu erreichen. Zu Musik werden wir mit dem Rücken tanzen. Hierdurch können sich gegebenenfalls Blockierungen und Belastungen des Alltags lösen. Die Dozentin ist ausgebildete Physiotherapeutin und beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit ganzheitlichen Trainingsmethoden. Das Angebot ist für Menschen aller Altersklassen geeignet.

182-48550

Anda Lena Kalnins

Mo 17.09.–28.01.19 jew. 18.00–19.00, 17-mal

EUR 101.00

Evang. Kirchengemeinde Mönchfeld, Barbenweg 13, 70378 Stuttgart

182-48555

Anda Lena Kalnins

Mo 17.09.–28.01.19 jew. 19.30–20.30, 17-mal

EUR 101.00

Evang. Kirchengemeinde Mönchfeld, Barbenweg 13, 70378 Stuttgart

Bauch, Beine, Po & Rücken

Nach einem gelenkschonenden und kreislaufanregenden Aufwärmen wird die Bauch-, Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur durch viele Wiederholungen, große und kleine Bewegungen gekräftigt. Ergänzend erfolgt die Kräftigung der Rückenmuskulatur, abschließend sanftes Dehnen und Entspannen des gesamten Körpers. Bitte eigene Matte mitbringen!

182-49115

Sonja Schmitz

Mo 24.09.–21.01.19 jew. 19.00–20.00, 15-mal

EUR 84.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart-Neugereut

Bodyweight Training

Die vermutlich älteste Sportart der Geschichte ist neuerdings wieder im Trend- das Training mit dem eigenen Körpergewicht. Das Bodyweight Training ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet. Das Training beinhaltet neben der Kräftigung des gesamten Körpers auch die Forderung des Herz-Kreislaufsystems. Für den Kurs benötigt man nur sportlich bequeme Kleidung und den Willen seinen inneren Schweinehund zu besiegen und schon kann es losgehen.

Bitte eigene Matte mitbringen!

182-50248

Sonja Schmitz

Mo 24.09.–21.01.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

EUR 84.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart-Neugereut

Kegeln für jedermann – Workshop

Kegeln ist eine gesundheitsfördernde Präzisionssportart, bei der ein Spieler von einem Ende einer glatten Bahn aus (Kegelbahn) mit kontrolliertem Schwung eine Kugel ins Rollen bringt, um die am anderen Ende der Bahn aufgestellten neun Kegel umzulegen.

Sie werden in beiden Terminen von erfahrenen Keglern betreut. Gastronomie ist vorhanden.

182-50770

Sa 13.10.18 und Sa 20.10.18

jeweils 19.30–21.30

EUR 12.00 keine Ermäßigung möglich

TVC Sportlerklausur Freiberg & Mönchfeld, Adalbert-Stifter-Str. 11, 70437 Stuttgart

Zumba®

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

182-51462

Antonia Engelmann

Fr 12.10.–08.02.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

EUR 89.00

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart-Neugereut

Im Winter ans Segeln denken: Segeltheorie für Binnenreviere

für Anfänger ab 16 Jahren

Sie möchten zu neuen Ufern aufbrechen und Segelwissen praxisnah erwerben? Dieser Winterkurs ist die beste Vorbereitung auf die kommende – auf Ihre! – Segelsaison. In dialogorientierten Vorträgen am Kaminfeuer lernen Sie nicht nur Gleichgesinnte kennen, sondern erfahren von ehrenamtlichen und erfahrenen Seglern auf lebendige Weise eine große Bandbreite seemännischen Wissens für Binnenreviere. Danach sind Sie gut gerüstet für die Theorieprüfung zum offiziellen Sportbootführerschein Binnen. Den ergänzenden Praxis-Kurs können Sie im Sommersemester ebenso über die vhs stuttgart buchen.

Weitere Informationen erhalten Sie von Marianna Schmitt: E-Mail: sekretariat@asvs.de, Tel. 0711-35880082 (Di, Mi: 16.00–18.00 Uhr, Do: 10.00–12.00 Uhr).

Kursmaterial:

das Lehrbuch Sportbootführerschein Binnen Segel/Motor von Over-schmidt und Gliewe, 19. Auflage, ISBN 978-667-11182-1, erschienen im Delius Klasing Verlag wird empfohlen

Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

182-52331

Akademische Seglervereinigung Stgt. ASVS e.V. Stuttgart

Di 25.09.–06.11.18 jew. 19.00–22.15, 6-mal

kein Kurs am 30.10.18

EUR 200.00 ohne Ausbildungsmaterial und Prüfungsgebühr

Anmeldung bis Dienstag, 18. September 2018. Danach kein Rücktritt mehr möglich.

Clubhaus der ASVS am Max-Eyth-See, Mühlhäuser Str. 303, 70378 Stuttgart. U14 Haltestelle Max-Eyth-See.

(erreichbar mit der U12 und U14, Haltestelle Max-Eyth-See)

● **Schon gewusst...**

Die Akademische Seglervereinigung Stuttgart e.V. bietet unabhängig von der vhs im Vorfeld des obenstehenden Kurses einen Infoabend an. Dieser findet am Dienstag, den 18.09.2018 um 19 Uhr im Clubhaus statt.

Yoga

Yoga am Abend

Im Kurs üben wir Hatha-Yoga. Als körperorientierter Übungsweg umfasst er dynamische und statische Körperübungen, Atemübungen, Vorstellungs- und Konzentrationsübungen sowie Entspannungstechniken. Regelmäßige Yogapraxis hilft die Balance zwischen Aktivität und Ruhe zu finden und wirkt somit den negativen Folgen von Stress entgegen. Außerdem schenkt sie Beweglichkeit und Kraft, wirkt positiv auf Organe und Drüsen, verbessert die Körperwahrnehmung und vieles mehr. Der Kurs ist für Einsteiger/innen und Geübte gleichermaßen geeignet, da es jede Haltung (Asana) in einfachen und anspruchsvollen Varianten gibt. So kann jede/r in der Verbindung von Bewegung, Atem und Konzentration „Yoga“ (Einheit, Harmonie) erfahren.

182-47070

Marion Delsor

Do 27.09.–13.12.18 jew. 19.30–21.00, 10-mal

Bürgerhaus Neugereut Flamingoweg 24 70378 Stuttgart

EUR 74.00

Englisch

Englisch, Brush up and conversation (B2)

This course offers you the opportunity to develop and improve your spoken English. We will discuss interesting and current topics from a variety of fields.

182-64756

Doris Eppinger

Mi 19.09.–16.01.19 jew. 18.00–19.30, 15-mal

Bertha-von-Suttner Gemeinschaftsschule Freiberg, Adalbert-Stifter-Str. 40, 70437 Stuttgart

EUR 105.00

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Türkisch

Türkisch, Grundstufe III (A1)

182-78930

Semih Cekici

Di 18.09.–11.12.18 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Bürgerhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Lektion 5, Ne güzel! A1, Hueber Verlag

Münster

Stadtspaziergänge

Das Heizkraftwerk Stuttgart Münster – Energie aus Restmüll und Kohle

Information und Rundgang

Im Kraftwerk erhalten Sie eine kurze Einführung über Aktuelles rund um die Energie und einen theoretischen Einblick in die Erzeugung von Strom und Fernwärme.

Bei einem von Experten geführten Rundgang (mit Helm und Kopfhörer) lernen Sie das Kesselhaus mit Turbine und Generator und die Rauchgasreinigung kennen. Die Leitstelle, das „Gehirn“ des Kraftwerks, von dem aus alle Prozesse überwacht werden, und der Trafhof, von dem aus die elektrische Energie weitertransportiert wird, bilden den Abschluss des Rundgangs.

Nur für trittsichere Personen ab 14 Jahren geeignet!

Teilnahmebedingungen: Flaches, festes Schuhwerk; keine Kreislaufprobleme und keine Höhenangst; keine aktiven Implantate (zum Beispiel Herzschrittmacher, Insulinpumpen). Einen Schutzhelm erhalten Sie vor Ort.

182-08336

Ralf Pietzsch, EnBW

Fr 15.02.19 14.00–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: An der Pforte der EnBW – Energie Baden-Württemberg AG, Voltastr. 45, 70376 Stuttgart.

Parkplätze sind in begrenzter Zahl vorhanden.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: vom Hauptbahnhof Stuttgart mit der Stadtbahn U14 bis Haltestelle Mühlsteg.

Wissen im Alltag

Pflichtteilsrecht

Dieser Vortrag zeigt anhand von Beispielen die Tücken des deutschen Pflichtteilsrechts und soll helfen, bei den Zuhörern ein Problembewusstsein zu entwickeln damit bei der Übertragung von Vermögen keine Ergebnisse geschaffen werden, die sich durch ein Testament nur schwer wieder korrigieren lassen. Der Dozent ist Rechtsanwalt und beantwortet gerne im Anschluss Ihre Fragen.

182-39133

Felix Domermühl

Di 09.10.18 18.30–20.00

EUR 14.00

Gemeindehaus St. Ottilia, Kinzigstraße 6, 70376 Stuttgart

Englisch

Englisch, Grundstufe VI (A2)

182-64565

Ulrike Riebold

Di 18.09.–11.12.18 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Elise von König Gemeinschaftsschule Münster, Nagoldstr. 7, 70376 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Unit 5

Stammheim

Wissen im Alltag

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung – ein Einstieg

In diesem Vortrag geht es um die typischen Vorsorgeregungen in den Grundzügen. Den Zuhörern wird auch noch einmal das Zusammenspiel der Verfügungen erklärt. Der Dozent ist Rechtsanwalt und beantwortet gerne Ihre Fragen im Anschluss.

182-39000

Felix Domermühl

Di 27.11.18 18.30–20.00

EUR 14.00

Arche Evang. Gemeindehaus Stammheim, Hornemannweg 10, 70439 Stuttgart

Künstlerisches Gestalten

Figürliches Töpfern am Beispiel des Engels

Wir wollen uns mit dem Thema Engel auseinander setzen. Jede/r Teilnehmer/in töpft seinen/ihren ganz persönlichen Engel. Ob abstrakt reduziert oder naturalistisch, jede Skulptur wird einmalig sein, denn sie spiegelt ihre/n Schöpfer/in. Sie lernen verschiedene Töpfertechniken wie Plattentechnik, Wulsttechnik, plastisches Gestalten und Oberflächengestaltung kennen. Mit Hilfsmitteln und Werkzeugen wie Modellierholz oder Schlagholz werden wir den Ton bearbeiten und unsere Skulptur aufbauen. Sie werden dabei von der Kursleiterin unterstützt. Das fertige Objekt wird gebrannt und kann auch glasiert werden.

Bitte eine Schürze oder andere Arbeitskleidung mitbringen, die schmutzig werden kann, sowie ein kleines Handtuch für die Hände.

182-35350

Elvira Günther

Sa 10.11.18 10.00–17.00

Sa 24.11.18 10.00–12.00

Grund- und Werkrealschule Stammheim, Fliegenweg 4, 70439 Stuttgart

Die Glasur findet am 24.11.18 statt

EUR 54.00. Materialkosten werden nach persönlichem Verbrauch im Kurs berechnet und erhoben.

Bewegung und Körpererfahrung

Krav Maga Defcon – israelische Selbstverteidigung

Krav Maga ist das offizielle Programm der israelischen Polizeieinheiten. Es basiert auf natürlichen Reflexen, ist nicht trainingsaufwändig, überaus effektiv und innerhalb kürzester Zeit erlernbar. Es wurde entwickelt, um auch wenig trainierte Menschen rasch auf ein höchstes Maß in der Selbstverteidigung zu bringen – schließlich kann jede/r Opfer eines Angriffs werden. Kursinhalte sind Kommunikation und Körpersprache, taktisches Verhalten in Konfliktsituationen, Deeskalation, Rollentraining, Erkennen und Vermeiden potenziell gefährlicher Situationen, Verteidigung gegen alle erdenklichen Angriffe, Schlag- und Trittraining, Verteidigung am Boden, Techniken in Notwehr oder Nothilfesituationen.

Das Training wird von einem Trainerteam durchgeführt.

Bitte mitbringen: Sportschuhe und Sportkleidung, Getränke, Gymnastikmatte (wenn vorhanden), Handschuhe (z.B. Torwart-, Fleece-, oder Wollhandschuhe). Schmuck ist während des Trainings aufgrund der Verletzungsgefahr abzulegen.

