

**Volkshochschule Thalfang**

**Programm 2011/2012**



## Pädagogische Mitarbeiter in Thalfang:

Arvanitis, Zoi	Thalfang	Tel.: 06504-991066
Berlt, Claudia	Malborn	Tel.:06504-954193
Dumouchel, Jean-Pierre	Thalfang	Tel.: 06504-1876
Heinz, Hans-Georg	Trier	Tel.: 0651-5614851
Gräber, Ortrud	Horbruch	Tel.: 06543-6974
Molitor, Mark	EGZ Thalfang	Tel.: 06504-9140-310
Billen, Julia	EGZ Thalfang	Tel.: 06504-9140-310
Hubert, Stefan	EGZ Thalfang	Tel.: 06504-9149-310
Welter, Kathrin	EGZ Thalfang	Tel: 06504-9149-310
Schmidt, Margret	Thalfang	Tel.: 06504-8729
Thees, Elisabeth	Horath	Tel.: 06504-8273
Talia Fuchs	Thalfang	Tel.: 06504-2166

## Allgemeine Hinweise

### Anmeldungen:

**Anmeldungen zu Kursen erbitten wir vor deren Beginn, d. h. spätestens zwei Tage vor der Kurseröffnung**, um die Durchführung gewährleisten zu können. Sie können schriftlich oder telefonisch beim pädagogischen Leiter oder beim/bei der Kursleiter/Kursleiterin hereingegeben werden.

Die Veranstaltungen der Volkshochschule (VHS) sind für jeden offen. Regelmäßige Teilnahme an den Lehrgängen kann bescheinigt werden. In jedem Arbeitsabschnitt werden zusätzliche Veranstaltungen angeboten, die nicht in diesem Programm enthalten sind; sie werden rechtzeitig im Amtsblatt der Verbandsgemeinde Thalfang am Erbeskopf „Thalfang Aktuell“ bekannt gegeben.

### Gebühren:

**Die angegebene Gebühr ist zu Beginn des Kurses fällig** und unter Angabe der Bezeichnung des Kurses und der Kursnr. auf das Konto Nr. 40 000 523 bei der Sparkasse Mittelmosel EMH der Verbandsgemeindekasse Thalfang einzuzahlen oder spätestens am 2. Kursabend an den Kursleiter zu entrichten.

Teilnehmer, die ihre Zahlungsverpflichtungen nicht fristgemäß erfüllen, werden von den belegten Kursen ausgeschlossen.

**Wer trotz Anmeldung an einer Veranstaltung nicht teilnimmt, ist zur Zahlung der vollen Gebühr verpflichtet, sofern er sich nicht vorher bei der Volkshochschule abmeldet.**

Ein Kurs, der von weniger als 8, aber mindestens von 5 Teilnehmern besucht wird, kann nur durchgeführt werden, wenn eine Gebühr entrichtet wird, die so bemessen ist, als ob der Kurs von 8 Teilnehmern besucht worden wäre.

### Ermäßigungen:

Die Volkshochschule gewährt für Kurse der Erwachsenenbildung folgende Ermäßigung:

- **25%** für Auszubildende, Schüler, Studenten, Wehrpflichtige und Zivildienstleistende
- **20%** für einen Ehepartner, der den gleichen Kurs belegt.

Die Ermäßigung wird nur auf schriftlichen Antrag gewährt. Entsprechende Formulare sind bei der

Geschäftsstelle der VHS erhältlich. Das Vorliegen der Voraussetzungen für die genannten Ermäßigung ist durch entsprechende Anlagen nachzuweisen.

**Rückerstattung:**

Die Teilnehmergebühren werden in voller Höhe zurückerstattet, wenn eine angekündigte Gesamtveranstaltung nicht durchgeführt werden kann.

Die Teilnehmergebühren werden anteilmäßig zurückerstattet, wenn ein Teilnehmer aus nicht von ihm zu vertretenden Umständen (insbes. längere Krankheit oder berufliche Verpflichtungen) nicht in der Lage ist, weiter am Kurs teilzunehmen.

Kann ein Teilnehmer aus einem solchen Grund einen von ihm belegten Kurs von Beginn an nicht besuchen, ist auch hier eine volle Erstattung der Gebühren möglich.

