



VOLKSHOCHSCHULE
Gemeinde Harrislee



PROGRAMM

Winter / Frühjahr / Sommer

2018





Liebe Harrisleer Bürgerinnen und Bürger, liebe Freunde der Volkshochschule Harrislee!

Herzlich willkommen in der Volkshochschule Harrislee. Auch im Jahre 2018 möchte ich Sie wieder einladen, die Angebote der Volkshochschule wahrzunehmen. Vor Ihnen liegt das aktuelle Programm Winter/Frühjahr/Sommer 2018; es enthält, wie üblich, eine Vielzahl an interessanten Kursen und Einzelveranstaltungen. Die meisten Kurse und Einzelveranstaltungen werden wieder gut erreichbar in Ihrer Nähe in der Zentralschule, im Kindergarten Hechtenreich und im Bürgerhaus stattfinden. Auch in diesem Semester haben wir neben Altbewährtem eine Reihe neuer Kurse, die ich Ihnen besonders ans Herz legen möchte. Hier einige Beispiele: Neu im Programm im Bereich der Gesundheitskurse ist der Kurs "Glutenfreies Kochen" mit Silke Brandt, ein Kochkurs „Italienische Pasta-Gerichte“ sowie eine Neuauflage der Schamanischen Trommelreise mit Marion Mommsen. Wegen der großen Nachfrage werden wir auch wieder eine „Familienaufstellung“ im Januar durchführen. Auf diesem Wege möchte ich nicht versäumen, auch auf einige unsere Einzelveranstaltungen hinzuweisen:

Wir beginnen am 26. Januar 2018, 19:30 Uhr im Bürgerhaus Harrislee mit

einer Autorenlesung zum Gedenktag der Opfer des Nationalsozialismus. Niklas Frank stellt seine viel beachteten Bücher „Der Vater: Eine Abrechnung“, „Meine deutsche Mutter“ und „Dunkle Seele, feiges Maul“ vor.

Als weitere Einzelveranstaltungen sind wieder Lichtbilder-Vorträge von Ulrich Heintze geplant, der seine Zuschauer unter dem Titel „Von Las Vegas durch das südliche Kalifornien“ und „Helsinki“



© Foto Raake

mit auf spannende und lehrreiche Reisen nehmen wird sowie eine Foto- und Video-Präsentation über „Irland“ von dem Flensburger Berufsfotografen Thomas Raake, der seinen Zuschauern wieder beeindruckende Fotos und interessante Geschichten bieten wird.

Darüber hinaus sind noch einige weitere Veranstaltungen in Vorbereitung. Die Termine dazu finden Sie auf den entsprechenden Plakaten und in der örtlichen Presse.

Ich hoffe, dass Ihnen das Programm zusagt und bitte nochmals um eine rege Teilnahme an allen Veranstaltungen und Kursen.

Einen angenehmen Verlauf der Kurse und eine gute Zeit in der VHS Harrislee

wünscht Ihnen
Thomas Pantl eon
- VHS-Leiter -

1 Einzelveranstaltungen und Vorträge

18/1-01

Veranstaltung der VHS Harrislee, der Gemeinde Harrislee und der Arbeitsgruppe Harrislee-Bahnhof zum Gedenktag an die Opfer des Nationalsozialismus

Autoren-Lesung:

Niklas Frank liest aus seinen Büchern „Dunkle Seele, feiges Maul“, „Der Vater: Eine Abrechnung“ und „Meine deutsche Mutter“



© Mario Chavarria

Niklas Frank, geb. 1939, Journalist und Buchautor, war über zwei Jahrzehnte Reporter beim STERN, vollendete nach zwei Büchern gegen seine Eltern („Der Vater“ und „Meine deutsche Mutter“) mit „Bruder Norman!“ die entlarvende

Trilogie über eine deutsche Familie, die dank Hitler aufstieg. „Man könnte ihn einen Seismografen wider die Verlogenheit nennen.“ (Stephen Lebert, Die ZEIT)

Zu: „Dunkle Seele, feiges Maul“: Anhand zahlloser Akten erzählt Niklas Frank empörende, aber auch absurd komische Fälle voller Lug und Trug aus der Zeit der Entnazifizierung



zwischen 1945 und 1951. Dreist verkauften damals Mitglieder und Nutznießer der NSDAP die Spruchkammern für dumm und retteten sich ohne Reue ins demokratische Deutschland. Frank gewährt uns großartige Einblicke in den giftig-süßen Beginn der bundesdeutschen Demokratie und erschreckende in den Alltag des „Dritten Reichs“. Böse analysiert er, dass ein direkter Weg von damals zum heutigen Verhalten der schweigenden Mehrheit der Deutschen führt. Ein Buch zum Staunen, wütend Werden und zum bitteren Lachen. Neben Prominenten wie Lina Heydrich, Oskar von Hindenburg, Emmi Göring, Winifred Wagner und anderen interessiert sich Frank vor allem für die vielen unbekanntenen Nazis, die das unmenschliche System gestützt und bejubelt haben, ihre Mitmenschen denunzierten, bei der Judenverfolgung wegsahen und sich bei den Mächtigen anbiederten. Plötzlich mussten sie für ihre Gesinnung geradestehen und entwickelten erstmals Mut – den Mut zur Feigheit.