182-52010

Dozententeam Krav Maga für Stuttgart

Sa 22.09.18 und Sa 29.09.18 jeweils 12.30–19.15

EUR 120.00 keine Ermäßigung möglich

Treffpunkt: Im städtischen Gemeindehaus (altes Feuerwehrhaus)
Korntaler Str. 1, 70439 Stuttgart, Saal 1. OG.



Schon mal über einen Perspektivwechsel nachgedacht? Faszination Drohnenfliegen

Wir bieten in Bad Cannstatt einen Vortrag zu den Grundlagen der neuen gesetzlichen Regelungen an sowie einen Grundlehrgang und der Option eine Prüfung zu absolvieren.

Vortrag „Faszination Drohnenfliegen“, 182-39192

Nico Ninov

Mi 10.10.18 18.30–20.10

Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13,
70372 Stuttgart

EUR 10.00

Weitere Informationen hierzu und zu dem Grundlehrgang „Drohnen und Multikopter“ finden Sie auf unserer Website www.vhs-stuttgart.de mit den Kursnummern: 182-39193, 182-39194, 182-39195, 182-39196.

Weilimdorf

Allgemeinbildung

„Alles was ich bin und weiß, habe ich mir selbst erworben“ – die Schriftstellerin

Hedwig-Courths-Mahler 1867–1950

In der Reihe „Erfolgreiche Frauen“

Sie ist Deutschlands erfolgreichste Unterhaltungsschriftstellerin, die bis heute meistübersetzte Autorin deutscher Sprache, doch schon zur ihrer Lebzeit werden die Erzählungen und sie selbst bespöttelt und als trivial verachtet. Ihr eigenes Leben ist wie aus einem ihrer Romane: Aus ärmlichsten, (unehelichen) Verhältnissen heraus erarbeitet sie sich Ansehen, Erfolg und Vermögen. Mit immensem Fleiß schreibt sie insgesamt 208 Romane, alle mit Happy End: „Märchen für große Kinder, die die Menschen von ihrem mühseligen und schwierigen Alltag ablenken sollen“.

Wer ist diese Frau hinter den hochdramatisch-emotionalen Lebens- und Liebesgeschichten, die in ihrer Thematik bis heute unvergänglich sind, trotz des Zeitkolorits einer vergangenen Epoche.

182-39031

Jutta Menzel-Püschel

Mi 17.10.18 19.15–20.45

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 8.00

Anmeldung erforderlich bei der vhs stuttgart

„Immer wieder rätselhaft mutig“ Marie-Luise Kaschnitz 1901–1974

In der Reihe „Erfolgreiche Frauen“

Die Dichterin M.L. Kaschnitz zählt zu den bedeutendsten Schriftstellerinnen des 20. Jahrhunderts, schon zu Lebzeiten anerkannt, berühmt und hoch dekoriert. Ihre vielschichtigen Werke (Romane, Erzählungen, Gedichte, Hörspiele und Tagebuchaufzeichnungen) spiegeln die dramatischen Geschehnisse des 20. Jahrhunderts ebenso wie (unseren Alltags-Umgang damit und) die beglückende Erfahrung einer tiefen Lebens-Liebe. 45 Jahre nach ihrem Tod sollten (können) wir eine eigenwillige Schriftstellerin neu entdecken in ihrer Suche nach dem eigenen Standpunkt, in ihrem Aufruf zur Menschlichkeit und mit dem Bemühen, offen zu bleiben trotz aller Ratlosigkeit.

182-39032

Jutta Menzel-Püschel

Mi 12.12.18 19.15–20.45

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 8.00

Anmeldung erforderlich bei der vhs stuttgart

„Ich bin in Sehnsucht eingehüllt“

Selma Meerbaum-Eisinger 1924–1942

In der Reihe „Erfolgreiche Frauen“

Woran misst sich dichterischer Erfolg? Am Bekanntheitsgrad oder an Verkaufszahlen? 57 Gedichte, um 1940 entstanden, auf abenteuerlichem Weg gerettet, vor 40 Jahren entdeckt und dann als literarische Sensation gefeiert, führen auf die Lebensspur eines jungen Mädchens, das wie ihr Cousin Paul Celan in Czernowitz/Bukovina aufwächst. Ihre mit 16/17 Jahren geschriebenen Liebesgedichte für einen Freund sind berührende Zeugnisse einer außergewöhnlichen dichterischen Begabung, die in einem Arbeitslager ein frühes Ende findet. Die Poeme gelten heute als ein Stück Weltliteratur, das man „weinend vor Aufregung liest“ (Hilde Domin). Trotz aller Schicksalstragik sind sie ein leidenschaftliches Bekenntnis zum Leben, zur Liebe, zu Schönheit und Poesie.

182-39033

Jutta Menzel-Püschel

Mi 30.01.19 19.15–20.45

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 8.00

Anmeldung erforderlich bei der vhs stuttgart

Wovon erzählt der gotische Dom?

Wenn man vor einer gotischen Kathedrale steht, bewundert man vielleicht ihre Türme, die Vielfältigkeit der Figuren und Ornamente, Wasserspeier oder Fensterbilder. Aber denkt man daran, dass jedes dieser Elemente eine Botschaft trägt, die wir heute kaum erkennen können? Im Mittelalter betrachtete man den gotischen Dom unter anderem auch als „Bibel für die Analphabeten“ oder auch als „Enzyklopädie des Lebens“. Im Vortrag versuchen wir, vergessene Sprache der gotischen Kathedralen wieder zu beleben und neue Impulse zur Betrachtung der gotischen Kathedralen zu geben.

182-39048

Elena Konson

Mi 07.11.18 18.30–20.30

EUR 10.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Niederländische Malerei des 17. Jahrhunderts – Stilleben

Es gibt kaum ein Museum, in dem es keine Stilleben gibt. Auf den einen sieht man Blumen, auf den anderen eine üppige Festtafel oder eine Menge toter Fische, auf den dritten – Bücher, Musikinstrumente, Kerzen oder auch einen Totenkopf. Was fangen wir damit an? Können wir heute Stilleben genauso betrachten, wie man sie früher betrachtet hat? Können wir verstehen, was uns mitgeteilt werden sollte? Und sollte man Stilleben überhaupt verstehen oder nur bestaunen?

182-39049

Elena Konson

Mi 14.11.18 18.30–20.30

EUR 10.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Klassische Musik in den Animationsfilmen

Von den Anfängen bis heute

Filme sind ohne Filmmusik nicht denkbar: sie baut Spannung auf, transportiert Gefühle und Stimmungen und füllt manchmal auch Handlungspausen. Doch besonders die Animationstechnik macht es möglich, Musik aus dieser dienenden Rolle zu befreien. Im Rahmen dieser Veranstaltung soll an Ausschnitten von Animationsfilmen aus verschiedenen Zeiten und verschiedenen Ländern gezeigt werden, wie filmische Mittel dazu eingesetzt wurden, dem Zuschauer auch einen neuen Zugang zu bekannten musikalischen Werken von Bach, Corelli, Mozart, Verdi, Donizetti, Puccini, Liszt, Tschaikowsky, Satie oder Rachmaninow bis hin zu Saint-Saens und Schnittke zu ermöglichen, ihn Nuancen erkennen zu lassen, die beim bloßen Zuhören verborgen bleiben.

182-39050

Elena Konson

Mi 21.11.18 18.30–20.30

EUR 10.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Glück hat viele Gesichter

Hirnforschung

Glücksmomente sind Überraschungsgeschenke: Einmalige, nicht vorhersehbare Ereignisse von unfassbarer Intensität, die sich nicht aus eigener Kraft herbeiführen lassen. Im Gegenteil, oft sind es die eigentlich unnötigen Dinge und beiläufigen Gegebenheiten, bei denen wir diesen leicht zerbrechlichen Zauber des Glücks spüren. Psychoanalytisch wird Glück manchmal als Erinnerung an das kindliche „Eins-Sein“ mit der Welt gedeutet. In diesem Zusammenhang steht auch Mihaly Csikszentmihalyis bekannte Theorie des „Flow“: In diesem Zustand ist der Einzelne seinen Fähigkeiten gemäß weder unter- noch überfordert, und ist daher mit seiner Tätigkeit in höchstmöglicher Harmonie.

182-39037

Marie-Luise Hepp

Di 06.11.18 17.30–19.00

EUR 10.00

Mannsdorfer Schlafen – Leben – Wohnen, Solitudestr. 223 in Stuttgart-Weilimdorf

Stadtspaziergänge

Schloss Solitude – Dem Herzog aufs Dach gestiegen!

Führung mit Aufstieg zur Kuppel

Beim Blick hinter die Kulissen der prunkvollen Repräsentationsräume erkunden Sie über enge Gänge und Stiegen verborgene Zimmer und Dachkammern und lernen das ausgeklügelte Heizsystem des Schlosses kennen. Wie kam das Essen auf die Tafel und wie wurden die offenen Kamine befeuert, ohne dass die feine Gesellschaft beim Feiern gestört wurde? Der beschwerliche Aufstieg zur Kuppel überrascht mit einer ungewöhnlichen Perspektive in den Weißen Saal. Als Höhepunkt wartet bei gutem Wetter ein atemberaubender Ausblick von der Kuppel des Schlosses weit über die Region Stuttgart. So wird dieser Rundgang zu einem ganz besonderen Erlebnis, das lange in Erinnerung bleibt. Besteigen der steilen Treppen und der Kuppel auf eigene Gefahr! Die Führung erfordert viel Trittsicherheit, bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

182-08800

Hermann Mike Mack

Fr 12.10.18 18.00–20.30

EUR 13.00 Gebühr inkl. Eintritt

Treffpunkt: Schlosskasse, Schloss Solitude 1, 70197 Stuttgart

Umwelt und Alltag

Dicke Luft in Stuttgart!

Schadstoffbelastung, Gesundheit und Probleme der Luftreinhaltung

Die hohe Schadstoffbelastung in Großstädten macht Maßnahmen, vor allem zur Luftreinhaltung, dringend. Im Fokus stehen bei uns Feinstaub und Stickoxide, aber auch andere Schadstoffe können von Bedeutung sein. Im Vortrag dargestellt wird die örtliche Situation, insbesondere für den Stuttgarter Norden. Was ist überhaupt Feinstaub? Welche weiteren Stoffe außer Stickoxiden sind von Bedeutung? Die Auswirkungen der Belastungen auf die Gesundheit und Möglichkeiten zur Verbesserung der Situation werden, auch unter Berücksichtigung der Klimaveränderung, behandelt.

182-39051

Prof. Ulrich Kull

Do 08.11.18 19.30–21.00

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung bei der Stadtteilbibliothek Weilimdorf unter Tel. 0711 216-57325

Madeira

Grüne Perle im Atlantischen Ozean

Ein Leben auf dem Vulkan, Hochgebirge vulkanischen Ursprungs, schroffe Gesteinsformationen und Lavagrotten bestimmen das Erscheinungsbild Madeiras. Faszinierende Laurazeenwälder, exotische Blumen, blühende Bäume und fantasievolle Parklandschaften zieren die Insel im Atlantik. Unglaublich verlaufende Levadas versorgen seit alters her die Felder in den terrassierten Steilhängen mit Wasser. Das ozeanische Klima Madeiras lässt die Insel ganzjährig zum Urlaubsparadies werden.

In Kooperation mit der Stadtteilbibliothek Weilimdorf.

182-39047

Christiane Kummler

Mi 13.02.19 19.30–21.00

Stadtteilbibliothek Weilimdorf, Löwen-Markt 1, 70499 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung bei der Stadtteilbibliothek Weilimdorf unter Tel. 0711 216-57325

Mobile Wege ins Internet: Smartphone, Tablet, Pad

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken.

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen (Smartphone, Tablet, Reader) und ihren Einsatzmöglichkeiten.

182-07722

Cora Burger

Mo 12.11.18 18.00–20.15

EUR 18.00

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61
70499 Stuttgart-Giebel

Smartphones in der Praxis – Teil 1

iPhone/iPad von Apple

Mit einem Smartphone steht das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information im Alltag und bei Reisen.

In diesem Kurs lernen Sie Ihr Smartphone kennen. Wie funktioniert es grundsätzlich, wie bedient man die berührbare Oberfläche, wie telefoniert man damit, wie hinterlegt man Kontaktdaten im ▶

Adressbuch, wie funktionieren SMS und mehr. Sie erhalten einen ersten Einblick in die Funktion einzelner Apps.