Bricht ein Teilnehmer aus von ihm zu vertretenden Umständen den Besuch einer Veranstaltung ab, hat er **keinen Anspruch auf Rückerstattung der Teilnehmergebühr.**

Gleiches gilt bei Nichtteilnahme an einem Kurs, wenn keine rechtzeitige schriftliche Abmeldung erfolgt.

**Ferien:**

**Grundsätzlich finden in den Ferien keine Veranstaltungen der VHS statt! Ausnahmen sind nur nach vorheriger Rücksprache mit der Pädagogischen Leitung, dem Hausmeister der Schule oder dem Träger möglich und sollten daher rechtzeitig angezeigt werden.**

**Arbeitsplan der Volkshochschule Thalfang am Erbeskopf 2011  
2. Halbjahr**

**Fremdsprachen**

**Französisch für Anfänger Kursnr.: 8083**

Einführung in die französische Sprache für den mündlichen und schriftlichen Gebrauch mit Übungen zu Wortschatz, Satzbau und Grammatik – Begegnungen mit der französischen Kultur, Übungen zur Alltagssprache und Entwicklung praktischer Sprachfertigkeit

Beginn: Dienstag, 06. September 2011 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr  
Dauer: 12 Veranstaltungen, Ort: Klassenraum Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 48€ Dozent: Jean-Pierre Dumouchel  
Lehrwerk: Rendez-vous 1 Verlag Cornelsen  
verbindliche Anmeldung unter: 06504-1876 oder 06504-954490

**Französisch für Fortgeschrittene Kursnr.: 8084**

Erweiterung des Wortschatzes und grammatischer Strukturen, Förderung des Lese- und Hörverständnisses, Ausbau der Sprechfertigkeit

Beginn: Montag, 05. September 2011 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr  
Dauer: 12 Veranstaltungen, Ort: Klassenraum Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 48€ Dozent: Jean-Pierre Dumouchel  
Lehrwerk: Rendez-vous 1 Verlag Cornelsen  
verbindliche Anmeldung unter: 06504-1876 oder 06504-954490

**Italienisch für Anfänger Kursnr.: 8085**

Einführung in die italienische Sprache für den mündlichen und schriftlichen Gebrauch mit Übungen zu Wortschatz, Satzbau und Grammatik – Begegnungen mit der italienischen Kultur, Übungen zur Alltagssprache und Entwicklung praktischer Sprachfertigkeit

Claudia Berlt verbrachte 4 Jahre in Italien, wo sie auch die italienische Schule besuchte. Ihre dort geweckte Leidenschaft vertiefte Claudia Berlt mit dem Studium der italienischen Sprache an der Universität Saarbrücken. Claudia Berlt ist Diplom-Übersetzerin für Italienisch und blickt auf eine zehnjährige Erfahrung als VHS-Dozentin zurück.

Beginn: Montag, 26. September 2011 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr  
Dauer: 10 Veranstaltungen, Ort: Klassenraum der Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 40€ Dozentin: Claudia Berlt  
Lehrwerk: wird im Rahmen der ersten Veranstaltung mitgeteilt  
verbindliche Anmeldung unter: 06504-954193 oder 06504-954490

**Englisch Kursnr.: 8086**

Claudia Berlt studierte an der Universität Saarbrücken Englisch mit dem Abschluß als Diplom-Übersetzerin. Über einen Zeitraum von zehn Jahren erwarb sie sich ihre langjährige Erfahrung als Dozentin für Englisch an der VHS St. Wendel.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich für die englische Sprache interessieren.

Leider ist es aus zeitlichen Gründen nicht möglich, sowohl einen Anfänger- wie auch einen Fortgeschrittenen-Kurs anzubieten. Der Inhalt des Kurses richtet sich nach dem durchschnittlichen Kenntnisstand der Teilnehmer. Dieser wird im Rahmen der ersten Veranstaltung ermittelt werden.

Beginn: Donnerstag, 29. September 2011 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr  
Dauer: 9 Veranstaltungen, Ort: Klassenraum der Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 36€, Dozentin: Claudia Berlt  
Lehrwerk: wird im Rahmen der ersten Veranstaltung mitgeteilt  
verbindliche Anmeldung unter: 06504-954193 oder 06504-954490

### **Vorschau: Norwegischkurs ab 2012**

Claudia Berlt ist gebürtige Norwegerin und wuchs als Kind mit norwegisch auf, bis sie nach Deutschland umzog, wo sie sich der deutschen Sprache bemächtigte. Um die Feinheiten ihrer Muttersprache nicht zu verlernen, absolvierte sie einen Norwegisch-Kurs in Oslo. Frau Berlt ist diplomierte Übersetzerin für Englisch und Italienisch und blickt auf eine zehnjährige Erfahrung als Dozentin der VHS St. Wendel zurück.