- Bürgerhaus Harrislee
Fr., 26.01.2018 19:30 Uhr
Eintritt frei

18/1-01 A

„Von Las Vegas durch das südliche Kalifornien“



Quelle: Thomas Wolf, www.foto-tw.de, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia>



Lichtbildervortrag mit moderner Projektionstechnik über eine Reise im Mini-Van von Ulrich Heintze. Dazu Literaturhinweise wie Besuchsvorschläge und viele Tipps und Informationen für die eigene Reiseplanung.

Zum Inhalt:

- von Las Vegas zum Hoover-Staudamm am Colorado River
 - in der blühenden Mojave-Wüste
 - Joshua Tree Nationalpark: rote Granitfelsen und eigentümliche Yucca-Gewächse
 - Palm Springs: Stadt der Wohlhabenden, Golfenthusiasten und Palmencanyons
 - am Salton-Sea und im Schutzgebiet Anza Borrego National Preserve
 - Imperial Valley: Südkaliforniens Obst- und Gemüsegarten und beeindruckende Dünenlandschaften
 - nordwärts den Colorado entlang nach Las Vegas
- Bürgerhaus Harrislee - Bürgertreff
Fr., 12.01.2018 19:30 Uhr
Eintritt 5,00 €

18/1-02

„Familienaufstellung“

Vortrag mit praktischen Übungen von Heilpraktikerin Elisabeth Klingenhoff



Foto und Bezugsquelle:
tatjana.lehnen@stelltaufmaennchen.de

- Bürgerhaus Harrislee - Bürgertreff
Mo., 15.01.2018 18:30
Eintritt 8,00 €

18/1-03

„Helsinki“

Lichtbildervortrag mit moderner Projektionstechnik über eine Reise in eine ungewöhnliche Großstadt von Ulrich Heintze. Dazu Literaturhinweise sowie Besuchsvorschläge und viele Tipps und Informationen für die eigene Reiseplanung.



Quelle: Kotivalo, Wikimedia Commons

- Bürgerhaus Harrislee - Bürgertreff
Fr., 09.03.2018 19:30 Uhr
Eintritt 5,00 €

18/1-04

„BasenFasten vor Ostern - Mein Weg zu Gesundheit und Normalgewicht“

Vortrag von Heilpraktikerin Elisabeth Klingenhoff



Heilpraktikerin Elisabeth Klingenhoff

- Bürgerhaus Harrislee - Bürgertreff
Mo., 19.02.2018 18:30 Uhr
Eintritt 5,00 €



18/1-05

Veranstaltung der VHS Harrislee in Zusammenarbeit mit dem Förderverein Alte Schule Niehuus e. V.

Irland

Wilde Küsten, weite Strände, Klösterruinen, Kirchen, Wikinger, Naturparks, Städte, Pubs und viel Musik.

Erleben Sie fesselnde Landschaften und beeindruckende Gebäude. Sehen Sie, wie Whiskey destilliert und Bier gebraut wird.

Reise-Vortrag von Thomas Raake mit vielen Fotos und Videoszenen. Begleiten Sie uns auf der spannenden Rundreise durch den südlichen Teil Irlands.



© Foto Raake

- Alte Schule Niehuus
Mi., 04.04.2018 19:30 Uhr
Eintritt 5,00 €
Thomas Raake

2 Politik - Gesellschaft - Umwelt

18/1-21

Gesprächskreis Philosophie

Der Gesprächskreis Philosophie wird sich mit aktuellen geistesgeschichtlichen Fragestellungen und ihren Bezügen zur Philosophie der Gegenwart sowie zu philosophiegeschichtlichen Problembe-
reichen beschäftigen. Die Frage nach dem Stellenwert der Philosophie und ihrem Gegenwartsbezug wird stets im Hinblick auf die Frage: „Was ist Philosophie

und wozu benötigt man sie?“ zu berücksichtigen sein.

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 68)
Mi., ab März 2018 19:00 - 20:30 Uhr
(genauer Termin nach Vereinbarung)
8 Termine 45,00 €
Dr. Jürgen Schwann

3 Kultur - Gestalten

18/1-31

Gesprächskreis Literatur

- Zentralschule - VHS-Raum
Di., ab März 2018 19:00 - 20:30 Uhr
(genaue Termine nach Vereinbarung)
10 Termine 50,00 €
N. N.

18/1-351

Aquarellmalen

Es kommen die wichtigsten Grundtechniken der Aquarellmalerei zum Einsatz. Neben den klassischen Themen wie Landschaften, Stillleben und Blumen werden auch Tiere und die menschliche Figur bearbeitet. Im Vordergrund aber stehen die Freude am Malen und der eigentliche Malprozess.
Anfänger sind willkommen.



Aquarell der Künstlerin und Kursleiterin Karin Matthiesen

Vorhandenes Aquarellmaterial bitte mitbringen. Über eventuelle Materialbe-



schaffung kann im Kurs beraten werden.
max. 10 Teilnehmer

- Bürgerhaus Harrislee - Bürgertreff
Mo., 22.01.2018 09:30 - 11:30 Uhr
10 Termine 60,00 €
Es entstehen zusätzliche Kosten für Kopien.

Karin Matthiesen

18/1-371

Nähen, was das Herz begehrt! - Nähkurs für Anfänger und erste Fortgeschrittene (Kurs 1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die das Nähen mit der Nähmaschine erlernen und/oder ihr Wissen vertiefen möchten. Wir arbeiten mit Fertigschnittmustern, die individuell verändert werden können. Bitte ab dem ersten Abend Stoff, Schnittmuster und alles, was sonst zum Nähen benötigt wird, mitbringen.