Voraussetzungen:

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ein Smartphone – iPhone/ iPad von Apple – geschenkt bekommen oder gekauft haben und es wenig nutzen, da für die Bedienung Basiskenntnisse fehlen.

182-07754

Alfred Gehrlach

Mo 26.11.18 18.00–21.15

EUR 32.00

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstr. 61
70499 Stuttgart-Giebel



Lust auf Neues? vhs Beratung!

Wir beraten Sie gern bei Fragen zu

- Weiterbildung
- Sprachen
- Beruf
- Schullaufbahn
- Fördermöglichkeiten
- Anerkennung von Qualifikationen
- Inklusion

gebührenfrei und trägerübergreifend
vhs Kompetenzzentrum Beratung im Rathaus Weilimdorf,
jeweils am 1. Freitag im Monat:

Fr 05.10.18, 11.00–13.00

Fr 02.11.18, 11.00–13.00

Fr 07.12.18, 11.00–13.00

Fr 04.01.19, 11.00–13.00

Fr 01.02.19, 11.00–13.00

Kochen und Backen

.....
Springerle

Ein schwäbischer Klassiker

Springerle – ein traditionelles Festtagsgebäck nicht nur zur Weihnachtszeit. Sie erfahren, zu welchen Anlässen Springerle früher gebacken und verschenkt wurden und erfahren praktisch, worauf es bei den Springerle ankommt. Anschließend stellen wir Springerle her, die dann am nächsten Tag zuhause gebacken werden können. Bitte mitbringen: ein Backblech oder ein Backbrett, ein Küchenhandtuch, Teigroller, Messer und wenn vorhanden Springerlemodeln.

182-39038

Angelika Hafner

Fr 23.11.18 17.00–19.30

EUR 12.50

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslauterstr. 14,
70499 Stuttgart-Weilimdorf

.....
**Weihnachtsbäckerei und -geschenke
aus dem Thermomix®**

Zur Vorfreude auf Weihnachten gehört das Plätzchenbacken. Ob bekannte Plätzchenrezepte, Pralinen, Schokoladenbrot, Lebkuchen oder einen weihnachtlichen Likör – im Thermomix® lassen sich tolle Weihnachtsgeschenke herstellen. Gemeinsam gestalten wir für jedes Rezept eine hübsche Verpackung, so dass die fertigen Geschenke direkt mit nach Hause genommen werden können. Freuen Sie sich auf einen interessanten und informativen Backkurs. Nach einer kurzen Einweisung geht es in kleinen Gruppen ans Zubereiten. Wertvolle Tipps und Tricks sowie alle Rezepte des Kurses werden natürlich geteilt. Der Kurs richtet sich an Thermomix®-interessierte Frauen und Männer, gern auch ohne Vorkenntnisse.

182-53471

Lena Bürkle

Mi 28.11.18 16.00–19.00

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslauterstr.
14, 70499 Stuttgart

EUR 44.00 inkl. EUR 16.00 für Lebensmittel

Die vietnamesische Küche

Vietnam hat viel Interessantes zu bieten, dazu gehört auch die südvietnamesische Küche. Sie lernen die traditionelle Zubereitung von Gerichten wie Pho oder Frühlingsrollen sowie die typischen Gemüsesorten, Gewürze und Kräuter kennen. Lassen Sie sich von der Besonderheit der vietnamesischen Esskultur verzaubern! Wir kochen nicht vegetarisch!

182-55035

Thi Bich Lan Dinh-Nguyen

Sa 23.02.19 17.30–21.30

Rappachschule Weilimdorf, Sandbuckel 45, 70499 Stuttgart

EUR 44.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel

Tanz und Theater

Salsa Bodyshaping für Frauen

Im stressigen Strudel des Alltags vergessen wir manchmal, was unsere weibliche Seele wirklich braucht. Tanzen ist ein Tool, um uns lebendiger zu fühlen und unsere innere Gelöstheit wieder zu spüren. Der Fokus liegt auf der Weiblichkeit und der Anmut in den Salsa-Bewegungen. Wir trainieren den ganzen Körper von Kopf bis Fuß. Aus den Grundelementen des Salsa wird eine Choreografie aufgebaut.

Bitte Hallen-/Gymnastikschuhe, High-Heels (für die, die auch auf hohen Schuhen tanzen möchten) mitbringen.

182-30427

Orsolya Widmann-Bönisch

Do 27.09.–08.11.18 jew. 19.30–20.30, 6-mal

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr.

14, 70499 Stuttgart

EUR 37.00

Swing Tanzen

Sie mögen Swing-Musik und wollten schon immer mal zur Musik der legendäre Big Bands tanzen? Sie lernen entspannt die Grundlagen des Swingtanzes, aufbauend auf einer guten Verbindung zum Tanzpartner/ zur Tanzpartnerin.

Denn neben der ansteckend fröhlichen Musik, steht bei diesem ausgelassenen Tanz das Miteinander mit dem Tanzpartner/in im Vordergrund. So gehört beim Swing der Partnerwechsel ebenso dazu wie Raum für eigene Improvisation und Interaktion mit dem Partner/der Partnerin.

In Kooperation mit dem Tanzkreis Weilimdorf e.V.

182-30562

Roswitha Riehn

Do, 27.09–22.11.18 jew. 18.30–19.30, 8-mal

Saal der Stephanuskirche, Giebelstr. 28, 70499 Stuttgart

EUR 44.00 pro Person

Die Anmeldung ist nur paarweise möglich. Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorgenommen werden.

Bühne frei! – Theaterworkshop (10–14 Jahre)

Hast du Spaß am Theaterspielen und schlüpfst gerne in fremde Rollen? Hast du Lust mit Anderen auf der Bühne zu stehen, Ideen zu entwickeln und Geschichten zu erzählen? Oder macht es dir einfach Freude dich zu bewegen und kreativ auszutoben?

Dann ist dieser Workshop genau das Richtige für dich. Wir werden ein Wochenende lang auf spielerische Weise die Grundlagen des Theaterspielens kennenlernen, improvisieren und gemeinsam kleine Szenen entwickeln.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, alles was du mitbringen solltest ist Spaß am Ausprobieren!

Bitte Getränke, Vesper und bequeme Kleidung mitbringen

182-39046

Katrin Döringer

Fr 18.01.19 16.00–19.00

Sa 19.01.19 10.00–16.00

So 20.01.19 10.00–16.00

EUR 78.00

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel

Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

Werkstatt Mode Nähen

Kindernähkurs in den Ferien für Anfänger/innen

für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Du hast Lust zu nähen, weißt aber noch nicht genau wie das eigentlich funktionieren soll, oder hast du dich schon ein wenig ausprobiert und möchtest einfach mehr dazu lernen und vielleicht auch etwas genauer arbeiten? Dann bist du hier genau richtig! Wir zeigen dir wie man richtig näht. Du kannst deine eigenen Ideen umsetzen oder dir Inspiration im Kurs holen – wie wäre es zum Beispiel mit einer Wimpelkette, einem Sportsack oder einer kleinen Tasche mit Reißverschluss?

Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Es gibt auch eine Nähmaschine für dich, außerdem ein warmes Mittagessen.

182-39039

Dozentin des KJH Giebel

Mi–Fr 02.01.–04.01.19 jew. 10.00–16.00

EUR 85.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

Nähkurs für Fortgeschrittene am Wochenende

für Kinder und Jugendliche von 8–18 Jahren

Ihr könnt schon nähen, habt auch schon einen Nähkurs besucht und wollt jetzt einfach mal etwas Neues machen?! Wie nähe ich einen Reißverschluss richtig ein? Kann ich in ein paar Stunden schon ein Kuscheltier aus ganz vielen Teilen nähen? Wir bereiten verschiedene Vorlagen für dich zur Auswahl vor. Damit kannst du gemeinsam mit anderen NäherInnen Neues ausprobieren. Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Nähmaschinen sind vorhanden.

182-39040

Dozentin des KJH Giebel

Sa 03.11.18 10.00–15.00

So 04.11.18 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

182-39041

Dozentin des KJH Giebel

Sa 26.01.19 10.00–15.00

So 27.01.19 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

Nähkurs für Erwachsene am Wochenende

Sie wollen nähen lernen? Oder Ihre Fertigkeiten verbessern? Dann sind Sie bei uns genau richtig. In diesem Wochenendkurs, können Sie verschiedene Accessoires wie zum Beispiel Schminktäschchen, Handtaschen, einen Loop-Schal etc. nähen. Der Kurs richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren.

182-39042

Dozentin des KJH Giebel

Sa 17.11.18 10.00–15.00

So 18.11.18 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

Nähkurs für Anfänger/innen am Wochenende

Für Kinder und Jugendliche von 8 bis 16 Jahren

Du hast Lust zu nähen, weißt aber noch nicht wie das funktioniert, oder hast du schon ein wenig ausprobiert und möchtest mehr dazu lernen und auch etwas genauer arbeiten? Dann bist du hier genau richtig! Wir zeigen dir wie man richtig näht. Du kannst deine eigenen Ideen umsetzen oder dir Inspiration im Kurs holen – wie wäre es zum Beispiel mit einer Wimpelkette, einem Sportsack oder einer kleinen Tasche mit Reißverschluss? Stoffe und andere Materialien werden vom Kinder- und Jugendhaus bereitgestellt. Es gibt eine Nähmaschine für dich und ein warmes Mittagessen.

182-39043

Dozentin des KJH Giebel

Sa 06.10.18 10.00–15.00

So 07.10.18 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

182-39044

Dozentin des KJH Giebel

Sa 08.12.18 10.00–15.00

So 09.12.18 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

182-39045

Dozentin des KJH Giebel

Sa 16.02.19 10.00–15.00

So 17.02.19 10.00–15.00

EUR 52.00 Kleingruppe 6 Personen

Stadtteil- und Familienzentrums Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart

Künstlerisches Gestalten

Die Nanas – schrill, bunt und kräftig

Inspiziert durch die bunten Nanas von Niki de Saint Phalle, wollen wir eine eigene Nana entwerfen und modellieren. Voluminöse Körper mit überdimensionalen Geschlechtsmerkmalen werden Stück für Stück aufgebaut. Sie werden dabei von der Kursleiterin unterstützt. Das fertige Objekt wird gebrannt und kann anschließend bunt bemalt werden. Materialkosten werden im Kurs erhoben. Bitte eine Schürze oder andere Arbeitskleidung mitbringen, die ruhig dreckig werden kann, sowie ein kleines Handtuch.

182-39035

Elvira Günther

Sa 19.01.19 10.00–17.00

Fr 08.02.19 17.00–20.00

Rappachschule Weilimdorf, Sandbuckel 45, 70499 Stuttgart

EUR 50.00

Manga Zeichnen

Eine Figur entwerfen und in Szene setzen, ob für eine Geschichte oder eine fantasievolle Illustration? Wie entwerfe ich eine Manga-Figur und setze Sie richtig in Szene? Wie zeichne ich Details, z.B. Reflexion in den Augen? Wie entwerfe ich den Hintergrund? Wie setze ich Licht, Schatten und schaffe die nötige Räumlichkeit?

Bitte mitbringen: Spaß am Zeichnen, Bleistifte, Radiergummi, Spitzer, feiner schwarzer Filzstift und Papier. Gerne auch verschiedene Buntstifte oder bunte Filsstifte.

182-39036

Sabine Huber

Sa 02.02.19 10.00–18.00

EUR 27.00

Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Ratgeber Gesundheit

Krampfadern sanft und natürlich entfernen

Krampfadern sind nicht nur ein ästhetisches Problem. Oft verursachen sie dauerhafte Beschwerden der Beine und belasten den gesamten Organismus. Deshalb sollten sie möglichst schonend und nachhaltig entfernt werden. Mit der Krampfader-Entfernung nach Dr. Sundaro Köster gibt es eine sanfte und seit Langem bewährte Behandlung mit vielen Vorteilen. So ist beispielsweise keine Operation mit den einhergehenden Risiken notwendig, wodurch keine Narben entstehen und Nerven und Lymphbahnen nicht verletzt werden. Auch auf Wickel oder Stützstrümpfe kann verzichtet werden und man ist nach 1 bis 2 Tagen bereits wieder arbeitsfähig. Sie wollen mehr wissen? In diesem Vortrag erfahren Sie alles über die Wirkungsweise, den Ablauf und die Kosten dieser natürlichen Methode der Krampfaderentfernung.