Claudia Berlt bietet ab Frühjahr 2012 einen Norwegisch-Kurs an, unter der Voraussetzung, daß sich hierfür bis dahin genügend Interessenten finden.

### **Kunst – Künstlerische Gestaltung**

#### **Alleskönner Acryl: von Klassisch bis Modern, von Collagen bis Experimente Kursnr.: 8087**

Ortrud Gräber, bekannt aus etlichen Ausstellungen, unterhält eine Zeichen- und Malschule für Bleistift, Tusche, Aquarell, Öl und Acryl. Zur Zeit sind einige ihrer Werke im Rahmen der Ausstellung „Maler im Hunsrückhaus“ auf dem Erbeskopf zu bewundern.  
Mitzubringen wären : Acrylfarben, versch. Pinsel, Keilrahmen (vorzugsweise 60x40cm), Spachtelmasse grob und fein, versch. Malspachteln, Küchentücher aus Papier, Lappen, großes leeres Gurkenglas als Wassergefäß. Für Collagen wird später abgesprochen.

Beginn: 19. Oktober 2011 von 19:45 Uhr bis 21:30 Uhr  
Dauer: 10 Veranstaltungen Ort: Kunstraum der Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 40€, Dozentin: Ortrud Gräber  
verbindliche Anmeldung unter 06504-954490 oder 06543-6974

#### **Freies Malen Kursnr.: 8101**

Einen Kunstkurs der besonderen Art wird Talia Fuchs ab Oktober anbieten.

In Moskau studierte Talia Fuchs Maschinenbau und Kunst. Seit nunmehr 21 Jahren lebt die gebürtige Russin in Thalfang, wo sie sich mit ihren Zeichnungen und Gemälden durch zahlreiche Ausstellungen einen Name gemacht hat.

Im Rahmen dieses Kurses kann sich der interessierte Teilnehmer Grundfähigkeiten in Pastell, Tusche, Aquarell und Zeichnung aneignen. Im Anschluß an den Kurs dürfen die Kursteilnehmer an einem Kunstseminar mit einem bekannten Künstler aus der Region teilnehmen. Im Januar findet zum Abschluß eine Vernissage statt, in welcher den Schülern von Talia Fuchs die Möglichkeit geboten wird, ihre Ergebnisse zu präsentieren.

Kursbeginn: Dienstag, 18. Oktober 2011 von 19:00 Uhr bis 21:30 Uhr  
Dauer: 10 Veranstaltungen, Ort: Kunstraum der Realschuls Plus  
Kursgebühr: 54€, Dozentin: Talia Fuchs  
verbindliche Anmeldung unter: 06504-954490

## Gymnastik – Tanz - Gesundheitserziehung

### Griechischer Tanzkurs - Tanzen wie einst Alexis Sorbas

#### **Für Fortgeschrittene im 14tägigen Wechsel Kursnr.:8093**

Tanzen in der Gruppe macht nicht nur Spaß, sondern erhält und fördert körperliche und geistige Beweglichkeit, trägt bei zu Gesundheit und Wohlbefinden.

Lassen Sie sich entführen auf eine Reise durch die griechische Tanzkultur und lernen Sie das mediterrane Lebensgefühl kennen mit griechischer Musik und rhythmischer Bewegung. Sowohl Paare als auch Einzelpersonen sind herzlich willkommen.

Beginn: Mittwoch, 14. September 2011 von 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 6 Veranstaltungen, Ort: Erbeskopf-Realschule plus Thalfang (Musiksaal)

Kursgebühr: 25€, Dozentin: Zoi Arvanitis

verbindliche Anmeldung unter 06504-954490 und 06504-991066

#### **Für Anfänger im 14tägigen Wechsel Kursnr.: 8094**

Bei genügender Teilnehmerzahl von wenigstens 8 Personen kann unter der bewährten Leitung von Frau Zoi Arvanitis evtl. auch wieder ein Kurs für Einsteiger/innen angeboten werden.