- Zentralschule - Textilkunderaum
Do., 18.01.2018 19:00 - 21:30 Uhr
10 Termine 75,00 €

Nicole Ziegler-Rode

18/1-372

Nähen, was das Herz begehrt! - Nähkurs für Anfänger und erste Fortgeschrittene (Kurs 2)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die das Nähen mit der Nähmaschine erlernen und/oder ihr Wissen vertiefen möchten. Wir arbeiten mit Fertigschnittmustern, die individuell verändert werden können. Bitte ab dem ersten Abend Stoff, Schnittmuster und alles, was sonst zum Nähen benötigt wird, mitbringen.

- Zentralschule - Textilkunderaum
Do., 19.04.2018 19:00 - 21:30 Uhr
8 Termine 60,00 €

Nicole Ziegler-Rode

18/1-373

Nadelbinden - eine 1000 Jahre alte Textiltechnik

Das Nadelbinden, auch „Naalebinding“, ist eine über tausend Jahre alte, aus Skandinavien überlieferte Technik, Wollfäden mit einer Nadel aneinander zu binden und Textilien herzustellen. Durch archäologische Funde konnten bisher weit mehr als 70 Sticharten gesichtet werden. Mit dieser ursprünglichen Technik werden im Kurs u. a. Handschuhe, Stulpen, Mützen und Socken hergestellt.



Nadelbinden - Babyschuhe

- Zentralschule - Textilkunderaum
Mo., 19.02.2018 18:00 - 19:30 Uhr
5 Termine 33,00 €

Materialumlage zusätzlich

Silke Brandt

4 Gesundheit

18/1-40

Rückenschule - Wirbelsäulengymnastik - Sturzprophylaxe

Der Kurs ist nicht geeignet für Menschen mit akuten Rückenproblemen!

Bitte bequeme Sportkleidung sowie Iso-Matte mitbringen.

- ADS-Kindergarten „Am Hechtenteich“,
Hedwig-Marggraff-Str. 10
Do., 01.02.2018 18:00 - 19:30 Uhr
12 Termine 60,00 €

N. N.



18/1-42

Bauch - Beine - Po & Co.

Gelenkschonendes Fitness-Training für die Tiefenmuskulatur
Neben allgemeinen Aufwärm- und Dehnungsübungen liegt der Schwerpunkt in gezielten Übungen zur Kräftigung der Muskulatur im Bereich Bauch - Beine - Po.

Geeignet für alle Altersgruppen.
Bitte Wolldecke oder Iso-Matte mitbringen.

- Zentralschule Harrislee - Lichthalle
Mi., 10.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
10 Termine 50,00 €
Simone Elvers

18/1-421

Workshop Tanzen:

ATS - American Tribal Style®Bellydance. Mehr als nur Bauchtanz



*Tanzlehrerin und VHS-Kursleiterin
Silke Brandt*

American Tribal Style®Bellydance: Basierend auf dem Bauchtanz, aber mit Folklore-Elementen aus dem Orient, Indien, Spanien und der Romas. Der Tanz versprüht Freude und Feuer, und es ist egal, wie jung oder alt man ist. Die Hauptsache ist

der Spaß am Tanzen nach Musik aus dem Orient oder dem Mittelalter. Trommeln, mal schnell und mal langsam, und das Lachen der Tänzerinnen: Das alles ist American Tribal Style®Bellydance. Bitte Leggings, Hüfttuch, Gymnastikschuhe, Yoga-Matte oder Wolldecke, Unterlagen zum Schreiben mitbringen sowie für die Pausen Trinken und Essen.

- Alte Schule Niehuus
Sa., 17.02.2018 10:30 - 16:00 Uhr
1 Termin 25,00 €
Silke Brandt

18/1-431

Hatha-Yoga - ein Weg der Mitte (Kurs 1)

Yoga ist ein Erfahrungsweg, der Körper und Geist schult und wieder in Einklang bringt. Es können Fehlhaltungen erkannt und evtl. verändert werden. Die Atemübungen verhelfen zu mehr innerer Ruhe. Die jahrtausendealte Philosophie, die die Wurzeln des Yoga bildet, unterstützt unseren Geist darin, friedlicher zu werden, und so können wir lernen, den Herausforderungen des Alltags mit einer größeren Gelassenheit und Zufriedenheit zu begegnen.

Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die einen sanften und ruhigen Unterricht bevorzugen.

Bitte lockere Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein Kissen mitbringen. Der Kurs ist zertifiziert von der „Zentralen Prüfstelle Prävention“ und wird von den meisten Krankenkassen bezuschusst.

- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastikraum
Di., 16.01.2018 08:30 - 10:00 Uhr
10 Termine 45,00 €
Britta Cipriani

18/1-431 Z

Hatha-Yoga - ein Weg der Mitte (Kurs 1)

Inhalte wie Kurs 18/1-431
Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die einen sanften und ruhigen Unterricht bevorzugen.

Bitte lockere Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein Kissen mitbringen. Der Kurs ist zertifiziert von der „Zentralen Prüfstelle Prävention“ und wird von den meisten Krankenkassen bezuschusst.



- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastik-
raum
Di., 17.04.2018 08:30 - 10:00 Uhr
10 Termine 45,00 €
Britta Cipriani



Kursleiterin Britta Cipriani

18/1-4311

Yoga für Erwachsene (Kurs 2)

Inhalte wie Kurs 18/1-431
Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht,
die einen dynamischeren Unterricht be-
vorzugen.
Bitte lockere Kleidung, warme Socken,
eine Decke und ein Kissen mitbringen.

- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastik-
raum
Di., 16.01.2018 10:15 - 12:15 Uhr
11 Termine 65,00 €
Britta Cipriani

18/1-4311 Z

Yoga für Erwachsene (Kurs 2)

Inhalte wie Kurs 18/1-431
Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht,
die einen dynamischeren Unterricht be-
vorzugen.
Bitte lockere Kleidung, warme Socken,
eine Decke und ein Kissen mitbringen.

- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastik-
raum
Di., 17.04.2018 10:15 - 12:15 Uhr
10 Termine 60,00 €
Britta Cipriani

18/1-434

Qi Gong am Abend

für Anfänger(innen) und erste Fortge-
schrittene (Kurs 1)

Qi Gong stammt aus China und ist ein
Bestandteil der traditionellen chinesi-
schen Medizin. Es ist ein bewährter
Weg, Lebensenergie strömen zu lassen,
das Gleichgewicht wieder herzustellen,
Verspannungen zu lösen und seinem
Alltag mit mehr innerer Ruhe und Gelas-
senheit zu begegnen. Die langsamen,
fließenden Bewegungen beruhigen, mo-
bilisieren die Selbstheilungskräfte und
helfen, gestaute Energie wieder zum
Fließen zu bringen. Qi Gong lässt sich
optimal zu jeder Zeit und an jedem Ort in
den Tages- und Berufsalltag integrieren.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich
und ist für Menschen jeden Alters geeig-
net.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke
und warme Socken mitbringen.

- ADS-Kindergarten „Am Hechtenteich“,
Hedwig-Marggraff-Str. 10
Mo., 22.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
10 Termine 40,00 €
Marion Mommsen

18/1-4341

Qi Gong am Abend

für Anfänger(innen) und erste Fortge-
schrittene (Kurs 1)

Inhalte wie Kurs 18/1-434
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich
und ist für Menschen jeden Alters geeig-
net.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke
und warme Socken mitbringen.

- ADS-Kindergarten „Am Hechtenteich“,
Hedwig-Marggraff-Str. 10
Mo., 28.05.2018 18:00 - 19:30 Uhr
6 Termine 24,00 €
Marion Mommsen



18/1-4342

Qi Gong am Vormittag

für Anfänger(innen) und erste Fortgeschrittene (Kurs 2)

Inhalte wie Kurs 18/1-434

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und ist für Menschen jeden Alters geeignet.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mitbringen.

- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastikraum
Fr., 26.01.2018 10:00 - 11:30 Uhr
10 Termine 40,00 €

Marion Mommsen

18/1-43421

Qi Gong am Vormittag

für Anfänger(innen) und erste Fortgeschrittene (Kurs 2)

Inhalte wie Kurs 18/1-434

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und ist für Menschen jeden Alters geeignet.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mitbringen.

- Bürgerhaus Harrislee - Gymnastikraum
Fr., 01.06.2018 10:00 - 11:30 Uhr
6 Termine 24,00 €

Marion Mommsen

18/1-435

Schamanische Trommelreise - für Anfänger

„Nach einer Einführung über das älteste Heilungssystem, den Schamanismus, begleite ich dich auf meiner Schamanentrommel an einen Ort der Kraft und Heilung. An diesem Ort kannst du deinem eigenen Krafttier begegnen.“

Vorkenntnisse in Meditation sollten vorhanden sein.



Bitte bequeme Kleidung tragen. Decke, Socken, Kissen, Block, Bleistift und etwas zum Trinken mitbringen.

- ADS-Kindergarten „Am Hechtenteich“, Hedwig-Marggraff-Str. 10
Mo., 15.01.2018 18:00 - 20:30 Uhr
1 Termin 15,00 €

Marion Mommsen

Infos unter Tel. 04605 911

18/1-4351

Kompaktkurs:

Schamanische Trommelreise - für Fortgeschrittene

„Wir gehen auf schamanische Reisen; es wird getanzt, getrommelt, gerasselt und geräuchert.“

Vorkenntnisse in schamanischen Reisen sollten vorhanden sein.

Bitte bequeme Kleidung tragen. Decke, Socken, Kissen, Block, Bleistift und etwas zum Trinken mitbringen.