182-39034

Axel Ott

Mi 28.11.18 18.30–19.30

EUR 8.00

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslauterstr. 14, 70499 Stuttgart

Jung im Kopf

Über das Gehirn gibt es viele Mythen, die die moderne Neuro-Wissenschaft nach und nach entlarvt. Einer davon betrifft den Alterungsprozess. Gehen die Denk- und Gedächtnisfähigkeiten im Alter tatsächlich alle zurück? Wie kommt es dann, dass Vertreter/innen der 50- und 60plus Generation Unternehmen und Staaten leiten? Die Vorgänge, wie unser Gehirn funktioniert, werden immer besser erklärbar. Zum Beispiel wird seine Leistung durch positive Stimmung, unmittelbare Erfahrung und aktive Beteiligung gefördert. Vergessen Sie das deutsche Sprichwort „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.“ Wir ersetzen es durch: „Man wird alt wie eine Kuh und lernt immer noch dazu.“

Sie lernen eine Vielzahl Methoden kennen, die unsere Gedächtnisleistung erhalten. Wussten Sie, dass Tanzen eine davon sein kann?

182-40314

Ines Witka

Do 07.02.19 17.30–19.00

Mannsdörfer Schlafen – Leben – Wohnen, Solitudestr. 223, Stuttgart-Weilimdorf

EUR 10.00

Bewegung und Körpererfahrung

Das Gefühlserlebnis mit den Füßen – Fußtraining

In ihnen befinden sich mehr Sinneszellen als in unserem Gesicht. Sie sorgen für Stütze, Gleichgewicht und Beweglichkeit. Wir verlangen von unseren Füßen ein Leben lang Höchstleistungen, ohne es ihnen wirklich zu danken. Achtlos zwingen wir sie in oft viel zu enge Schuhe und schenken ihnen auch sonst keine Aufmerksamkeit. Dies wollen wir ändern! Alle Füße, gesunde, kranke, verkümmerte oder krumme, sie werden es Ihnen danken, auch mal nach ihren Bedürfnissen zu schauen.

182-49036

Brigitte Müller

Fr 11.01.–08.02.19 jew. 17.30–18.30, 5-mal

EUR 37.00

Greuttersaal der ev. Oswald-Wolfbusch-Kirchengemeinde, Greutterstr. 61, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Fitnessgymnastik

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig dazu, dass Muskulatur ab-, der Fettansatz aufgebaut wird und das Kreislaufsystem allmählich seine Leistungsfähigkeit verliert. Alle Formen von Fitnesstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult werden Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer. Je nach Stundenaufbau bilden Entspannungsübungen den Abschluss.

182-50075

Orsolya Widmann-Bönisch

Do 15.11.–17.01.19 jew. 19.30–20.30, 8-mal

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr.

14, 70499 Stuttgart

EUR 55.00

Zumba®

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

182-51310

Cristiane Angela da Silva-Bastian

Mo 17.09.–14.01.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

EUR 60.00

Greuttersaal der ev. Oswald-Wolfbusch-Kirchengemeinde, Greutterstr. 61, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

182-51330

Cristiane Angela da Silva-Bastian

Di 25.09.–22.01.19 jew. 18.30–19.30, 15-mal

EUR 89.00

Gemeindesaal, Ludmannstr. 10, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Jungen und Mädchen (9–11 Jahre)

Kämpfen wie Jacky Chan?

In diesem Präventionskurs wollen wir nicht nur Verteidigungstricks und -Techniken aus verschiedenen Stilen lernen, sondern uns auch über brenzlige Situationen, wie Mobbing, Erpressung, Missbrauch, Belästigung u.ä. unterhalten, und wie ihr euch dabei verhalten könnt. Dazu schauen wir verschiedene spannende Präventionsfilme an. Auch üben wir auf Matten richtiges Fallen und Gegenwehr am Boden. Am Ende des Kurses wollen wir ein Brett durchhauen. Hinweis für Eltern: der Kurs ist kein Kampfsportkurs und nicht gedacht zum Auspowern von hyperaktiven Kindern, die Probleme mit Konzentration und Disziplin haben. Im Zweifelsfall bitte die vhs kontaktieren.

182-52045

Hartmut Böx-Rößler

Sa 03.11.18 14.30–17.30

So 04.11.18 14.30–17.30

Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr.

14, 70499 Stuttgart

EUR 33.00

Yoga

Yoga am Abend

Wir lassen den Tag ausklingen mit entspannenden Übungen, dehnen und kräftigenden Asanas, so dass unsere Energien wieder frei fließen können und wir mit Kraft und Gelassenheit in die neue Woche starten.

182-47110

Inga Viktorsdóttir
Mo 17.09.–26.11.18 jew. 18.30–20.00, 10-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 88.00

182-47111

Inga Viktorsdóttir
Mo 07.01.–11.02.19 jew. 18.30–20.00, 6-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 53.00

182-47112

Inga Viktorsdóttir
Mo 17.09.–26.11.18 jew. 20.15–21.45, 10-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 88.00

182-47113

Inga Viktorsdóttir
Mo 07.01.–11.02.19 jew. 20.15–21.45, 6-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 53.00

Yoga am Vormittag

Wir starten den Tag mit energetisierenden Übungen wie dem Sonnengruß im Wechsel mit Entspannungshaltungen und sammeln dabei Kraft und Gelassenheit für den Rest des Tages. Yoga am Morgen ist für Menschen jeden Alters geeignet und richtet sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmer/innen.

182-47120

Inga Viktorsdóttir
Mi 19.09.–05.12.18 jew. 08.00–09.30, 10-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 88.00 ▶

182-47121

Inga Viktorsdóttir
Mi 09.01.–13.02.19 jew. 08.00–09.30, 6-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 53.00

Englisch

Englisch, Brush up your English (B1)

182-64692

Burkhard Küster
Di 09.10.–18.12.18 jew. 19.15–20.45, 10-mal
Treffpunkt Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr.14, 70499 Stuttgart
EUR 96.00 inkl. Kursunterlagen
reduzierte Teilnehmerzahl

Italienisch

Italienisch, Grundstufe III (A1)

182-71820

Ramona D'Uva
Di 18.09.–15.01.19 jew. 18.00–19.30, 15-mal
Wolfsbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77, 70499 Stuttgart
EUR 105.00
ab Lektion 7, Con piacere nuovo A1, Klett Verlag

Italienisch, Grundstufe IV (A2)

182-72050

Emanuela Quirini
Do 20.09.–20.12.18 jew. 18.00–19.30, 12-mal
Wolfsbuschschule GHS Weilimdorf, Köstlinstr. 76/77, 70499 Stuttgart
EUR 112.00 reduzierte Teilnehmerzahl
ab Lektion 1, Con piacere nuovo A2, Klett Verlag

Zuffenhausen

Allgemeinbildung

Kelten, Römer, Alemannen

Diavortrag über die Frühgeschichte im Stuttgarter Norden
Schon während der Eiszeiten, vor mehreren hunderttausend Jahren, lebten Menschen im Nord-Stuttgarter Raum und seit der Jungsteinzeit sind Siedlungen an vielen Stellen im Nord-Stuttgarter Raum belegt. In der Eisenzeit entstanden die Grabhügel im Stadtpark und im Withauwald. Fernwege spielten für den Handel eine wichtige Rolle und können zum Teil rekonstruiert werden. Die römische Zeit ist durch Gutshöfe und die Anlage von Militärstraßen gekennzeichnet. Das große Reiterkastell auf dem Hallschlag war ein wichtiges Zentrum, von dem die Straßen in alle Richtungen hin ausstrahlten. Ihre Trassen bestehen zum Teil bis heute als Straßen oder Wege. Die Alemannen- und Franken-Zeit mit dem regionalen Zentrum auf der Altenburg beim Hallschlag vermitteln den Übergang zur dokumentierten Geschichte.

182-39091

Prof. Ulrich Kull

Sa 09.02.19 19.00–20.00

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Stadtspaziergänge

Das Kolb-Lollipop-Museum in Korntal – eine Zeitreise in die Jahre des Wirtschaftswunders

Wanderung und Museumsbesuch

Wir wandern von der S-Bahnhaltestelle Neuwirtshaus/Porscheplatz durch den herbstlichen Zuffenhäuser Stadtwald und das Naturschutzgebiet Greutterwald bis zum Kolb-Lollipop-Museum in Korntal. Nach einer Filmvorführung im nostalgischen Kino führt uns Hans-Jörg Schnitzer, Inhaber der Firma „Friedrich Kolb Feinmechanik und Apparatebau“, durch seine in 40 Jahren zusammengetragene Sammlung: Emailleschilder der 1930er Jahre, echte Tanksäulen, amerikanische Luxuslimousinen, einen Brezelkäfer, Kreidler Motorräder und andere Produkte meist nicht mehr bestehender Zuffenhäuser Firmen, liebevoll eingerichtete Puppenstuben, Annette Himstett-Puppen, den Prototyp des ersten Fotokopiergeräts und ein Hochrad aus dem Jahr 1896 warten auf Sie. Eine Sonderausstellung dokumentiert mit alten Bildern und Urkunden die letzten 100 Jahre der Geschichte Zuffenhausens.

182-39092

Hans-Jörg Schnitzer

Wolfgang Meyle

Sa 13.10.18 14.00–16.30

EUR 15.00 inkl. eines Getränkes im Kolb-Lollipop-Museum

Treffpunkt: vor dem Porsche-Museum, S-Bahnhaltestelle Neuwirtshaus/Porscheplatz

Wanderzeit ca. 1 Stunde

Rückfahrt ab Korntal mit der S-Bahn möglich

Wandern auf der Himmelsleiter

Benannt nach dem Weg „Himmelsleiter“ haben sich seit dem 1. Januar 2013 drei Gemeinden zu der „Evangelischen Kirchengemeinde Himmelsleiter Stuttgart“ zusammengeschlossen. Auf diesem Spaziergang, der von der Auferstehungskirche in Rot über das Michaelshaus in Freiberg bis zur Kirche in Mönchfeld führt, werden die drei Kirchen auf der Himmelsleiter vorgestellt. So beeindruckt in der Auferstehungskirche die bunten Glasfenster und das überlebensgroße Kreuzifix, im Michaelshaus Reliefs von Karl Ulrich Nuss und in Mönchfeld die farbenprächtigen Glasfenster. Unterwegs erfahren Sie Wissenswertes über Geschichte und Sagen der Ortsteile und bieten sich viele aufschlussreiche oder idyllische Ausblicke wie vom Freienstein auf den Max-Eyth-See und das Neckartal. In den Kirchen gibt es Erfrischungen bzw. Musikdarbietungen. Der Abschluss findet im Gemeindezentrum Mönchfeld statt.

182-39093

Jörg-Michael Bohnet

Klaus Felix Müller

Paul Otto Rieger

Wolfgang Meyle

Sa 06.10.18 14.30–17.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Treffpunkt: U7 Haltestelle Tapachstraße, 70437 Stuttgart-Rot

Die Moschee in Stuttgart-Zuffenhausen

Islam in Alltagsbegegnungen mit Muslimen

Das Leben mit unterschiedlichen Kulturen und Religionen bietet ein großes Potenzial an Mehrwert in der Gesellschaft und ist eine Bereicherung für alle. Ein harmonisches Zusammenleben kann nur dann gemeinsam gestaltet werden, wenn wir uns die Zeit nehmen, etwas voneinander zu erfahren.

Wir werden Fragen zum Islam klären und was es bedeutet, mit Muslimen im Berufsleben zu stehen. Wie sollen Gesundheitsberufe aussehen und wie kann die Pflege von Angehörigen für Muslime aussehen? Ein wichtiges Thema ist auch das Verhältnis zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern sowie die Fragen: Was ist Islam? Welche Bedeutung hat das Beten und Arbeiten im Leben von Muslimen? Wie gestalten sich die Beziehungen zwischen Männern ▶

und Frauen? Welche Rechte haben Frauen und Kinder?
Wir freuen uns auf eine lebendige Begegnung.
In Kooperation mit der islamischen Gemeinde Zuffenhausen e.V.

