

# Allgemeine Nutzungshinweise

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn mit dem Anmeldeformular aus der Heftmitte (bitte heraustrennen) **schriftlich** an bei der **VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde**.

Weitere Formulare finden Sie im Internet unter [www.felde.de](http://www.felde.de), oder bei der VHS. Die Programmhefte werden zudem wieder an mehreren Stellen ausgelegt.

Bitte beachten Sie: **Wir versenden keine Anmeldebestätigungen!**

Ihre Anmeldung berechtigt automatisch zur Teilnahme. Wir informieren Sie nur in dem Fall, wenn eine Teilnahme nicht möglich sein sollte, da ein Kurs bereits voll belegt ist oder ausfällt. Geben Sie deshalb bei der Anmeldung bitte unbedingt eine Telefonnummer oder Email-Adresse an, unter der wir Sie erreichen können.

## Abmeldung

Falls Sie von einer Anmeldung vor Beginn eines Kurses zurücktreten wollen oder müssen, bitten wir spätestens eine Woche vor Kursbeginn um Nachricht an die VHS-Leitung. Bei nicht fristgerechter Abmeldung oder Abwesenheit ohne Abmeldung wird die volle Kursgebühr erhoben.

## Durchführung der Kurse

Die Zahl der Anmeldungen entscheidet darüber, ob ein Kurs durchgeführt wird. In der Regel findet er ab 8 Teilnehmenden statt.

Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen über die Teilnahme. Daher bitte unbedingt rechtzeitig anmelden!

Das Herbst/Wintersemester endet am 31.01.21.

An Feiertagen und während der Schulferien (Herbstferien 05.-17.10.20,

Weihnachtsferien 21.12.20 - 06.01.21) ist die VHS geschlossen.

Bitte beachten Sie jedoch ggf. Ausnahmen.

## Gebühren

Zahlen Sie Ihre VHS-Kursgebühren bequem per Lastschrift. Füllen Sie hierzu bitte das SEPA-Mandatsformular im Anmeldeformular aus. Denken Sie daran, im Formular neben den Daten für den Kontoinhaber auch den Namen des Kursteilnehmers mit anzugeben. Andernfalls ist eine Zuordnung der Verbuchung nicht möglich.

Ausgefallene Unterrichtsstunden werden nachgeholt. Bei notwendigem Abbruch eines Kurses seitens der VHS Felde erfolgt eine anteilige Erstattung. Eine Rückzahlung der Gebühren bei vorzeitigem Abbruch durch einen Teilnehmenden ist ausgeschlossen.

Bei Kursen in extra angemieteten Räumen und bei Kursen mit begrenzter bzw. bei geringerer Teilnehmerzahl ist die Kursgebühr entsprechend erhöht.

## Haftung

Bitte achten Sie auf Ihre Bekleidung, Autoschlüssel, Wertgegenstände. Die VHS übernimmt keine Haftung für Eigentumsverluste, Unfälle oder Sachschäden. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

## Bürozeiten:

Sie erreichen uns persönlich Di 10 – 12 und Do 17 – 18 Uhr sowie nach Vereinbarung. Außerhalb der Bürozeiten können Sie auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie zurück. Während der Schulferien ist das Büro nicht besetzt.

Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns!

Sie erreichen uns auch unter [vhs-felde@gmx.de](mailto:vhs-felde@gmx.de) oder 04340-4008010



## 1.1 Falschmeldungen/ Fake-News

Im Internet verbreiten sich Falschmeldungen (Fake-News) besonders schnell und werden oft unreflektiert geteilt und kommuniziert. In vielen Fällen werden Texte, Fotos oder Videos aus ihrem Zusammenhang gerissen oder verändert, um Aufmerksamkeit zu erregen oder gezielt zu manipulieren. Wie können solche „alternativen Fakten“ erkannt werden? Dieser Kurs zeigt einfache Möglichkeiten, um Nachrichten im Internet zu prüfen und Fake-News oder Fake-Accounts zu entlarven.

Fr. 25.09.20  
19.00 Uhr  
Gemeindezentrum  
Felde,  
Raiffeisenstr. 2  
Gebühr: 6,00 € bar  
Dr. Björn Tylkowski

## 1.2 Dem Selbstwert auf der Spur Von Selbstwert-Räubern und Selbstwert-Spendern Interaktiver Vortrag mit Hans Jörg Pütz

Die Teilnehmenden erfahren interessante Hintergründe zur Entstehung und Ausprägung des Selbstwertgefühls von der Kindheit bis zum Erwachsenenalter.