Diesbezügliche Anfrage wird erbeten an Frau Arvanitis persönlich unter Tel.: 06504-991066

Beginn: Mittwoch, 21. September 2011 von 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 6 Veranstaltungen, Ort: Erbeskopf-Realschule plus Thalfang (Musiksaal)

Kursgebühr: 25€, Dozentin: Zoi Arvanitis

verbindliche Anmeldung unter 06504-954490 und 06504-991066

#### **Rückenfitness I Kursnr.: 8088**

Auf angenehme und effektive Weise den Rücken stärken und Ausgleich zum Alltag schaffen!

Rückenfitness wendet sich an alle, die Rückenschmerzen vorbeugen wollen, aber auch diejenigen, die bereits Probleme mit ihrem Rücken verspüren.

Gezielte Kräftigungsübungen stärken die Rumpfmuskulatur und stabilisieren so die Wirbelsäule.

Dehnung, Koordination und Stabilisation sind neben Entspannung weitere Inhalte.

Bitte denken Sie an bequeme Kleidung und bringen Sie eine Matte mit.

Beginn: Dienstag, 09. August 2011 von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Dauer: 10 Veranstaltungen Ort: Sporthalle Realschule Plus Thalfang

Kursgebühr: 25€, Dozentin: Margret Schmidt

verbindliche Anmeldung unter 06504-8729

#### **Rückenfitness II Kursnr.: 8089**

Auf angenehme und effektive Weise den Rücken stärken und Ausgleich zum Alltag schaffen!

Rückenfitness wendet sich an alle, die Rückenschmerzen vorbeugen wollen, aber auch diejenigen, die bereits Probleme mit ihrem Rücken verspüren.

Gezielte Kräftigungsübungen stärken die Rumpfmuskulatur und stabilisieren so die Wirbelsäule.

Dehnung, Koordination und Stabilisation sind neben Entspannung weitere Inhalte.

Bitte denken Sie an bequeme Kleidung und bringen Sie eine Matte mit.

Beginn: Dienstag, 09. August 2011 von 20:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 10 Veranstaltungen Ort: Sporthalle Realschule Plus Thalfang

Kursgebühr: 25€, Dozentin: Margret Schmidt

verbindliche Anmeldung unter 06504-8729

### **Rückenfitness in Dhrontal Kursnr.: 8100**

Beginn: Mittwoch, 10. August 2011 von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Dauer: 10 Veranstaltungen Ort: Dhrontal

Kursgebühr: 25€ Dozentin: Margret Schmidt

verbindliche Anmeldung unter 06504-8729

### **Feldenkrais-Kurs Kursnr.: 8090**

Die Feldenkrais-Methode ist ein sanfter aber sehr wirkungsvoller Weg, um einen bewussten Umgang mit dem eigenen Körper zu erlernen. Unter fachkundiger Anleitung achtsam ausgeführte leichte Bewegungen geben dem Nervensystem Gelegenheit, Alternativen zu gewohnten Bewegungsmustern zu erspüren und zu erlernen. Hierdurch werden neben einer verbesserten Beweglichkeit auch funktionale Verbesserungen bei Schmerzen und Bewegungseinschränkungen, Abbau von Stress und Verspannungen sowie verbesserte Haltung und Koordination erreicht. Der Kurs wird geleitet von Elisabeth Thees, Gilde-lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin. Sie benötigen eine Unterlage (Matte oder Decke), warme und bequeme Kleidung sowie warme Socken.

Beginn: Donnerstag, 25. August 2011 von 19:45 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 6 Veranstaltungen Ort: Gemeindesaal Talling

Kursgebühr: 25€ Dozentin: Elisabeth Thees

verbindliche Anmeldung unter 06504 - 954072

### **2 Feldenkrais-Kurse ab 2. November 2011**

Die Feldenkrais-Methode ist ein sanfter aber sehr wirkungsvoller Weg, um einen bewussten Umgang mit dem eigenen Körper zu erlernen. Unter fachkundiger Anleitung achtsam ausgeführte leichte Bewegungen geben dem Nervensystem Gelegenheit, Alternativen zu gewohnten Bewegungsmustern zu erspüren und zu erlernen. Hierdurch werden neben einer verbesserten Beweglichkeit auch funktionale Verbesserungen bei Schmerzen und Bewegungseinschränkungen, Abbau von Stress und Verspannungen sowie verbesserte Haltung und Koordination erreicht. Der Kurs wird geleitet von Elisabeth Thees, Gilde-lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin. Sie benötigen eine Unterlage (Matte oder Decke), warme und bequeme Kleidung sowie warme Socken.