- Alte Schule Niehuus
Mi., 17.01., Do., 18.01. und
Fr., 19.01.2018,
jeweils 18:00 - 20:00 Uhr
3 Termine 33,00 €
Marion Mommsen
Infos unter Tel. 04605 911

18/1-438

Tai Ji Quan - Yang-Stil

Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene
„Werde geschmeidig wie ein Kind,
werde gesund wie ein Holzfäller,
werde gelassen wie ein Weiser.“



Der Tai-Ji-Quan-Yang-Stil ist eine traditionelle Tai-Ji-Form, bestehend aus 24 Bildfolgen. Das Ziel der langsamen und fließenden Bewegungen ist der Weg zur inneren Harmonie, Vitalität und Gesundheit. Die Konzentration auf die Bewegungen stärken die Körperwahrnehmung, die Koordination und die Atmung. Körper, Geist und Seele werden zu einer Einheit und kommen ins Gleichgewicht. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

- Zentralschule Harrislee - Mensa-Vorraum (Campus)
Mi., 24.01.2018 19:00 - 20:30 Uhr
10 Termine 40,00 €
Marion Mommsen

18/1-4381

Tai Ji Quan - Yang-Stil

Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene
Inhalte wie Kurs 18/1-438

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

- Zentralschule Harrislee - Mensa-Vorraum (Campus)
Mi., 30.05.2018 19:00 - 20:30 Uhr
10 Termine 40,00 €
Marion Mommsen

18/1-4392

Gesundheitskurs: „BasenFasten - mein Weg zu Gesundheit und Normalgewicht“

- Bürgerhaus Harrislee
- Fraktionszimmer

Mo., 05.03.2018
18:30 - 21:30 Uhr
3 Termine
40,00 €

Elisabeth Klingenhoff



18/1-441

Kochklub für Männer
(geschlossener Kurs)



VHS-Männer-Kochklub

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Mi., 17.01.2018 18:00 - 22:00 Uhr
(Zeitänderung!!!)
5 Termine 50,00 €
Lebensmittelumlage zusätzlich
Leitung: Helmut Loosen



18/1-441 Z

Kochklub für Männer

(geschlossener Kurs)

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Mi., 28.02.2018 18:00 - 22:00 Uhr
(Zeitänderung!!!)

3 Termine 30,00 €

Lebensmittelumlage zusätzlich

Leitung: Helmut Loosen

18/1-4421

**Österliche Pralinen selbst gemacht!
(Kurs 1)**

In diesem Kurs werden Sie lernen, schnell und auf einfache Art leckere Pralinen unterschiedlicher Sorten und mit vielfältigen Füllungen selbst herzustellen. Die Konditormeisterin Andrea Kopf gibt Ihnen praktische Tipps und zeigt Ihnen Tricks, die Sie zu Hause leicht umsetzen können. Selbst gemachte Pralinen sind ein ideales Geschenk für die Osterzeit. Bitte mitbringen: Schürze, Gebäck- oder Tupperdose
max. 10 Teilnehmer



*Konditormeisterin
und VHS-Kursleiterin
Andrea Kopf*

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Mo., 05.03.2018 18:00 - 21:00 Uhr
1 Termin 14,00 €

Lebensmittelumlage zusätzlich

Andrea Kopf

18/1-4422

**Österliche Pralinen selbst gemacht!
(Kurs 2)**

Inhalte wie Kurs 18/1-4421

Bitte mitbringen: Schürze, Gebäck- oder Tupperdose

max. 10 Teilnehmer

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Mo., 12.03.2018 18:00 - 21:00 Uhr
1 Termin 14,00 €

Lebensmittelumlage zusätzlich

Andrea Kopf



18/1-444

Glutenfreies Kochen - Theorie und Praxis (Basis-Kurs)

Bitte mitbringen: Schürze, Gebäck- oder Tupperdose

max. 10 Teilnehmer

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Di., 06.03.2018 18:00 - 21:00 Uhr
3 Termine 42,00 €

Lebensmittelumlage zusätzlich

Silke Brandt

18/1-445

Italienisch Kochen (Kurs 1)

Leckere italienische Pasta-Gerichte frisch zubereiten - Teig, Füllung, Beilagen und vieles mehr.

Bitte mitbringen: Schürze, Tupperdose
max. 10 Teilnehmer

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Fr., 19.01.2018 18:00 - 21:00 Uhr
1 Termin 16,00 €

Lebensmittelumlage zusätzlich

Marco Ferocino

18/1-4451

Italienisch Kochen (Kurs 2)

Inhalte wie Kurs 18/1-445

Bitte mitbringen: Schürze, Tupperdose
max. 10 Teilnehmer



- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Fr., 23.03.2018 18:00 - 21:00 Uhr
1 Termin 16,00 €
Lebensmittelumlage zusätzlich
Marco Ferocino

18/1-4452

Italienisch Kochen (Kurs 3)

Inhalte wie Kurs 18/1-445

Bitte mitbringen: Schürze, Tupperdose
max. 10 Teilnehmer

- Zentralschule Harrislee - Lehrküche
Fr., 08.06.2018 18:00 - 21:00 Uhr
1 Termin 16,00 €
Lebensmittelumlage zusätzlich
Marco Ferocino

5 Sprachen

18/1-51

Dänisch - Grundstufe 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehr- und Arbeitsbuch: Angela Pude: „Vi snakkes ved!“ (Bitte erst nach Kursbeginn besorgen!)