Auf humorvolle und verständliche Weise vermittelt der Dozent Einblicke in psychologische Erkenntnisse und stellt Möglichkeiten vor, das eigene Selbstwertgefühl zu stärken, mentale Bremsklötze zu erkennen und positive Verstärker zu nutzen.

Ein spannender Vortrag, denn ein positives Selbstbild trägt erwiesenermaßen auch zur Lebenszufriedenheit bei.

Fr. 18.09.20  
19.00 Uhr  
Gemeindezentrum  
Felde,  
Raiffeisenstr. 2  
Gebühr: 6,00 € bar  
Hans Jörg Pütz

## 1.3 Selbstwerttraining Zutaten für ein gutes Selbstwertgefühl

Das kennen viele: in bestimmten Situationen haben wir plötzlich ein sehr geringes Selbstwertgefühl, kommen uns klein vor und können gar nicht mehr auf all unsere Stärken zugreifen. Gerade im Beruf verschenken wir auf diese Weise wertvolle Chancen.

In diesem Kurs wollen wir unseren „Selbstwert-Räubern“ auf die Spur kommen und daraus „Selbstwert-Spender“ machen. Außerdem schauen wir uns an, welche Zutaten wir noch nutzen können, um unser Selbstwertgefühl zu stärken.

Dabei sollen Zuversicht, Leichtigkeit und Humor nicht zu kurz kommen.

Di. 20.10.20  
18.30 – 20.00 Uhr  
3 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 21,00 €  
Hans Jörg Pütz



**1.4 Mit dem Fahrrad durch Deutschland  
Karen und Rolf Klein fahren von Felde bis nach  
Füssen im Allgäu.**

Im April 2017 war es soweit. Die Räder waren bepackt, von den Lieben zu Hause hatten wir uns verabschiedet, alles war geregelt.

Wir wollten den Ruhestand mit einer besonderen Reise beginnen und hatten uns für ein halbes Jahr aus dem Alltag ausgeklinkt. Kürzere Radtouren hatten wir schon seit vielen Jahren unternommen, aber was würden wir in dieser langen Zeit alles von Deutschland zu sehen bekommen? Was würden wir erleben? Wie würde es uns ergehen?

Kommt und lasst Euch mitnehmen auf unsere Radtour und vielleicht springt der Abenteuerfunke auch auf Euch über.

Fr. 30.10.20  
19.00 Uhr  
Gemeindezentrum  
Felde,  
Raiffeisenstr. 2  
Gebühr: 6,00 € bar  
Karen Klein

**1.5 Ab in die Dose –  
Jeder kann etwas für Wildbienen tun!  
Vortrag und Workshop**

Wildbienen zählen zu den wichtigsten Bestäubern unserer Nutzpflanzen, doch viele von ihnen sind gefährdet.

Nach einem Einführungsvortrag zu Wildbienen, Gefährdung und Schutz bauen wir gemeinsam eine einfache Nisthilfe für stängelbewohnende Arten zum Mitnehmen.

Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie Ihren Balkon oder Garten insektenfreundlicher gestalten und bepflanzen können.

Die Veranstaltung ist auch für Familien geeignet. Teilnahme ohne Eltern ab 10 Jahren.

Bitte mitbringen: Zwei Bambusstangen mit einem Innendurchmesser zwischen 4 und 9 mm. Kleine Säge, eine leere Konservendose.

Fr. 22.01.21  
15.00 – 18.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 4  
Gebühr: 7,00 €  
Angelika Elak

**Bitte beachten Sie, sich zu allen Veranstaltungen vorher anzumelden, damit wir Vorbereitungen entsprechend der Teilnehmerzahl treffen können. Eine frühzeitige Anmeldung sichert Ihnen zudem die Plätze, wenn es Beschränkungen der Teilnehmerzahl gibt.**



### **1.6 Wildfrüchtespaziergang in Kiel-Hammer Essen Sie bunt, dann bleiben Sie gesund**

Hagebutten, Weißdorn- und Brombeeren darf man gerne roh, Vogelbeeren und Schlehen in kleinen Mengen auch, Holunderbeeren oder gar Pfaffenhütchen aber überhaupt nicht essen. Erfahren Sie alles was Sie zur Ernte und Verarbeitung von Wildfrüchten wissen möchten auf einem herbstlichen Spaziergang zu vitaminreichen Beeren, fetten Nüssen und mineralhaltigen Samen. Zum Abschluss erwarten Sie Kostproben an meinem Wildfrüchte-Marmeladen-Bufferet. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Notizblock, Sammelkörbchen