#### **Kursnr.: 8091a**

Beginn: Mittwoch, 02. November 2011 von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Dauer: 6 Veranstaltungen Ort: Gemeindesaal Talling

Kursgebühr: 25€ Dozentin: Elisabeth Thees

verbindliche Anmeldung unter 06504 - 954072

#### **Kursnr.: 8091b**

Beginn: Mittwoch, 02. November 2011 von 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 6 Veranstaltungen Ort: Gemeindesaal Talling

Kursgebühr: 25€ Dozentin: Elisabeth Thees

verbindliche Anmeldung unter 06504 - 954072

**Qi Gong Kursnr.: 8092 ->fällt krankheitsbedingt aus!!**

Qi Gong ist eine jahrtausende alte Bewegungs- und Bewußtseinsübung, die das Qi (Lebenskraft) in uns aktiviert und in den Meridianen fließen läßt. Die Übungen des Qi Gong sind fester Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin und eine ganzheitliche Methode um Lebensqualität und Wohlbefinden zu steigern. Sie stellen eine harmonische Verbindung zwischen Körper, Aufmerksamkeit und Atem dar. Dadurch werden Körper, Geist und Seele gleichermaßen angesprochen.

Beginn: Montag, 17. Oktober 2011 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr  
Dauer: 8 Veranstaltungen Ort: Musiksaal der Realschule Plus Thalfang  
Kursgebühr: 25€ Dozent: Hans-Georg Heinz  
verbindliche Anmeldung unter 06504-954490

### **Kurse im Erholungs- und Gesundheitszentrum Thalfang**

Informationen und Anmeldungen zu allen Kursen im Erholungs- und Gesundheitszentrum Thalfang können während der Öffnungszeiten unter **Tel. 06504/9140-310** erfragt werden.

Die Kurse werden vom Schwimmmeisterpersonal des Bades durchgeführt. Die Dozenten der Kurse sind: Mark Molitor, Julia Billen und Stefan Hubert.

Zu den Kursgebühren werden noch die **Eintrittspreise** von 40,00 € (Erwachsene) bzw. 20,00 € (Kinder) erhoben.

#### **Schwimmen für Erwachsene Kursnr.: 8095**

Eine der einfachsten, effektivsten und kostengünstigsten Therapien zur Gesunderhaltung des Körpers ist das Schwimmen. Der gesamte Organismus wird dabei entlastet.

Im Rahmen dieses Schwimmkurses können auch alternative Schwimmstile wie Rückenschwimmen oder Kraul, erlernt werden.

Beginn: Samstag von 20:15 Uhr bis 21:15 Uhr  
Dauer: 10 Veranstaltungen  
Kursgebühr: 35€

#### **Babyschwimmen Kursnr.: 8096**

Im Rahmen dieses Kurses besteht auch die Möglichkeit Videos und Bilder zu machen. Pro Video entstehen Kosten in Höhe von 1,50€

Beginn: Dienstag von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr  
Dauer: 10 Veranstaltungen  
Kursgebühr: 31€

#### **Anfängerschwimmkurse für Kinder Kursnr.: 8097**

Der Schwimmkurs richtet sich an Kinder ab 5 Jahren. Weil der Kurs sehr nachgefragt ist, sollte die Anmeldung etwa 1 Jahr im Voraus erfolgen.

Es werden 3 Kurse zu jeweils unterschiedlichen Zeiten angeboten:

- Dienstag und Donnerstag von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr
- Mittwoch und Freitag von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr
- Samstag von 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Dauer: 10 Veranstaltungen  
Kursgebühr: 31€

### **Wassergewöhnungskurse für Kinder Kursnr.: 8098**

Der Wassergewöhnungskurs richtet sich an Kinder, die sehr ängstlich auf Wasser reagieren. Der Kurs findet nur auf Nachfrage statt.

Kursbeginn: Samstag von 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Dauer: 4 - 5 Veranstaltungen

Kursgebühr: 15€

### **Aquajogging Kursnr.: 8099**

Beginn: Mittwoch von 19:00 bis 19:45 Uhr

Dauer: 7 Veranstaltungen

Kursgebühr: 17,50€

Dozentin: Kathrin Welter

Anmeldung verbindlich bei Kathrin Welter 06509- 9102901