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 59)
Mo., 22.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
15 Termine 75,00 €

N. N.

18/1-511 A

Dänisch - Grundstufe 1 A

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

(Fortführungskurs aus dem letzten Semester)

Lehr- und Arbeitsbuch: Angela Pude: „Vi snakkes ved!“ (Hueber Verlag)

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 68)
Mo., 22.01.2018 16:30 - 18:00 Uhr
15 Termine 75,00 €
Henrik Vestergaard



Kursleiter Henrik Vestergaard mit seinem Kurs „Dänisch Fortgeschrittene“

18/1-512

Dänisch - Fortgeschrittene 1

Wir arbeiten frei mit den Dänisch-Lehrbüchern (Lehr- und Arbeitsbuch Angela Pude: „Vi snakkes ved!“, Hueber-Verlag) und Lehrmaterial aus dem wahren Leben - „Vi lever - på dansk!“

Der Schwerpunkt liegt auf Gespräch, Alltags- und Arbeitsleben und nicht zuletzt auf munterem Zusammensein in guter Gesellschaft. „Hvor godtfolk er, kommer godtfolk til!“

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 68)
Mo., 22.01.2018 19:35 - 21:05 Uhr
15 Termine 75,00 €
Henrik Vestergaard

18/1-5121

Dänisch - Fortgeschrittene 2

Wir arbeiten frei mit den Dänisch-Lehrbüchern (Lehr- und Arbeitsbuch Angela Pude: „Vi snakkes ved!“, Hueber-Verlag) und Lehrmaterial aus dem wahren Leben - „Vi lever - på dansk!“

Der Schwerpunkt liegt auf Gespräch, Alltags- und Arbeitsleben und nicht zuletzt auf munterem Zusammensein in guter Gesellschaft. „Hvor godtfolk er, kommer godtfolk til!“

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 68)
Mo., 22.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
15 Termine 75,00 €
Henrik Vestergaard



18/1-521

Englische Lektüre

Gemeinsames Lesen englischer Texte (Literatur und Sachtexte), dazu Gespräche auf Englisch über inhaltliche Fragen und sprachliche Besonderheiten. Übungen zur Festigung und Erweiterung der Sprachkenntnisse.

- Zentralschule Harrislee - VHS-Raum
Termine nach Absprache
10 Termine 60,00 €
N. N.

18/1-532

Italienisch für den Urlaub - Anfänger

Für Teilnehmer, die Interesse an Sprache, an Leuten und Kultur Italiens haben.

Lehr- und Arbeitsbuch: wird in der ersten Unterrichtsstunde bekannt gegeben.



Kursleiter Marco Ferocino mit seinem Italienisch-Kurs

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 68)
Mi. 24.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
15 Termine 88,00 €
Es entstehen zusätzl. geringe Kosten für Kopien.
Marco Ferocino

18/1-541

Spanisch für den Urlaub

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse



Kursleiterin Delia Uzin de Behrens

Sie brauchen erste Sprachgrundkenntnisse, um sich in Spanisch sprechenden Ländern zurechtzufinden: in Läden, in Restaurants, in Hotels, im Bus, auf dem Markt etc.? In diesem Kurs lernen Sie direkt in der Situation,

üben Dialoge ein und machen Rollenspiele.

Buch nach Absprache.

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 59)
Mi., 24.01.2018 19:35 - 21:05 Uhr
15 Termine 88,00 €
Es entstehen zusätzl. geringe Kosten für Kopien.
Delia Uzin de Behrens

18/1-541 A

Spanisch für den Urlaub

Fortgeschrittene mit ersten Vorkenntnissen

Sie wollen sich noch besser in Spanisch sprechenden Ländern zurechtzufinden, in Läden, in Restaurants, in Hotels, im Bus, auf dem Markt etc.? In diesem Kurs lernen Sie direkt in der Situation, üben Dialoge ein und machen Rollenspiele. Buch nach Absprache.

- Zentralschule Harrislee - Brückengeschoss (Raum 59)
Mi., 24.01.2018 18:00 - 19:30 Uhr
15 Termine 88,00 €
Es entstehen zusätzl. geringe Kosten für Kopien.
Delia Uzin de Behrens



Ü50-Sprachkurse für Teilnehmer(innen) über 50 Jahre und Senioren

18/1-522 S [Ü50]

English in Situations

Auffrischkurs für ältere Teilnehmer und Senioren

Dieser Kurs richtet sich an alle, die länger kein Englisch mehr gesprochen haben. In vielen einzelnen Situationen wollen wir Verborgenes wieder heraufholen. Dies geschieht, indem wir zunächst die notwendigen Redemittel erarbeiten und diese dann in Partner- und Gruppenarbeit in verschiedensten Situationen versprachlichen.

- Zentralschule Harrislee
Raum und Termine nach Absprache
10 Termine 60,00 €
Es entstehen zusätzl. geringe Kosten für Kopien.

N. N.

6 Arbeit - Beruf

Die VHS Harrislee bietet in Zusammenarbeit mit dem Flensburger Stenografenverein e. V. folgenden Kurs an (Anmeldungen bitte ausschließlich über die VHS Harrislee):

18/1-60

Tastschreiben am PC

- Zentralschule Harrislee - Computerraum
Termine nach Vereinbarung
12 Termine 48,00 €
Es entstehen zusätzl. Kosten für Lehrmaterial (Beschaffung erfolgt durch Sammelbestellung).

Unterricht durch eine Dozentin des Flensburger Stenografenvereins e. V.

7 Computer

Für alle Computerkurse gilt:
Schriftliche Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit einer ausgefüllten Einzugsermächtigung an die VHS Harrislee. Die Reihenfolge der eingehenden schriftlichen Anmeldungen entscheidet über die Teilnahme.