Sa. 12.09.20  
14.00 – 16.00 Uhr  
Wildgehege Hammer  
Uhlseeweg,  
Waldparkplatz Brücke  
Kuhfurtsau  
24113 Kiel  
Gebühr: 7,00 €  
Kinder ermäßigt  
Gudrun Aschenbach

### **1.7 Wurzelkraft aus Schierensee Back to the Roots – Auf zu den Wurzeln**

Essbare und heilsame Wildpflanzen wachsen den größten Teil des Jahres über. Im Frühling ernten wir Blätter, Blüten und Kräuter, im Sommer Beeren und Früchte. Der Herbst ist die beste Zeit zum Sammeln nahrhafter Wurzeln. Kennenlernen und Bearbeitung geeigneter Wurzelpflanzen für Küche und Hausapotheke sind das Thema dieses herbstlichen Ausflugs. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Notizblock

Sa. 19.09.20  
14.00 – 16.00 Uhr  
Dorfgemeinschafts-  
haus  
Dorfstraße 17  
24241 Schierensee  
Gebühr: 7,00 €  
Kinder ermäßigt  
Gudrun Aschenbach

### **1.8 Herbstspaziergang in der Forstbaumschule Bäume kennen und lieben lernen**

Ob einheimisch oder fremdländisch: Beeindruckend große und prächtige Exemplare vielfältiger Baumarten schmücken den Park. Einige stammen noch aus der Zeit der königlich-dänischen Forstlehranstalt. In der Vegetationsphase der Fruchtreife und der beginnenden Herbstfärbung zeigen die Bäume nicht nur eine ihrer schönsten Seiten, sie lassen sich auch gut bestimmen. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung und Schuhe, ggf. Fernglas.

So. 27.09.20  
14.00 – 16.00 Uhr  
Restaurant  
Forstbaumschule  
Düvelsbeker Weg 46  
24105 Kiel  
Gebühr: 7,00 €  
Kinder ermäßigt  
Gudrun Aschenbach



### **Ab in den Container**

von **Jutta Göllitsch**

#### **Bühnenstück mit der Eiderbühne Flintbek e.V.**

Es ist 21.00 Uhr, eine Stunde vor Geschäftsschluss. Im Hinterhof des Lebensmittelmarktes werden wie jeden Abend Obst, Gemüse und Lebensmittel mit abgelaufenem Haltbarkeitsdatum in einen Container entsorgt. Die Angestellten des Supermarktes wissen nicht, dass der gut gefüllte Container längst ein Treffpunkt Bedürftiger ist, die ein wenig Abwechslung in ihren Speiseplan bringen wollen. Otto von Treyspitz verarmter Adel, und Charly, ein Obdachloser, sind schon alte Hasen im „Container“. Aber auch für Colette, eine Ordensschwester und Streetworkerin und ihre beiden Schützlinge, wird der Container zur Fundgrube. Filialleiter Andreas Mehlbichler hat aber seine eigenen Pläne, was mit den vielen Lebensmitteln geschehen soll. Und so kommt es an diesem Abend zu einem unvorhergesehenen Stelldichein gegensätzlicher Interessen.

Karten zum Preis von 8,-€ sind ab dem 1. Oktober über die Homepage der Eiderbühne ([www.eiderbuehne-flintbek.de](http://www.eiderbuehne-flintbek.de)), telefonisch beim Leiter der Bühne André Weidtkamp (0162-3315118) vorzubestellen oder auch an der Abendkasse erhältlich.

Bitte melden Sie sich in jedem Fall über die VHS oder die Eiderbühne vorab zu der Veranstaltung an.

Fr. 13.11.2020

20.00 Uhr

Einlass: ab 19.00 Uhr

Gebühr: 8,00 bar

Ort: Bürgerhaus

Melsdorf

Karkkamp 4

### **Liebeskummer lohnt nicht...**

Kleines Herbstkonzert mit Alice Fiur (Gesang), Anna Wagner (Klavier) und Magnolia Patrizia & Sascha (Gesang & Gitarre)

Ein beschwingter, musikalischer Sonntagnachmittag mit Popballaden und Klavierkabarett (für Frauen - und Männer mit starken Nerven)

Der Eintritt ist frei, um eine Hutsperende wird gebeten. Bitte melden Sie sich in jedem Fall über die VHS oder [info@alice-fiur.de](mailto:info@alice-fiur.de) vorab zu der Veranstaltung an.