182-39094

Mucip Geyik
Di 11.12.18 18.30–20.30
EUR 5.00 Verwaltungsgebühr
Treffpunkt: Islamische Gemeinde Zuffenhausen e. V. Markgröninger
Str. 57, 70435 Stuttgart

Der Deutsche Wetterdienst in Stuttgart – den Experten über die Schulter geschaut

Vortrag und Führung mit Aufstieg eines Wetterballons
Haben Sie sich auch schon gefragt, wie eine moderne Wetteransage, Unwetter- oder auch Feinstaubwarnung eigentlich erstellt wird? Dann kommen Sie mit zur Regionalzentrale Stuttgart des Deutschen Wetterdienstes. Dort erfolgt die komplette Wetterüberwachung für Baden-Württemberg. Zunächst wird Ihnen Herr Steiner vom DWD den Nutzen des Aufstiegs eines Wetterballons näher erläutern (Grundlagen der Aerologie). Beim Rundgang durch die Wetterzentrale wird Ihnen das Arbeitsfeld direkt am Arbeitsplatz des Meteorologen vorgeführt. Danach hören Sie einen kurzen und fachkundigen Vortrag über die neuesten Erkenntnisse der zunehmend problematischen Klimaerwärmung.

Zum Abschluss ist eine Führung durch das Messfeld des Klimagartens und Erläuterung der dortigen meteorologischen Instrumente eingeplant und Sie haben die Chance den Aufstieg eines Wetterballons live mitzuerleben.

Die Führung findet im Gebäude des Wetterdienstes am Schnarrenberg statt, geführt werden Sie von den Meteorologen des Deutschen Wetterdienstes.

Eine genaue Wegbeschreibung finden Sie auf der Homepage des DWD, Niederlassung Stuttgart: www.dwd.de/DE/derdwd/standorte/niederlassung/stuttgart@html

182-08280

Clemens Steiner
So 14.10.18 10.00–13.00
EUR 16.00
Treffpunkt: vor dem Eingang des DWD Stuttgart, Am Schnarrenberg
17, 70376 Stuttgart

Kommunikation und Selbstmanagement

Schlagfertigkeit

Ist Schlagfertigkeit erlernbar? Es gibt viele Bücher und praktische Hinweise auf YouTube zu situationsgerechten Reaktionen in stressigen Konfliktsituationen. Dennoch werden wir sprachlos bei allerlei „unverschämten“ Kommentaren von unseren „netten“ Bekannten, Freunden und Kolleg/innen. Passende Antworten liegen uns oft auf der Zunge und werden leider erst später artikuliert. Was kann man dagegen tun? Kommen Sie zu unseren Konfliktisch-Spiel-Trainings. Sie erhalten praktische Werkzeuge und eine klare Struktur von schlagfertigen, passenden Retourkutschen, die dann in einem speziell dazu konzipierten Spiel ausprobiert und trainiert werden. In Konfliktsituationen spricht man ein anderes Deutsch, es ist Konfliktisch-Deutsch. Spielen Sie Ihre Konfliktsituationen in privaten und beruflichen Situationen durch und werden Sie schlagfertig, kreativ, humorvoll und erfolgreich!

Bitte Stifte und einen Block zum Kurs mitbringen.

182-39095

Natalja Pantle
Mi 16.01.–30.01.19 jew. 18.00–19.30, 3-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 28.00

Ressource Achtsamkeit – Ressourcen für ein gutes Leben

Das Leben findet immer in der Gegenwart statt. Doch wo sind wir? In Gedanken sind wir meist in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Im Moment wirklich bewusst da zu sein, ist unsere größte Herausforderung. Wenn wir Achtsamkeit in uns etablieren, gewinnen wir Klarheit, stärken unsere Präsenz und unsere Widerstandskräfte gegen Stress, entwickeln Gelassenheit, Mitgefühl und Akzeptanz. Achtsamkeit ist in uns angelegt als Ressource, sie ist kein Allheilmittel, sondern eine Haltung dem Leben gegenüber. Wir entwickeln sie, indem wir sie praktizieren, trainieren wie einen Muskel, als Alltagsübung und in der Stille mit verschiedenen Meditationen.

Im Kurs können Sie durch einen theoretischen Input, einige praktische Übungen und kurze Meditationen die Praxis der Achtsamkeit kennenlernen.

182-40108

Christine Schwiager
Sa 26.01.19 10.00–17.00
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 56.00

Mobile Wege ins Internet: Smartphone, Tablet, Pad

Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Smartphone oder Tablet haben und über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Telefon zu den „smarten“ Alternativen nachdenken. Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Telefonieren, Nachrichten versenden, Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Gerätetypen und Einsatzmöglichkeiten.

182-07725

Cora Burger

Fr 18.01.19 09.00–11.15

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 18.00

Smartphones in der Praxis – Teil 1

iPhone/iPad von Apple

Mit einem Smartphone steht das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information im Alltag und bei Reisen. In diesem Kurs lernen Sie Ihr Smartphone kennen. Wie funktioniert es grundsätzlich, wie bedient man die berührbare Oberfläche, wie telefoniert man damit, wie hinterlegt man Kontaktdaten im Adressbuch, wie funktionieren SMS und mehr. Sie erhalten einen ersten Einblick in die Funktion einzelner Apps.

Voraussetzungen: Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft haben und es wenig nutzen, da für die Bedienung Basiskenntnisse fehlen.

182-07755

Philipp Liebscher

Mo 28.01.19 18.00–21.15

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 32.00

● Schon gewusst...

- Bringen Sie Ihr Smartphone geladen und mit allen dazugehörigen Kabeln mit. Außerdem Ihre Benutzerkontodaten zum App-Store. Ein kostenfreier WLAN-Zugang wird bereitgestellt.
- Bitte prüfen Sie, ob Ihr Smartphone-System mit dem im Kurstitel genannten System übereinstimmt. Falls nicht, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Gitarrenspiel – Phase I – für Anfänger/innen, ohne Noten

Wir behandeln Instrumentalbeispiele mit der Solo- und Begleitgitarre. Gespielt wird nach Griffbildern und Tabulaturen. So ist ein erleichteter Zugang zum Gitarrenspiel möglich und sie können bereits in kurzer Zeit mit Gruppen einfache Gesangsstücke einüben. Außerdem werden leichte Zupftechniken, das Melodie- und Solospiel sowie der Umgang mit dem Plektrum vermittelt. Bei Neuan-schaffung erfolgt eine Beratung in der ersten Kursstunde.

Voraussetzungen:

Notenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

Bitte Instrument mitbringen.

182-27211

Bernd Bugl

Mo 01.10.–26.11.18 jew. 20.00–21.30, 8-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 72.00

Gitarrenspiel – Phase II

Modernes Fingerpicking, erste Picking-Übungen für beide Hände werden behandelt. Außerdem erfolgt eine Einführung in das Pattern-Picking, Melodiepicking, sowie die Barré-Grifftechnik und Songbegleitung.

182-27216

Bernd Bugl

Mo 03.12.–04.02.19 jew. 20.00–21.30, 8-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 72.00

Tanz und Rhythmus

Steptanz für Einsteiger und Wiedereinsteiger

Steptanz ist Percussion mit den Füßen – allein, in der Gruppe, mit erlernten Choreografien oder auch gerne improvisiert. In diesem neuen Kurs werden grundlegende Techniken wie auch Körperhaltung und Schrittkombinationen vermittelt. Das Training dauert jeweils 45 min. Ein späterer Einstieg in die parallel laufende Fortgeschrittenengruppe ist möglich. Das Dozentenduo geht auf jeden Teilnehmer/in rhythmisch und tänzerisch ein. Für alle, die mit Steptanz beginnen, oder nach einer Pause wieder einsteigen möchten, bietet sich jetzt die Gelegenheit. Bitte Stepschuhe oder feste Schuhe mit Ledersohle mitbringen.

182-30350

Kai Kresse

Marita Unsner

Do 11.10.–17.01.19 jew. 20.05–20.50, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 60.00

● Schon gewusst...

Den Treffpunkt Zuffenhausen erreichen Sie aus der Innenstadt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in weniger als 10 Minuten.

Steptanz für Mittelstufe und Fortgeschrittene

Steptanz ist einer der weltweit populärsten Bühnen- und Musicaltanzstile. Sie erlernen rhythmisch und stilistisch abwechslungsreiche Schrittfolgen des Steptanzes. Das Dozenten-Duo ist seit 2000 im süddeutschen Raum mit verschiedenen Formationen und Bühnenshows aktiv und hat mehrfach Platzierungen bei nationalen und internationalen Wettbewerben errungen.

Bei Interesse werden einzelne Auftrittsmöglichkeiten realisiert. Sie erhalten so die Möglichkeit Ihre Fähigkeiten vor Live-Publikum zu testen.

Bitte Stepschuhe oder harte Schuhe mit Ledersohle mitbringen.

182-30352

Kai Kresse

Marita Unsner

Do 11.10.–17.01.19 jew. 20.05–21.20, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 102.00

Line Dance im Walzerschritt – Schnupperkurs für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen

Line Dance geht auch im Walzerschritt. Choreografien zu unterschiedlichsten Musikrichtungen aus diesem Bereich werden die Füße und Körper in Schwung bringen. Line Dance zeichnet sich besonders dadurch aus, dass kein/e Tanzpartner/in benötigt da in Reihen und hintereinander getanzt wird. Grundkenntnisse im Walzerschritt sind von Vorteil, aber nicht unbedingt Voraussetzung. Bitte Hallenschuhe und Getränk mitbringen.

182-30514

Brigitte Müller

Fr 09.11.–23.11.18 jew. 19.00–20.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 19.00

Line Dance mit Rock und Pop – Schnupperkurs für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen

Line Dance mal nur aus der Rock- und Popszene. Wunderschöne recht einfache Choreografien zu älteren und neueren Welthits werden Sie begeistern. Wir tanzen in Reihen, neben- und hintereinander, so ist ein Tanzpartner nicht nötig. Bitte Hallenschuhe und Getränk mitbringen.

182-30515

Brigitte Müller

Fr 12.10.–26.10.18 jew. 19.00–20.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 19.00

Line Dance in der Vorweihnachtszeit

Stimmen Sie sich mit Line Dance auf die Weihnachtszeit ein! Zu passenden Festtagsmelodien, wie z. B. Feliz Navidad, Rudolph the red nose reindeer, White Christmas, tanzen wir in Reihen, neben- und hintereinander her. Sie brauchen also keine/n Tanzpartner/in, um teilnehmen zu können. Es sind Frauen und Männer jeden Alters willkommen, mit oder ohne Tanzerfahrung. Bitte Hallenschuhe und Getränk mitbringen.

182-30516

Brigitte Müller

Fr 30.11.–14.12.18 jew. 19.00–20.00, 3-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 30.00

Hula – Hawaiianischer Tanz

Der Duft von exotischen Blüten und Palmen – ein nettes Lächeln, der warme Sand unter den Füßen und das sanfte Rauschen der Wellen des blauen Pazifiks ...

Wir träumen nicht nur vom fernen Hawaii, wir tanzen und schwingen unsere Hüften zu authentischen Choreografien und fröhlichen, romantischen Melodien von den schönen Inseln. Let's hula! Der Kurs ist geeignet für begeisterungsfähige Frauen, Männer, Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

182-30763

Nicole-Michèle Schüder

Mi 19.09.–24.10.18 jew. 20.00–21.30, 5-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 45.00

Trommeln mit Leib und Seele

Conga, Cajon, Afrodrums für Einsteiger und Wieder-Einsteiger

Trommeln lernen, spielen und genießen – voll Spielfreude und ohne Leistungsdruck, kompakt und intensiv. Christoph Haas studierte die großen Rhythmuskulturen in Westafrika, Lateinamerika und Indien. In langjähriger Unterrichtspraxis entwickelte er ein Konzept, das allen ermöglicht, tief einzutauchen in die faszinierende Welt pulsierender Rhythmen. Behutsam und begeisternd vermittelt er die Grundlagen des Afro-Trommelns. Dafür wählt er für jedes Semester einen neuen Rhythmus. Alle Instrumente stehen bereit. Eigene Djembe, Conga, Cajon sind willkommen. Wer eine Trommel leihen möchte, bezahlt die Gebühr in Höhe von EUR 10,00 direkt im Kurs. Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe/Socken, ggfs. Fingerfood für die Pause

182-30930

Christoph G. Haas

Sa 13.10.18 15.30–19.30

EUR 35.00

TREFFPUNKT: „impuls“ – Atelier für Rhythmus – Bewegung – Percussion, Steinheimer Str. 6 A, 70435 Stuttgart-Zuffenhausen.