Ü50-Computer-Kurse für Teilnehmer(innen) über 50 Jahre und Senioren

18/1-70 S [Ü50]

EDV-Grundlagen 1 (Anfänger)

Für Teilnehmer(innen) über 50 Jahre und Senioren, die das erste Mal am PC arbeiten möchten. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Inhalt:

Erste Schritte zum Arbeiten mit Maus und Tastatur, Grundlagen der Arbeit mit Windows, Starten und Beenden von Programmen, Arbeiten mit Fenstern, erste Einstellungen und Anpassungen, einfache Anwendungen.
Bitte Schreibmaterial mitbringen.



VHS-Kursleiter Richard Leemhuis

- Zentralschule Harrislee - Raum 56
Mo., 05.02.2018 18:30 - 21:30 Uhr
3 Termine (insgesamt 12 Unterrichtsstunden) 50,00 €
Richard Leemhuis

EDV-Grundlagen 2

(Fortführung des Kurses EDV-Grundlagen 1 - Vorkenntnisse entsprechend erforderlich)



Für Teilnehmer(innen) über 50 Jahre und Senioren.

Inhalt:

Arbeitsplatz und Systemsteuerung, Desktop einrichten, Windowszubehör, Dateimanagement mit dem Windows-explorer: Öffnen, speichern, drucken und anordnen von Dateien, kopieren, verschieben, löschen, Ordner anlegen, Suchfunktion, Hilfefunktion
Bitte Schreibmaterial mitbringen.

- Zentralschule Harrislee - Raum 56
Mo., 05.03.2018 18:30 - 21:30 Uhr
3 Termine (insgesamt 12 Unterrichtsstunden) 40,00 €

Richard Leemhuis

Fotografie

Bei all unseren Kursen stehen der Spaß und die Freude an der Fotografie im Vordergrund. Wir wollen die Kurse nicht mit mehr Theorie als nötig überladen. Vermittelt werden Ihnen vielmehr die Kenntnisse, mit denen Sie Ihre Motivideen sicher umsetzen können. Die Kurse geben Ihnen die Werkzeuge mit auf den Weg, um Motive zu erkennen, zu gestalten und sie fotografisch umzusetzen.



18/1-79

Einführung in die Fotografie für Spiegelreflex- und Systemkameras - Theorie

Dieser Basisworkshop richtet sich an alle, die nicht nur „knipsen“ wollen, sondern bewusster fotografieren möchten. Grundlagen der Fototechnik werden auf anschauliche Art verständlich gemacht. Der Kurs richtet sich vor allem an Spie-

gelreflexfotografen, andere Kameratypen werden bei Bedarf der Teilnehmer erwähnt.

Anhand von zahlreichen Bildern und Grafiken bringen wir Ihnen die Fotografie näher. Lassen Sie sich von der Fotografie begeistern.

Themen:

Zeit, Blende, ISO, Brennweiten, Verwacklungsgefahr, Belichtung, Scharfeinstellung, Weißabgleich, Bildgestaltung. Die häufigsten Fehler, worauf muss ich achten? Motive erkennen und umsetzen. Wir werden eine kurze (ca. 1 Stunde) „Fotosafari“ durch Harrislee/Flensburg unternehmen, um die Kamera besser kennenzulernen. Es gibt genügend Zeit für Gespräche und Erklärungen.

Bitte nehmen Sie Ihre Kamera mit. Auf Wunsch kann eine Leihkamera zur Verfügung gestellt werden.

Es können zum Kursbeginn die Seminarunterlagen für 5,00 € erworben werden.

- Zentralschule Harrislee - Raum 56
Do., 15.02.2018 19:30 - 21:00 Uhr
5 Termine 42,00 €

Thomas Raake

18/1-791

Kompakt-Kurs:

Fotografie für Spiegelreflex- und Systemkameras - Fortgeschrittene 2

Panorama, HDR, Action, Nachtaufnahmen



Berufsfotograf und VHS-Kursleiter Thomas Raake

Dieser Kurs richtet sich an alle, die den Kurs „Einführung in die Fotografie für Spiegelreflex- und Systemkameras“ belegt haben und an diejenigen, die schon gute Grundkenntnisse haben.



Nach einer kurzen Wiederholung der Theorie des Einsteigerkurses beschäftigen wir uns mit folgenden fotografischen Themen:

- HDR (Fotos mit besonders großem Kontrastumfang)
- kurzer Praxisteil HDR-Fotografie incl. Weiterbearbeitung am PC
- Panoramafotografie
- kurzer Praxisteil Panoramafotografie incl. Weiterbearbeitung am PC (soweit es die Witterung zulässt oder wir eine Räumlichkeit haben)
- Actionfotografie, Sport, schnelle Bewegungen
- Nachtaufnahmen
- kurzer Praxisteil Nachtaufnahmen

Bitte nehmen Sie Ihre eigene Kamera mit.

- Zentralschule Harrislee - Raum 56
Fr., 16.02.2018 16:00 - 20:00 Uhr
und
Sa., 17.02.2018 09:00 - 12:30 Uhr
2 Termine 42,00 €

Thomas Raake

18/1-7911

Kompakt-Kurs für Fortgeschrittene: Blitzlicht- und Makrofotografie

Bitte nehmen Sie Ihre eigene Kamera mit.