So. 08.11.2020

16.00 Uhr

Gebühr: gebührenfrei,  
gegen Hutsperende

Ort: Bürgerhaus

Melsdorf

Karkkamp 4

Alice Fiur



## Musik/ Instrumentalunterricht

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters  
für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Musikunterricht findet das ganze Jahr durchgehend statt, außer in den Schulferien. Sie melden sich zunächst für 10x Unterricht an. Wenn dann gleich oder später eine Unterrichtszeit frei sein oder frei werden sollte, stimmen Sie einen genauen Anfangstermin mit der Kursleitung ab. Im Anschluss an einen Kurs (10 Termine) kann er jeweils verlängert werden. Die Preise richten sich nach der Dauer pro Unterrichtstag (30, 45 oder 60 Minuten) und der Teilnehmerzahl. Bitte geben Sie Ihre Zeitwünsche und bei Anmeldung zum Gruppenunterricht auch eventuelle Wunschpartner bei der Anmeldung mit an. Die genaue Zeiteinteilung erfolgt dann durch die Kursleitung. Musikalische Vorkenntnisse sind für keines der Instrumente nötig. Alle Instrumentalkurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Für weitere Informationen, bei Fragen oder wenn Sie kein Instrument besitzen, wenden Sie sich gern an uns oder die Kursleitungen.

Gebühren für Instrumentalunterricht (in €):

	30 Minuten	45 Minuten	60 Minuten
TN	10x	10x	10x
1	130	190	250
2	67	98	130
3	47	67	87
4	36	52	67
5	---	43	55
6	---	36	47

### 2.1 Klavier

**(Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche und Erwachsene)**

Einzel- oder Paarunterricht (max.2 TN), mit oder ohne Noten/Vorkenntnisse

Alle können das Instrument erlernen, Erfahrungen sammeln und Grundkenntnisse erwerben. Menschen mit Vorerfahrungen können diese auffrischen, ggf. einen neuen Zugang zum Instrument sowie neue Spielmöglichkeiten mit und ohne Noten entdecken. Der Unterricht geht vom Können und Interesse der Teilnehmer aus (z.B. Liedbegleitung, Blues, Jazz, Rock, Pop oder Klassik).

Termin und Beginn nach Rücksprache  
Mo.18.00 – 19.30 Uhr  
Di.16.00 – 17.30 Uhr  
Weitere Zeiten mögl.  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
oder Brux  
Gebühr: s. Tabelle  
Stephan Scheja



### 2.2 Gitarre

#### (Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche und Erwachsene)

Einzel- oder Kleingruppenunterricht (max. 6 TN)

Alle können das Instrument erlernen sowie erste Fähigkeiten in Melodiespiel und Liedbegleitung erwerben. Notenkenntnisse nicht nötig.

Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse auffrischen und weitere Spielmöglichkeiten mit und ohne Noten entdecken. Interessen und Liedwünsche werden berücksichtigt.

Bitte wenden Sie sich zur genauen Terminabstimmung an den Dozenten.

Termin und Beginn nach Rücksprache  
Mo. 18.00 – 19.30 Uhr  
Di. 16.00 – 17.30 Uhr  
Weitere Zeiten mögl.  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
oder Brux  
Gebühr: s. Tabelle  
Stephan Scheja

### 2.3 Gitarre

#### (Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche)

Einzel- und Gruppenunterricht für Einsteiger und Fortgeschrittene (max. 6TN)

Lust, die eigenen Lieblingslieder zu begleiten? Den Rhythmus zu fühlen, die richtige Anschlagtechnik zu erlernen und vielleicht sogar eigene Songs zu schreiben und deinen Gesang zu verbessern? Dann bist du bei mir genau richtig. Ich zeige dir, wie du in kurzer Zeit deine Kreativität, deine Emotionen mit deinem Instrument zum Ausdruck bringen kannst. Ich freue mich auf Dich!

Termin und Beginn nach Rücksprache  
Mi. und Fr.  
16.00 – 19.00  
Weitere Zeiten mögl.  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Gebühr: s. Tabelle  
Katja George

### 2.4 Ukulele

#### (Kinder, Jugendliche, Erwachsene)

Ukulele spielen ist ein Lebensgefühl. Dieses positiv gestimmte Instrument zu erlernen macht wirklich Spaß! Bring deine Lieblingslieder mit und ich zeige dir die richtige Anschlagtechnik, Akkorde und den lockeren, leichten Rhythmus von Hawaii.