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: U7 bis Haltestelle „Kelterplatz“ oder U15 bis Haltestelle „Rathaus“ (3 Min. zu Fuß); S-Bahn 4, 5, 6 bis S-Bahnhof Zuffenhausen (ca. 10 Min.).

Stricken, Häkeln und Co.

Alte Hüte neu in Szene setzen!

Haben Sie einen in die Jahre gekommenen Lieblingshut, der dringend aufgefrischt werden sollte?

Oder wertvolle Filze, die modernisiert werden können? Passt die Größe noch? Passt der Hut nicht mehr zur neuen Lebenssituation? Eine kleine Änderung in der Form, Garnitur oder ein neues Futterband, beleben Ihre Hüte wieder. Gemeinsam werden wir, in meinem Atelier, das Beste aus Ihren Hüten herausholen.

182-39096

Frauke Sandleben

Sa 10.11.18 13.00–15.00

Sa 17.11.18 13.00–16.00

Tapachstr. 59/4. 70437 Stuttgart-Rot

EUR 39.00 Materialkosten nach Verbrauch; wird direkt vor Ort abgerechnet

Kleingruppe: 6 Personen



**Von ambulanter bis stationärer Pflege,
Alles aus einer Hand.
Mobile Dienste der Else-Heydlauf-Stiftung**

Stützpunkte

Stuttgart Zuffenhausen	Stuttgart Giebel
Mönchsbergstraße 111	Mittenfeldstraße 107
70435 Stuttgart	70499 Stuttgart
49(0)711/87006-0	49(0)0711/87083748
ehs-md@wohlfahrtswerk.de	www.wohlfahrtswerk.de

Stationäre Angebote:

Domus Wohngruppe für Schwerst-Demenzerkrankte,
Junge Pflege, Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege
49(0)711 870 06 0

else-heydlauf-stiftung@wohlfahrtswerk.de

Zusätzliche Angebote:

Wir geben Zeit bis zu 24 h Versorgung, Tagespflege, Menü, Mobile Essensversorgung aus eigener Küche, Wohngemeinschaft für ältere Menschen, Wohncafés Freiberg und Giebel, Betreuungsgruppen und stundenweise Betreuung zur Entlastung pflegender Angehöriger.

Vertrauen im Alter **VIA** Betreutes Wohnen zu Hause



Künstlerisches Gestalten

Wir filzen Zwerge mit roten Zipfelmützen

Für Menschen mit und ohne Behinderung

Voneinander lernen wir, wie aus Schafwolle Zwerge mit roten Zipfelmützen entstehen. Mit der Nadelfilztechnik sind ganz unterschiedliche Formen möglich,- der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

182-55918H

Tatjana Yvonne Seehoff

Do 18.10.18 16.30-19.30

Wohnverband Zuffenhausen, Auricher Str. 38, 70437 Stuttgart

EUR 31.00 inkl. EUR 9.00 Material

Anmeldung nur über Katrin Wahner möglich: Tel. 0711 1873-717, katrin.wahner@vhs-stuttgart.de



vhs Inklusion

Bewegung und Körpererfahrung

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson mit Schmerzbewältigung in Zuffenhausen

Durch das Einüben dieser Entspannungsmethode lernen Sie mentale und körperliche Anspannung wahrzunehmen und durch Entspannung zu ersetzen. Sie werden gelassener und können auch in schwierigen Situationen besser zur Ruhe kommen. In zahlreichen Leitlinien zur Krankheitsvorbeugung wird das begleitende Üben der progressiven Muskelentspannung empfohlen. Es werden spezielle Varianten der Grundform für die jeweiligen Krankheitsbilder mit den Teilnehmern erarbeitet. Dieses leicht erlernbare Muskelentspannungstraining ist auch bestens zur Prävention von stressbedingten Erkrankungen geeignet.

182-42521

Dr. med. Hildegard Höfel-Wellner

Mo 07.01.-11.02.19 jew. 19.30-21.00, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 53.00

Tapen – die bunten Klebestreifen zur Selbsthilfe

Ursprünglich aus der japanischen Heilkunde stammend, haben die Klebestreifen auch schon lange bei uns Einzug gehalten. Im Kurs wird es darum gehen, wo und wie in der Selbsthilfe die Tapes eingesetzt werden können. Der eigene Körper (Fuß, Knie und Hand) ist dann das praktische Übungsfeld zum Ausprobieren. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine gute Schere.

182-48010

Brigitte Müller

Fr 08.02.19 18.30-20.00

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 13.00 zusätzlich werden für Übungstapes EUR 2.00 im Kurs erhoben.

Beckenbodentraining für Frauen – Grundkurs am Morgen

Der Beckenboden hat nicht nur eine zentrale Stellung, weil er im Zentrum des Körpers liegt, sondern auch, weil er alle Organe stützt. Gerät irgendein Organ aus dem Lot (z. B. in Form einer Gebärmutter-senkung, Inkontinenz durch Husten, Niesen, Tragen), wirkt sich das nicht nur negativ auf den Beckenboden aus, sondern auch auf die Seele. Weil die Beckenbodenmuskeln „unsichtbar“ sind, ist der Umgang mit ihnen nicht ganz leicht. Ein kleiner Einblick in die Anatomie und Funktion dieser Muskulatur soll Ihnen helfen, die Bedeutung eines Beckenbodentrainings zu verstehen. Mit gezielten Übungsanleitungen, Informationen und Austausch werden Sie Ihren Beckenboden „in den Griff“ bekommen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Handtuch.

182-48400

Brigitte Müller

Di 08.01.-05.02.19 jew. 09.30-10.30, 5-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 36.00

Wirbelsäulengymnastik

Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

182-48670

Angelika Dehner

Mi 10.10.-19.12.18 jew. 19.00-20.00, 10-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 56.00

Faszientraining – das geht unter die Haut

Unsere Organe, Knochen und Muskeln sind umhüllt von einem faserigen Netz aus Bindegewebe, den Faszien. Es ist eine Art Verpackungsmaterial, das den Muskeln, den Organen und Bändern Form gibt. Faszien vernetzen unseren ganzen Körper und lassen sich sehr gut trainieren. Bewegungsmangel, Stress, Verletzungen oder z.B. Rückenprobleme können zu erheblichen Beeinträchtigungen, Verklebungen und Schmerzen in den Faszien führen, oft verbunden mit Schonhaltung, Verspannungen und Vermeidungsverhalten. Im Kurs erlernen Sie spezielle Dehn-, Mobilisations- und Regenerations-techniken sowie Federn und Schwingen und die Arbeit mit Tennisbällen. Menschen jeden Alters können die Übungen mitmachen und dabei erleben, wie Gelenke freier werden und sogar manche Schmerzen verschwinden können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch, 2 Tennisbälle und etwas zum Trinken.

182-49000

Brigitte Müller

Di 06.11.–11.12.18 jew. 10.35–11.35, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 42.00

Das Gefühlserlebnis mit den Füßen – Fußtraining

In ihnen befinden sich mehr Sinneszellen als in unserem Gesicht. Sie sorgen für Stütze, Gleichgewicht und Beweglichkeit. Wir verlangen von unseren Füßen ein Leben lang Höchstleistungen, ohne es ihnen wirklich zu danken. Achtlos zwängen wir sie in oft viel zu enge Schuhe und schenken ihnen auch sonst keine Aufmerksamkeit. Dies wollen wir ändern! Alle Füße, gesunde, kranke, verkümmerte oder krumme, sie werden es Ihnen danken, wenn Sie auch mal nach ihren Bedürfnissen schauen.

182-49035

Brigitte Müller

Di 06.11.–11.12.18 jew. 09.30–10.30, 6-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 40.00

Balance halten – Gleichgewichtstraining

Durch einen systematischen Aufbau der Übungen werden Kraft, Koordination und die Körperhaltung optimal geschult und trainiert. Die Balance halten zu können, ist eine wichtige Fähigkeit, vor allem bei unerwarteten Bewegungen (z.B. stolpern/umknicken) um hier schnell reagieren zu können und somit Verletzungen zu vermeiden. Die Übungen kombinieren Kraft, Flexibilität und Balance-Anforderungen und werden Schritt für Schritt erklärt und geübt. Das Training ist auch für Anfänger/innen geeignet.

182-49040

Angelika Dehner

Mi 10.10.–19.12.18 jew. 18.00–19.00, 10-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 56.00

Bauch, Beine, Po & Rücken

Ein Mix aus Gymnastik, Rückenfit, Bauch, Beine, Po und Stretching macht diese Stunde zu einer abwechslungsreichen Trainingseinheit. Fühlen Sie Kräftigung, Geschmeidigkeit und neue Stärke in Ihrem Körper fließen. Nach überstandenen Training werden es Ihnen ihr Rücken und Ihre Haltung danken.

182-49090

Ioanna Stamkopoulou

Mo 17.09.–04.02.19 jew. 18.00–19.00, 18-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 96.00

182-49100

Ioanna Stamkopoulou

Mo 17.09.–04.02.19 jew. 19.00–20.00, 18-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 96.00

Pilates

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Atemtechnik aus dem Ganzkörper-Training nach Joseph Pilates lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, zur Stärkung der Körpermitte („Kraftzylinder“) und des Rückens kennen. Sie erlernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Sie werden vieles finden, was Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

182-49700

Di 18.09.–18.12.18 jew. 18.15–19.15, 12-mal
kein Kurs am 23.10. und 30.10.18

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 71.00

182-49701

Di 08.01.–29.01.19 jew. 18.15–19.15, 4-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 24.00

182-49710

Di 18.09.–18.12.18 jew. 19.15–20.15, 12-mal
kein Kurs am 23.10. und 30.10.18

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 71.00

182-49711

Di 08.01.–29.01.19 jew. 19.15–20.15, 4-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 24.00

182-49718

Di 18.09.–18.12.18 jew. 20.15–21.15, 12-mal
kein Kurs am 23.10.18

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 71.00

182-49719

Di 08.01.–29.01.19 jew. 20.15–21.15, 4-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 24.00

Ausdauer Mix

Eine Mischung aus Aerobic, Step Aerobic und Zirkeltraining bringen das Herz-Kreislauf-System wieder in Schwung. Das dynamische Training mit rhythmischen Bewegungen zu motivierender Musik verbessert Ihre Ausdauer und Ihre Koordination.

Bitte mitbringen: Handtuch und Getränk

182-50040

Ioanna Stamkopoulou

Mo 08.10.–17.12.18 jew. 20.00–20.50, 10-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 47.00

Fitness in der Natur – Stadtpark Zuffenhausen

Nicht nur Teile des guten alten „Trimm-Dich Pfades“, sondern auch die Gelegenheit am/auf/neben dem Trainingsweg bietet ihnen eine Fülle von Möglichkeiten, die Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination an der frischen Luft zu unterstützen. Die Stunden sind so gestaltet, dass jede Person individuell mitmachen kann.

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte kommen Sie mit Sportkleidung und Schuhen, die dem Wetter angepasst sind. Also vielleicht auch mal mit Regenschirm, was auch sehr viel Spaß machen kann.

182-50270

Brigitte Müller

Di 18.09.–23.10.18 jew. 09.30–11.00, 6-mal

EUR 72.00

Treffpunkt: Bushaltestelle 52, Ohmstraße an der Schwieberdinger Straße, Richtung Feuerbach.

Zumba®

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

182-51320

Cristiane Angela da Silva-Bastian

Di 25.09.–22.01.19 jew. 17.00–18.00, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 89.00

182-51455

Teresa Pagano

Do 27.09.–31.01.19 jew. 18.45–19.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 89.00

Zumba® Gold

Mittelstufe

Diese Version ist speziell für Personen aufgebaut, denen eine normale Zumba Fitness Stunde zu anstrengend ist. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die unsere Zumba® Fitness so beliebt machen. Zu fetziger lateinamerikanischer Musik werden leicht erlernbare Bewegungen getanzt jeder Kurs ist wie eine Party. Das Zumba® Prinzip lautet: „Jeder bewegt sich so wie er kann und möchte“. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine einzelne Bewegung weggelassen wird.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe, Handtuch und ein Getränk.