- Zentralschule Harrislee - Raum 56
Do., 22.03.2018 19:00 - 21:30 Uhr
und
Fr., 23.03.2018 16:00 - 21:00 Uhr
2 Termine 42,00 €

Thomas Raake





Name	Fachbereich	Telefon
Brandt, Silke	Nadelbinden, Tanzen, Kochen	Tel. 0162 9101900
Cipriani, Britta	Yoga	Tel. 0461 7002276
Elvers, Simone	Gymnastik	Tel. 0461 581987
Ferocino, Marco	Italienisch, Kochen	Tel. 0152 36356410
Klingenhoff, Elisabeth	Gesundheit	Tel. 0461 9955706
Kopf, Andrea	Pralinenherstellung	Tel. 0461 49240010
Leemhuis, Richard	EDV	Tel. 0461 21056
Loosen, Helmut	Kochen	Tel. 0461 43907
Matthiesen, Karin	Aquarellmalen	Tel. 04607 383
Mommsen, Marion	Qi Gong, Tai Ji Quan	Tel. 04605 911
Raake, Thomas	Fotografie	Tel. 0461 840-8855
Dr. Schwann, Jürgen	Philosophie	Tel. 0461 3107613
Uzin de Behrens, Delia	Spanisch	Tel. 0461 4084160
Vestergaard, Henrik	Dänisch	Tel. 0461 4902492
Ziegler-Rode, Nicole	Nähen	Tel. 0461 140128





Anmeldung

Ihre Anmeldung für die Kurse richten Sie bitte schriftlich - falls nicht anders angegeben - auf dem umseitigen Abschnitt an die Volkshochschule Harrislee (genaue Anschrift siehe unten).

Die VHS ist auch online unter vhs@gemeinde-harrislee.de zu erreichen. Im Internet unter www.harrislee.de ist das aktuelle Programm abgedruckt. Dort können Sie sich für den gewünschten Kurs per Mausklick anmelden. Den ausgefüllten Vordruck für das Einzugsverfahren benötigen wir aber in jedem Fall, da hierfür Ihre Unterschrift zwingend erforderlich ist. Sie können die Einzugsermächtigung entweder direkt an die VHS Harrislee senden oder sie am ersten Unterrichtsabend abgeben.

Die Anmeldung ist verbindlich. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie unsere Teilnahmebedingungen an und verpflichten sich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine Abmeldung ist in begründeten Einzelfällen nur schriftlich bei der VHS-Leitung eine Woche vor Kursbeginn möglich.

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Probestunden sind nicht vorgesehen, jedoch in Ausnahmefällen und nur nach vorheriger Rücksprache mit der VHS-Leitung möglich.

Sie erhalten von uns keine Anmeldebestätigung. Nur wenn ein Kurs nicht stattfinden kann oder verschoben werden muss, werden Sie von uns benachrichtigt.

Kursgebühren

Die Bezahlung der Kursgebühren kann per Bankeinzug oder durch Bareinzahlung erfolgen. Die Abbuchung der Kursgebühren erfolgt erst, wenn die Durchführung des Kurses gesichert ist und der Kurs begonnen hat. Im Falle einer Stornobuchung, die nicht auf fehlerhaftes Verhalten unsererseits zurückzuführen ist, werden Ihnen zusätzlich die anfallenden Rücklastschriftgebühren berechnet.

Ermäßigung

Schüler, Studenten, Arbeitslose sowie Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt erhalten u. U. eine Gebührenermäßigung bzw. -befreiung. Nähere Auskünfte erhalten Sie bei den Kursleiter(inne)n und dem VHS-Leiter.

Sonstiges

Die Veranstaltungsorte für die Kurse entnehmen Sie bitte der Kursübersicht. Die meisten Kurse finden in der Zentralschule statt. **Kein Unterricht in den Schulferien!**

Bitte denken Sie daran, dass in allen Unterrichtsräumen der VHS im Bürgerhaus und auf dem gesamten Schulgelände der Zentralschule nicht geraucht werden darf.

Anschrift der Volkshochschule Harrislee:

Bürgerhaus, Postfach 11 64, 24950 Harrislee

Tel.: 0461 9001622 (Herr Pantléon) • Fax: 0461 706-173

E-Mail: vhs@gemeinde-harrislee.de • Internet: www.harrislee.de

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem VHS-Kurs an. Die Teilnahmebedingungen erkenne ich an.

Kurs-Nr. und Kursbezeichnung

Name

Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon, Fax

E-Mail

Datum

Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat
(Bitte unterschrieben im Original zusenden oder beim Kursleiter abgeben!
Bitte nicht faxen oder mailen!)

Gläubiger-Identifikationsnummer der Gemeinde Harrislee DE42ZZZ00000096310

Mandatsreferenz _____ / wird dem Zahler nachträglich bekannt gegeben

Ich ermächtige/Wir ermächtigen die Gemeinde Harrislee, **einmalig folgende Zahlung: Gebühren Volkshochschule Harrislee** von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein/weisen wir unser Kreditinstitut an, die von der Gemeinde Harrislee auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ich stimme/wir stimmen einer Verkürzung der Vorabankündigung auf 3 Tage vor Fälligkeit (Belastungsdatum) zu. (Wenn nicht, bitte diesen Absatz streichen.)

Kurs Nr.: _____
(bitte eintragen)

Vorname und Name (Kontoinhaber)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Telefon (keine Pflichtangabe)

E-Mail (keine Pflichtangabe)

Kreditinstitut (Name und BIC)

DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _
IBAN

Ort, Datum

Unterschrift/en

Mitglied im:



Landesverband
Schleswig-Holstein