Termin und Beginn nach Rücksprache  
Mi. und Fr.  
16.00 – 19.00  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Gebühr: s. Tabelle  
Katja George

### 2.5 Kinderliederbegleitung mit Gitarre Einsteigerworkshop

#### (Erwachsene, Erzieher, Pädagogen, Eltern)

Möchten Sie Ihren Unterricht durch Musik bereichern? Den Morgenkreis, die Nachmittagsgruppe, oder zu Hause ihr Kind mit Gitarre oder der Ukulele begleiten? Dann besuchen Sie meinen Workshop. Ich zeige Ihnen an einem Wochenende drei leichte Akkorde, mit denen Sie nahezu alle Kinderlieder begleiten können.

Sa. 26.09.20 und  
So. 27.09.20  
11.00 – 14.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 28,00 €  
Katja George



### 2.6 Kinderliederbegleitung mit Gitarre

#### Aufbauworkshop

(Erwachsene, Erzieher, Pädagogen, Eltern)

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmenden aus dem Einstiegskurs. Hier werden nochmal 2 zusätzliche Akkorde erlernt, Fragen aus dem ersten Kurs geklärt, das angewandte Wissen wiederholt und vertieft.

Sa. 24.10.20 und  
So. 25.10.20  
11.00 – 14.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 28,00 €  
Katja George

### 2.7 Musikwichtel

#### für Kinder von 1 - 3 Jahren

Auf spielerische Weise machen die Kinder nach den Ideen der musikalisch-rhythmischen Früherziehung erste musikalische Erfahrungen. In entspannter Atmosphäre probieren wir gemeinsam mit den Eltern verschiedene Instrumente und Materialien aus, singen gemeinsam Kinderlieder, bewegen uns zur Musik. Meine Gitarre und Ukulele kommen beim gemeinsamen Singen und Tanzen zum Einsatz.

Do. 24.09.20  
16.00 -17.00  
8 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 37,00 €  
Katja George

## Kunst und kreatives Gestalten

### 2.8 Kunstwerkstatt am Vormittag

#### Zeichnen und Malen im Atelier am Westensee

(max. 8 Teilnehmer; der Kurs ist zur Zeit voll belegt. Bei Interesse an einem Platz auf der Warteliste setzen Sie sich bitte mit dem Kursleiter in Verbindung.)  
Verschiedene Stilrichtungen und Techniken,  
Kursbeschreibung s. u.

Di. 08.09.20  
10.00 – 12.30 Uhr  
12 x  
Atelier am Westensee  
Wiesenweg 22, Felde  
Gebühr: 120,00 €  
Kay Prinz

### 2.9 Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch

Für Einsteiger und Fortgeschrittene bietet dieser Kurs die Möglichkeit, verschiedene Zeichen- und Maltechniken (außer Ölmalerei) zu erlernen oder zu erweitern. Alle Stilrichtungen, alle Mischtechniken sind möglich. In jeder Wasser vermalbaren Technik (z.B. Acryl, Gouache, Dispersion, etc.) kann gearbeitet werden.

Materialempfehlungen:

[www.kay-prinz.de/Kurse/Materialliste](http://www.kay-prinz.de/Kurse/Materialliste)

Mi. 09.09.20  
19.00 – 21.00 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 4  
Gebühr: 72,00 €  
Kay Prinz



## 2.10 Brushlettering

Im Kurs werden grundlegende Prinzipien des Brushpenmarkers erarbeitet, Grundformen einer verbundenen Schrift geübt und das Verständnis der Technik vertieft, sodass davon ausgehend eigene Schriftzüge gestaltet werden können. Der Brushpenmarker hat eine flexible Spitze. Durch Druckvariation entstehen unterschiedlich breite Striche, die charakteristisch für diese Form des Letterings sind.

Material wird gestellt.

Sa. 07.11.20  
11.00 – 15.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 14,00 €  
zzgl. Material: 5,00 €  
Merle Michaelis

## 2.11 Cartoonzeichnen lernen

### für Kinder ab 10 Jahren und für Erwachsene!

Gezeichnete Bilder sprechen eine eigene Sprache. Der Kieler Illustrator und Comiczeichner „Thoddy“ zeigt, wie man seine eigene Comicfigur erschafft und verrät einige Tricks, wie man seine Figur zum „Leben“ erweckt. Hierbei kommt es am Ende nicht so sehr auf Perfektion an, sondern es geht in erster Linie um den Spaß am Zeichnen. Und wie einem das Zeichnen im Alltag helfen kann, erfährt man auch noch nebenbei. Es können max. 12 Personen ab 10 Jahren teilnehmen.