182-51510

Teresa Pagano

Do 27.09.–31.01.19 jew. 17.45–18.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 90.00

Indian Balance® – zum Kennenlernen

Indian Balance® basiert auf den ursprünglichen Bewegungsritualen der amerikanischen Indianer. Die Übungen und Bewegungsabläufe zeichnen sich durch eine besondere Harmonie und Eleganz aus. Kraftvollen Abläufen folgen weiche, sinnliche Bewegungen, die fließenden Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung bringen uns rasch in unser Gleichgewicht und vertiefen die körperliche und mentale Balance. Die Übungen wirken straffend, stärkend und präventiv für Rücken, Bauch, Beine und Po und fördern die Geschmeidigkeit und Elastizität der Wirbelsäule. Sie sind intensiv, aber schonend für die Gelenke und leicht nachvollziehbar. Untermalt wird die Stunde mit indianischen Rhythmen und Klängen.

Für Indian Balance® benötigen Sie keine sportlichen Erfahrungen. Die Übungen können in jedem Alter durchgeführt werden. Auch für Schwangere.

182-51675

Brigitte Müller

Di 08.01.–05.02.19 jew. 10.35–11.35, 5-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 40.00

Entspannungsmethoden kennenlernen

Wir probieren verschiedene Methoden für die Entspannung aus und vertiefen sie. Atmung, Autogenes Training, progressive Muskelentspannung und Qigong. Was passt für mich? Die Übungen werden im Stehen, Sitzen oder Liegen gemacht. Was tut mir gut, welche Methode kommt mir entgegen? Finden Sie es heraus!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke und Kissen.

182-55917H

Karin Mutschler

Fr 09.11.18 14.00–17.00

Wohnverband Zuffenhausen, Auricher Str. 38, 70437 Stuttgart

EUR 26.00

Anmeldung bei Katrin Wahner: Telefon 0711/1873-717, E-Mail: katrin.wahner@vhs-stuttgart.de

Yoga

Yoga – sanftes effektives Training für Kraft und Energie

Ausgewählte, einfach durchzuführende Yoga-Basis-Übungen sind Grundlage dieses Kurses. Auf sanfte, effektive Weise kann der ganze Körper gestärkt werden. Der Energiefluss wird angeregt. Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen verbessern die Körperwahrnehmung. Einfache Konzentrations- und Visualisierungsübungen trainieren den Geist und bereiten auf einfache Meditationsübungen vor. Auf diese Weise kann sich ein inneres Gleichgewicht einstellen und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden. Dieser Kurs ist für Yoga-Anfänger/innen und Yoga-Erfahrene geeignet, die sanftes, effektives Yoga-Training bevorzugen oder für die Altersgruppe 50+ oder für Personen mit leichten körperlichen Einschränkungen. Die letzte Mahlzeit sollte ca. 2 Stunden zurückliegen.

182-47210

Monika Messinger

Di 18.09.–11.12.18 jew. 17.30–19.00, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 89.00

Rücken-Yoga

In diesem Kurs werden wir uns einem der wichtigen Körperstellen widmen und ihm Gutes tun - dem Rücken. Mit sanften Yogaübungen, Entspannungseinheiten und Kräftigungsübungen wird die Haltung verbessert und das Wohlbefinden gestärkt. Die Fähigkeiten und Grenzen eines Jeden werden selbstverständlich respektiert. Der Kurs ist für Menschen mit oder auch ohne Yoga-Vorkenntnisse konzipiert. Mit regelmäßiger Übung wird eine bemerkbare Gelassenheit, innere Ruhe und Harmonie entstehen, die wir im Alltag immer wieder gut gebrauchen können.

182-47220

Maria Bety Kouskousi

Di 18.09.–15.01.19 jew. 19.15–20.45, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 111.00

Yoga

Yoga ist eine Jahrtausende alte Disziplin, welche die Einheit von Körper, Geist und Seele anstrebt. Mit Körperhaltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Konzentrationsübungen (Dharana), Achtsamkeits- Entspannungs- und Meditationsübungen wird die Gesamtpersönlichkeit angesprochen und geschult und kann sich dadurch weiterentwickeln. Bei regelmäßigem Üben können sich körperliche, emotionale und geistige Spannungen lösen und Wohlbefinden kann sich einstellen. Yoga zu üben stärkt die Gesundheit, entwickelt Kraft, lässt die Energien fließen und führt zu mehr innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Yoga-Erfahrene geeignet.

Die letzte Mahlzeit sollte 2 Stunden zurückliegen.

182-47230

Monika Messinger

Mi 19.09.–30.01.19 jew. 18.30–20.00, 16-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 118.00

182-47240

Monika Messinger

Do 20.09.–31.01.19 jew. 18.00–19.30, 16-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 118.00

Deutsch und Integration

Integrationskurse

Die Integrationskurse sind Sprachkursangebote, die sich an alle Zugewanderte richten, die wenig oder kein Deutsch sprechen und auf Dauer in Deutschland leben werden. Sie werden im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durchgeführt und mit Bundesmitteln gefördert. Weitere Informationen sind unter www.bamf.de zu finden.

Inhalte

Jeder Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs und einem Orientierungskurs und führt zum Sprachniveau B1.

Der Sprachkurs dauert in der Regel 600 Unterrichtsstunden. Personen, die die lateinische Schrift nicht beherrschen, können einen speziellen Alphabetisierungskurs mit 1.000 Unterrichtsstunden besuchen. Der Erwerb der Deutschkenntnisse geschieht anhand von alltagsbezogenen Inhalten wie Arbeit und Beruf, Einkaufen, Wohnen, Gesundheit oder Ämter und Behörden. Im Anschluss an den Sprachkurs wird die Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ abgelegt.

Im Orientierungskurs, der 100 Unterrichtsstunden umfasst und nach dem Sprachkurs besucht wird, lernt man Deutschland kennen. Es werden Kenntnisse zur deutschen Rechtsordnung, Geschichte und Kultur, zu den Rechten und Pflichten in Deutschland, den Formen des Zusammenlebens in der Gesellschaft sowie zu den Werten, die in Deutschland wichtig sind, vermittelt. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab.

Bei nicht bestandener Sprachprüfung kann der Integrationskurs mit einem Gesamtumfang von 300 Unterrichtsstunden wiederholt werden.

Zielgruppe

Neuzugewanderte Migrantinnen und Migranten

EU Bürgerinnen und EU Bürger

Asylbewerberinnen und Asylbewerber mit einer guten Bleibeperspektive

Deutsche Staatsbürgerinnen und –Bürger mit Migrationshintergrund

Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler

Hinweis: Bei freien Plätzen können auch Interessenten ohne eine Berechtigung/ Verpflichtung an dem Integrationskurs teilnehmen.

Voraussetzungen

Persönliche Anmeldung ist erforderlich.

Die Einstufung erfolgt nach den Vorgaben des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge.

Der Berechtigungs-/Verpflichtungsschein der Ausländerbehörde/ des Jobcenters/des BAMF ist bei der Anmeldung vorzulegen.

Anmeldung und Einstufungsberatung

Immer im TREFFPUNKT Rotebühlplatz

Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart

montags, dienstags, donnerstags 9.00 bis 12.00 Uhr

montags, mittwochs, donnerstags 16.00 bis 18.00 Uhr

Raum F306/307

Gebühren

Für Teilnehmende mit einer mit einer Berechtigung/Verpflichtung zum Integrationskurs gelten die Bestimmungen des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge. Sie zahlen EUR 195.00 pro Modul. Bei einer Kostenbefreiung durch das BAMF ist die Teilnahme am Integrationskurs kostenlos.

Die Teilnehmenden, die keinen Anspruch auf staatliche Förderung haben, müssen eine Gebühr in Höhe von 3EUR 90.00 pro Modul entrichten.

Rücktrittsregelungen

Gemäß § 14 AGB der volkshochschule stuttgart muss der Rücktritt spätestens 15 Werktage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen.

Eine Abmeldung von einer Sprachprüfung ist nur bis zum jeweiligen Anmeldeschluss und nach der vorherigen Absprache mit den pädagogischen Mitarbeiterinnen möglich. Bei einer nicht fristgerechten Stornierung wird eine Stornogebühr erhoben.

Deutsch, Tageskurs

A2.1

Lehrwerk: „Schritte plus Neu 3“, Hueber Verlag,

ISBN 978-3-19-301083-4

182-60715

Doris Blessing

N.N.

Mo–Fr 01.10.–29.10.18 jew. 9.00–13.00, 20-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 390.00/EUR 120.00 mit Berechtigung alt/EUR 0.00 mit

Berechtigung u. Kostenbefreiung/EUR 155.00 mit Berechtigung/

EUR 195.00 mit Berechtigung neu

Deutsch, Tageskurs

A2.2

Lehrwerk: „Schritte plus Neu 4“, Hueber Verlag,

ISBN 978-3-19-601083-1

182-60742

Doris Blessing

N.N.

Mo–Fr 30.10.–27.11.18 jew. 9.00–13.00, 20-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 390.00/EUR 120.00 mit Berechtigung alt/EUR 0.00 mit

Berechtigung u. Kostenbefreiung/EUR 155.00 mit Berechtigung/

EUR 195.00 mit Berechtigung neu

Deutsch, Tageskurs

B1.1

Lehrwerk: „Schritte plus Neu 5“, Hueber Verlag,

ISBN 978-3-19-301085-8

182-61065

Doris Blessing

N.N.

Mo–Fr 28.11.18–08.01.19 jew. 9.00–13.00, 20-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 390.00/EUR 120.00 mit Berechtigung alt/EUR 0.00 mit

Berechtigung u. Kostenbefreiung/EUR 155.00 mit Berechtigung/

EUR 195.00 mit Berechtigung neu

Deutsch, Tageskurs

B1.2

Lehrwerk: „Schritte plus Neu 6“, Hueber Verlag,

ISBN 978-3-19-601085-5

182-61099

Doris Blessing

N.N.

Mo–Fr 09.01.–05.02.19 jew. 9.00–13.00, 20-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 390.00/EUR 120.00 mit Berechtigung alt/EUR 0.00 mit

Berechtigung u. Kostenbefreiung/EUR 155.00 mit Berechtigung/

EUR 195.00 mit Berechtigung neu

Französisch

Französisch, Mittelstufe IV und Konversation (B1)

Ziel des Kurses ist es, Ihre Lese- und Sprechfertigkeiten auch im beruflichen Kontext zu verbessern. Neben der Lektüre von landeskundlichen Texten, Erklärungen zur Grammatik und viel Raum für das aktive Sprechen, werden Sie sich am Ende des Kurses spürbar verbessert haben.

182-69760

Solène Diderick

Di 18.09.–11.12.18 jew. 10.30–12.00, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Lektion 8, On y va! B1, Hueber Verlag

Französisch, Schwerpunktthema Abi – Albert Camus: L'Hôte (B2)

182-70450

Omar Mohamed Mosati

Di 19.02.19 18.00–19.30

Stadtteilbibliothek Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435

Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung und Reservierung erforderlich, Tel. 216-91623

In Zusammenarbeit mit der Stadtteilbibliothek Zuffenhausen

Italienisch

Italienisch, Grundstufe I (A1)

Lehrbuch: Con piacere nuovo A1, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1

182-71645

Emanuela Quirini

Di 15.01.–09.04.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 84.00

ab Lektion 1

Italienisch, Occasioni per parlare (C1)

Un incontro settimanale per leggere brevi testi di attualità e cultura italiana da discutere poi insieme o chiacchierare di temi proposti dai partecipanti. Grammatica e lessico verranno curati solo se richiesto.

182-72600

Cristina Pisano

Mo 17.09.–10.12.18 jew. 09.45–11.15, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 153.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

Spanisch

Spanisch, Grundstufe III (A1)

182-76254

María Teresa Morales de Neligan

Mi 19.09.–23.01.19 jew. 19.30–21.00, 15-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 9, Con Gusto A1, Klett Verlag

Spanisch, Mittelstufe II (B1)

182-77110

Dorothea Rüdel

Mo 17.09.–10.12.18 jew. 18.30–20.00, 12-mal

Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

Ab Lektion 3, Con Gusto B1, Klett Verlag

Allgemeine Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart

Die vollständigen AGBs finden Sie auf www.vhs-stuttgart.de ‚AGBs‘

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen und werden durch die Anmeldung anerkannt. Für die Richtigkeit der im Programmbuch abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

1. Vertragsschluss

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zur Veranstaltung und der Annahme durch die volkshochschule stuttgart zustande. Meldet sich der/die Teilnehmer/in auf dem Formular der Weitermeldeliste zu einem Folgekurs an, so ist diese Anmeldung verbindlich.