Wer bereits Erfahrungen mit Comiczeichnen gemacht hat, darf seine Werke gerne mitbringen.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistift, Radiergummi,  
1 Fineliner schwarz (ca. 0,5 bis 0,8 mm)

Sa. 16.01.21  
11.00 – 15.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum: 2  
Gebühr: 14,00 €  
Thorsten Hardel

## 0.1 Die Stoffwerkstatt am Samstag

...für Alle, die Lust haben, mal wieder kreativ zu werden! (auch für absolute Anfänger und für Kids ab 8) Jeder kann gern ein kleines oder auch größeres Projekt von zu Hause mitbringen und mit Spaß am Ausprobieren und am gemeinsamen Inspirieren fertigstellen. Wir werden unseren Ideen freien Raum lassen und feststellen wie unkompliziert und schnell individuelle Werke entstehen können.

Ich freu' mich auf euch!

Bitte mitbringen: einsatzbereite Nähmaschine (falls vorhanden), Verlängerung, Schere, Stecknadeln, Stoffreste (gerne viele verschiedene), Knöpfe, Borten, Bänder usw.

Sa. 29.08.20  
10.00 – 13.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 4  
Gebühr: 11,00 €  
ggf. zzgl. Material  
Katja Jeschke

Weitere Termine für Erwachsene, Jugendliche und Kinder finden Sie unter [junge vhs](#)



### Entspannung, Tai Chi, Yoga

#### 3.1 Eine Ruheinsel im Alltag –

Innehalten und zur Ruhe kommen mit praktischen Entspannungsübungen.

Dieser Kurs holt Sie aus dem Alltag, direkt auf Ihre Ruheinsel. Mit dem Erlernen und Einüben von einfachen Methoden, wie der Progressiven Muskelentspannung, dem Autogenen Training, Meditation, Achtsamkeitsübungen und Phantasiereisen werden Sie Ruhe, Entspannung und Energie für Ihren Alltag finden.

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die in Ruhe und mit Entspannung an einer Verbesserung ihrer Lebensqualität arbeiten wollen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decken, Kissen, etwas zum Trinken und einen Pausensnack.

Sa. 14.11.20

13.00 – 17.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 18,00 €

Tanja Langer

### Großer Bücherflohmarkt

**Samstag, den 17. Oktober und Sonntag, den 18. Oktober 2020  
von 11.00 bis 17.00 Uhr  
in der VHS Felde, Dorfstraße 93**

In den zurückliegenden Monaten hat uns „Corona“ viel freie Zeit beschert, die häufig zum Aufräumen genutzt worden ist. Viele, viele... neue Bücherkisten stehen bereit und warten auf Leseratten.

Heute kann ich noch nicht sagen, ob wir es wagen werden, den Flohmarkt wie gewohnt stattfinden zu lassen. Wir alle wissen nicht, wie sich die Infektionslage nach den großen Ferien entwickeln wird, wenn alle Urlauber wieder zuhause sein werden. Und der Bücherflohmarkt soll ja auch so schön wie jedes Jahr sein.

Also bitte ich Euch, die Tagespresse aufmerksam zu verfolgen oder mich rechtzeitig anzurufen (04340/1542).

Ich werde mir die Entscheidung nicht leicht machen, aber auch nicht leichtsinnig sein.

Karen Klein, Felde, Wippen 7



### 3.2 Schnupperkurs Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist ein altes chinesisches Bewegungssystem, dessen Geschichte sich bis in die Tang Dynastie ( 618 - 907 n. Chr. ) zurückverfolgen lässt. Die bekannteste Übung des Tai Chi Chuan ist die "Form", ein längerer Bewegungsablauf, der langsam, entspannt und fließend ausgeführt wird.

Tai Chi Chuan ist heute eine ganzheitliche Gesundheits- und Entspannungsübung, die hilft, Stress abzubauen. Die langsamen und fließenden Bewegungen stärken den Körper und helfen, unsere Mitte wiederzufinden.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken oder Sportschuhe mit dünner Sohle

Mo. 07.09.20  
18.30 – 20.00 Uhr  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 5  
Gebühr: 5,00 €  
Karlo Vollbrecht

### 3.3 Tai Chi Chuan für Anfänger, Wiederholer und Wiedereinsteiger

Tai Chi Chuan ist eine Methode, „mit leerer Faust gemäß Yin & Yang zu agieren“, ist im Ausdruck zentriert, aufrecht, leicht, sanft und fließend. Die Gelenke, wie „Perlen an einer Schnur“ verbunden, erlauben Bewegung ohne Anstrengung, getragen von der Körpermitte und belebt durch den Atem.

Die traditionellen Formen des Tai Chi Chuan machen diese Bewegungskunst in seiner ganzen Tiefe erfahrbar.

Die langsamen und fließenden Bewegungen stärken den Körper und helfen, unsere Mitte wiederzufinden.

Tai Chi Chuan ist heute eine ganzheitliche Gesundheits- und Entspannungsübung, die hilft, Stress abzubauen.

Die Gebühr für diesen Kurs kann über die Krankenkasse erstattet werden.

Bitte mitbringen: Hallenschuhe (dicke Socken), lockere, bequeme Kleidung

Mo. 14.09.20  
19.15 – 20.45 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 5  
Gebühr: 58,00 €  
Karlo Vollbrecht

## Yoga

Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir verschiedene Yogastile bei verschiedenen Lehrkräften an:

Es gibt einen sprachlich begleiteten sehr ruhigen, meditativen Stil (Yoga I und Yoga II). Hatha-Yoga ist ein eher gymnastisches, sportlicher ausgerichtetes Yoga, zu dem jedoch auch immer Atemübungen und meditative Entspannungsphasen gehören



### 3.4 Yoga I

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Atem- und Körperbewegungen erfolgen langsam und aufmerksam unter ständiger Selbstbeobachtung. Eine Aktivierung der Spannkraft aus der inneren Tiefe bei gleichmäßiger, vollständiger Atmung bewirkt das Empfinden von Entspannung, Gelassenheit und Lebensfreude. In gespürter Ruhe lösen sich Selbstentfremdung, Verkrampfungen, Fehlhaltungen und eine unnötige geistige Aktivität auf zugunsten einer gesunden, ganzheitlichen Lebensweise. Den Yoga in diesem Kurs zu erlernen fördert Ausgeglichenheit, eine Stabilität, die Belastbarkeit und Konzentration am Arbeitsplatz. Um Impulse sich setzen zu lassen und Empfindungen nachzuspüren, stehen jeweils zwei Stunden zur Verfügung. Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, dicke Socken, Wolldecken bzw. (Yoga-)Matte und Wolldecke. Im Falle einer Schwangerschaft setzen Sie sich bitte vor der Anmeldung mit der Kursleiterin in Verbindung!

Do. 17.09.20  
17.30 – 19.30 Uhr  
11 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 69,00 €  
Sibylle Jasper-  
Tönnies

### 3.5 Yoga II

Text s.o.

Für Teilnehmer/innen mit Yogaerfahrung oder Anfänger/innen

Do. 17.09.20  
19.45 – 22.00 Uhr  
11 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 69,00 €  
Sibylle Jasper-  
Tönnies

### Hatha-Yoga

Für Anfänger/innen, Neueinsteiger/innen und Fortgeschrittene

Es werden Yogastellungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayamas) und Meditations- sowie Entspannungstechniken vermittelt, die Körper, Geist und Seele harmonisieren. Schwerpunkt ist die Kräftigung der gesamten Muskulatur, die Erhaltung der Beweglichkeit des Körpers sowie die Regeneration des Energiehaushaltes. Auch die Körperwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit wird geschult, was zusammen mit gezielter Entspannung zu gesteigertem Wohlbefinden führen kann.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, Socken, Yogamatte o. a. Unterlage, Decke, Yogakissen (soweit vorhanden)



### 3.6 Hatha-Yoga am Vormittag

Für einen erfrischenden Start in den Tag und in die Woche!

Kursbeschreibungen siehe oben

Mo. 31.08.20

10.45 – 12.15 Uhr

16 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 77,00 €

Eva Holtey-Weber

### 3.7 Hatha-Yoga

Kursbeschreibungen siehe oben

für Teilnehmer, die bereits Yogaerfahrung gesammelt haben

Mi. 09.09.20

19.15 – 20.45 Uhr

16 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 77,00 €

Birgit Jung

### 3.8 Hatha-Yoga

Hatha Yoga ist der körperorientierte Teil des Yoga.

„Ha“ bedeutet „Sonne“ und „Tha“ bedeutet „Mond“.

Hatha Yoga dient also der Harmonisierung beider Grundenergien in unserem System, der aktivierenden, wärmenden und der aufbauenden, kühlenden Energie.

Durch fließende Bewegungen im Rhythmus der Atmung wird der gesamte Körper durchbewegt und das Herzkreislaufsystem angeregt. Gehaltene

Körperübungen dienen der Kräftigung und der Konzentration, sowie der Gleichgewichtsschulung.