2. Gebühren

Die Gebühren werden bei Kursbeginn zur Zahlung fällig. Hiervon ausgenommen sind abweichende Regelungen für bestimmte Fremdsprachenkurse (Punkt 12), für Integrationskurse (Punkt 13) sowie für Wanderungen/Studienfahrten (Punkt 14). Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPA-Lastschrift einzug; ansonsten sofort in bar im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Das Zustandekommen einer Veranstaltung ist nicht vom Zeitpunkt des Gebühreneinzugs durch die volkshochschule stuttgart abhängig. Bei Übernahme der Gebühr durch einen Dritten (Fremdzahler, bspw. Arbeitgeber) ist eine vom Zahler zu unterschreibende Kostenübernahmeerklärung auszustellen. Erstrecken sich Veranstaltungen über mehrere Semester, gilt die Anmeldung für die gesamte angegebene Dauer. In diesen Fällen ist grundsätzlich Ratenzahlung möglich, genauere Angaben bei den jeweiligen Kursen. Voraussetzung hierfür ist die Zahlung per SEPA-Lastschrift und die Erteilung eines sog. Mandats/Erlaubnis zum Einzug mittels SEPA-Lastschrift. Bei Rücklastschriften trägt der/die Teilnehmer/in bzw. der/die Zahlungspflichtige die dadurch entstehenden Kosten.

3. Ermäßigung

Ermäßigungsgründe können nicht kumuliert werden.

3.1 In den folgenden Fällen ist eine Gebührenermäßigung ausgeschlossen:

- Veranstaltungen mit einer Gebühr bis zu 10 EUR.
- Einzelunterricht/ Einzeltrainings
- Studienfahrten, Studienreisen und Wanderungen
- Prüfungen
- Fortbildungen im Rahmen der Kursleiterakademie
- Veranstaltungen mit Kooperationspartnern
- Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (bspw. Lehrgängen) können hiervon abweichende Regelungen getroffen werden, die vertraglich vereinbart werden.
- Ausschließlich für Kinder und Jugendliche bis zum 17. Lebensjahr ausgeschriebene Veranstaltungen, für die bereits eine ermäßigte Gebühr ausgewiesen ist mit Ausnahme der Bonuscard
- Bei Veranstaltungen, für die Förderungen in Anspruch genommen werden können (bspw. Meisterbafög).
- Bei Anmeldung zu Veranstaltungen, für die eine Firma/Institution die Gebühr ganz oder teilweise trägt (Kostenübernahmeerklärung).
- Bei Kostenerstattungen im Rahmen von Umschulungen nach dem SGB III (gefördert durch die Bundesagentur für Arbeit). Verbindliche Auskünfte sind bei der Geschäftsstelle und bei der Bundesagentur für Arbeit erhältlich.
- Sachkosten (Lehrbücher, Seminarunterlagen, Arbeitsmaterial etc.)

Ausnahme: Einzelfallregelungen (z. B. in besonderer finanzieller/familiärer Situation o. Ä.) werden geprüft – bitte wenden Sie sich gegebenenfalls an die zuständige Fachbereichsleitung.

3.2 Gruppe A/Ermäßigung 10 %:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechenden, gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören

- Kinder und Jugendliche bis zu 17 Jahren
- Schüler/innen
- Auszubildende
- Praktikant/innen
- Au-pairs
- Studierende mit deutschem oder internationalem Studentenausweis

– Bundesfreiwilligendienst-Leistende

– Soziales- und Ökologisches Jahr-Leistende

– Rentner mit Wohngeldberechtigung

3.3 Gruppe B/Ermäßigung 25 %:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechend gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 50%.

3.4 Gruppe B/Ermäßigung 40 %:

Anmeldung und Vorlage eines gültigen Nachweises (Leistungsbescheid, der nicht älter als 3 Monate ist) in den Anmeldestellen der volkshochschule stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, in Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost. Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

– Arbeitslose, die Leistungen von der Bundesagentur für Arbeit beziehen

– Empfänger/innen von Leistungen nach SGB II und SGB XII (Bonuscard)

5. Rechnungsstellung

Sie erhalten eine Rechnung in der Regel eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag wird am ersten Kurstag zur Zahlung fällig (Ausnahme Punkt 12 und 13).

8. Teilnahmebescheinigung/Belegungsliste

Eine Teilnahmebescheinigung stellt die volkshochschule stuttgart auf Wunsch nach Abschluss einer Veranstaltung aus. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Unterrichtseinheiten. Die Teilnehmerliste dient als Nachweis über den regelmäßigen Besuch der Veranstaltungen (Kurse, Seminare, Vortragsreihen, Arbeitsgemeinschaften).

9. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses. Veranstaltungen, die am ersten Kurstermin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, können gekürzt durchgeführt werden. In diesen Fällen erfolgt die Kürzung unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption. Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können schriftlich erklären, dass sie von dem Kurs zurücktreten. Sie erhalten dann die Kursgebühr zurück. Ebenso können Kurse, die die jeweilige Mindestzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer/innen zur Zahlung eines entsprechenden Gebührenaufschlages (Umlage) bereit sind. Die Entscheidung (Verkürzung, Umlage) hierüber trifft die zuständige Fachbereichsleitung.

10. Späterer Kurseinstieg

Ein späterer Kurseinstieg ist einmalig bei Kursen mit mindestens 10 Kursterminen bis zum dritten Kurstermin möglich bei Zahlung der vollen Kursgebühr. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

11. Kurswechsel

Ein Wechsel des Kurses ist bis zu 3 Werktagen nach dem ersten Kurstermin einmalig möglich. Dies gilt für Kurse ab 10 Kursterminen. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

3.2 Gruppe A/Ermäßigung 10%:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechenden, gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören

- Kinder und Jugendliche bis zu 17 Jahren
- Schüler/innen
- Auszubildende
- Praktikant/innen
- Au-pairs
- Studierende mit deutschem oder internationalem Studentenausweis
- Bundesfreiwilligendienst-Leistende
- Soziales- und Ökologisches Jahr-Leistende
- Rentner mit Wohngeldberechtigung

3.3 Gruppe B/Ermäßigung 25%:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechend gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 50%.

3.4 Gruppe B/Ermäßigung 40%:

Anmeldung und Vorlage eines gültigen Nachweises (Leistungsbescheid, der nicht älter als 3 Monate ist) in den Anmeldestellen der volkshochschule stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, in Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost. Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

- Arbeitslose, die Leistungen von der Bundesagentur für Arbeit beziehen
- Empfänger/innen von Leistungen nach SGB II und SGB XII (Bonuscard)

5. Rechnungsstellung

Sie erhalten eine Rechnung in der Regel eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag wird am ersten Kurstag zur Zahlung fällig (Ausnahme Punkt 12 und 13).

8. Teilnahmebescheinigung/Belegungsliste

Eine Teilnahmebescheinigung stellt die volkshochschule stuttgart auf Wunsch nach Abschluss einer Veranstaltung aus. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme an mindestens 80 % der Unterrichtseinheiten. Die Teilnehmerliste dient als Nachweis über den regelmäßigen Besuch der Veranstaltungen (Kurse, Seminare, Vortragsreihen, Arbeitsgemeinschaften).

9. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses. Veranstaltungen, die am ersten Kurstermin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, können gekürzt durchgeführt werden. In diesen Fällen erfolgt die Kürzung unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption. Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können schriftlich erklären, dass sie von dem Kurs zurücktreten. Sie erhalten dann die Kursgebühr zurück. Ebenso können Kurse, die die jeweilige Mindestzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer/innen zur Zahlung eines entsprechenden Gebührenaufschlages (Umlage) bereit sind. Die Entscheidung (Verkürzung, Umlage) hierüber trifft die zuständige Fachbereichsleitung.

10. Späterer Kurseinstieg

Ein späterer Kurseinstieg ist einmalig bei Kursen mit mindestens 10 Kursterminen bis zum dritten Kurstermin möglich bei Zahlung der vollen Kursgebühr. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.

11. Kurswechsel

Ein Wechsel des Kurses ist bis zu 3 Werktagen nach dem ersten Kurstermin einmalig möglich. Dies gilt für Kurse ab 10 Kursterminen. Dies gilt nicht bei den Kursangeboten „Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration“.



©asife_shutterstock

Lass dich mal sehen!

www.vhs-stuttgart.de

facebook.com/vhsstuttgart

instagram.com/vhs_stuttgart

 **LIKE TO LEARN**

Ansprechpartnerin

Sozialraumorientiertes Bildungsmanagement

Raphaela Huber
Fritz-Elsas-Straße 46/48
70174 Stuttgart
Telefon 0711 1873-725
raphaela.huber@vhs-stuttgart.de

Ann-Kathrin Bienert
Telefon 0711 1873-712
ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de

Anmeldung für Kurse

volkshochschule stuttgart
Telefon 0711 1873-800
www.vhs-stuttgart.de

Stadtteilbeauftragte für Botnang

Astrid Biedermann
botnang@info.vhs-community.de
Telefon 0711 690128

Stadtteilbeauftragte für Mühlhausen

Gerti Frank
muehlhausen@info.vhs-community.de
Mobil 0178 2140624

Stadtteilbeauftragte für Weilimdorf

Margit Müller
weilimdorf@info.vhs-community.de
Mobil 0170 8421287

Stadtteilbeauftragte für Zuffenhausen

Anna Wagner-Meyle
zuffenhausen@info.vhs-community.de
Telefon 0711 8264692



volkshochschule stuttgart
Fritz-Elsas-Straße 46/48
70174 Stuttgart
Telefon 0711 1873-800
Fax 0711 1873-709
info@vhs-stuttgart.de



volkshochschule stuttgart
Postfach 10 49 54
70043 Stuttgart

www.vhs-stuttgart.de
www.facebook.com/vhsstuttgart

www.vhs-stuttgart.de
www.facebook.com/vhsstuttgart

Bitte senden Sie die Anmeldekarte an nebenstehende Adresse oder faxen Sie sie an die Faxnummer 0711 1873-858.

Ja, ich bin damit einverstanden, dass Sie mich über aktuelle Veranstaltungen und Angebote der vhs stuttgart informieren (z. B. über den Newsletter). Diese Einwilligung kann ich jederzeit per Post, Fax, Telefon oder E-Mail widerrufen.

E-Mail

Telefon (tagsüber)

PLZ/Wohnort

Straße

Geburtsstag

Vorname

Name

Absender/in Herr Frau

Anmeldung

Falls Teilnehmende/r und Zahlende/r dieselbe Person sind, verwenden Sie bitte diese Anmeldekarte. Gleiches gilt bei Anmeldungen für Kinder bis 18 Jahre.

Bei Kostenübernahme durch Dritte verwenden Sie bitte das Formular „Kostenübernahme durch Dritte“. Sie finden das Formular unter www.vhs-stuttgart.de ► [Anmeldung](#) ► [besondere Anmeldeformulare](#).

Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch SEPA-Lastschriften

Kurs-Nummer

Titel

Gebühren

EUR

Vorname Nachname

Geburtsdatum

Ich ermächtige die volkshochschule stuttgart, Fritz-Elzas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart, Zahlungen von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der volkshochschule stuttgart auf mein Konto gezogenen SEPA-Lastschriften einzulösen. Mit der Kursanmeldung erkenne ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart an. Die Gläubiger-Identifikationsnummer der volkshochschule stuttgart lautet DE54VHS0000005884, die Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der Rechnung mitgeteilt.

BIC: IBAN:

Ja, ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten zur Kursanmeldung, -durchführung und -abrechnung erhoben, verarbeitet und genutzt werden dürfen. Diese Einwilligung kann jederzeit und ohne Nachteile widerrufen werden. Meine datenschutzrechtlichen Belange werden ohne Einschränkung gewährleistet. Es erfolgt keine Übermittlung meiner Daten an Dritte, außer im Rahmen der Kursdurchführung z.B. an Dozent/Innen.

Ort

Datum

Unterschrift

Absender und Bankverbindung bitte vollständig angeben!