Jeder einzelnen Übung folgt eine Ausgleichsübung um Körper und Geist wieder in Harmonie zu bringen.

Außerdem kommen wir zur Ruhe durch Dehnungs- und Entspannungsübungen. Durch Atem- und

Meditationsübungen versuchen wir unsere Gedanken zu beruhigen, unseren Geist zu entspannen und innere Ruhe zu erfahren.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, Wollsocken, Yogamatte und Decke, Trinkflasche

Di. 01.09.20

18.00 – 19.30 Uhr

12 x

VHS, Dorfstr. 93

Raum 3

Gebühr: 58,00 €

Lisanne Strehlau



## Yoga mit Meune

Die Teilnehmer/innen lernen in diesem Kurs ein wunderbar ganzheitliches Yogasystem kennen, welches sich für alle Lebensphasen und Altersgruppen eignet. Die Übungen lassen sich gut in den Alltag und das Berufsleben integrieren.

Die Teilnehmer/innen können direkt die positiven Auswirkungen der Übungen erfahren, die sowohl die Leistungsfähigkeit steigern können, als auch grundsätzlich für mehr Energie sorgen.

Der Kurs vermittelt bewusst ausgeführte Bewegungsübungen, Gelenk-Drüsen- und Balanceübungen sowie gehaltene Stellungen (Asanas). Diese sorgen für mehr Beweglichkeit für mehr Standhaftigkeit und Selbstsicherheit. Verspannungen können wahrgenommen und bewusst und aktiv gelöst werden. Umkehrhaltungen sorgen für einen klaren Kopf und schärfen die Sinne. Bewusst ausgeführte Kräftigungsübungen sorgen für einen optimalen Muskelaufbau. Achtsamkeits- Konzentrations- und Meditationsübungen sorgen für innere Ruhe und Gelassenheit.

Verschiedene Atemtechniken helfen nicht nur direkt bei den Übungen, sie befähigen uns auch darin, die Energien dahin zu leiten wo sie benötigt werden. Das erleichtert das Ankommen, das Sein im Hier und Jetzt. Die Übungen entwickeln eine optimale innere wie äußere Haltung und können die Lebensqualität steigern.

Sie geben einen optimalen Energieschub sowie genügend innere Ruhe um den Alltag und das Berufsleben zu meistern.

Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Übungssystem sind.

Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich.

### 3.9 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Mo. 07.09.20

17.15 – 18.45 Uhr

14 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 68,00 €

Meune Lehmann

### 3.10 Yoga mit Meune

Der Kurs ist derzeit voll belegt.

Mo. 07.09.20

19.00 – 20.30 Uhr

14 x

Bürgerhaus

Westensee, Schulweg

Gebühr: 68,00 €

Meune Lehmann



## Klassisches Pilates

Pilates ist ein speziell aufgebautes Trainingsprogramm nach den 18 klassischen Grundübungen von Joseph Pilates (Fortgeschrittene 26 Übungen). In den Übungen findet besonders das muskuläre Gleichgewicht eine tragende Rolle, um Dysbalancen zu beheben. Innerhalb der Übungen wird immer auf das Gleichgewicht von Kräftigung und Dehnung geachtet und auch die Atmung fließt mit ein. Dieses Training führt zu Kraft, Koordination und Flexibilität im Alltag und zur Verbesserung der physischen Ressourcen wie Körperbewußtsein, Konzentration und Entspannungsfähigkeit. Pilates kann von jeder Altersgruppe ausgeführt werden. Kurse im Jahr fortlaufend, ggf. können sich feste Gruppen entwickeln.

Alle Kurse auch für Männer!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, 1 kl. Handtuch, Gymnastikmatte o. ä.

### 3.11 Pilates - Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei aufeinanderfolgenden Kursen

Mo. 07.09.20  
18.00 – 19.00 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 35,00 €  
Helga Rosemann

### 3.12 Pilates - Ü 65

Dieser Pilateskurs richtet sich speziell an Personen ab 65 Jahren.

Individuelle gesundheitliche Probleme oder Einschränkungen werden besonders berücksichtigt und sind daher kein Problem bei der Kursteilnahme. Maximal 10 Teilnehmer, Plätze auf Anfrage

Mi. 09.09.20  
09.35 – 10.35 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 35,00 €  
Helga Rosemann

## Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2020

**Bitte das Seitenblatt aus dem Programmheft herauslösen  
oder von der Internetseite [www.felde.de](http://www.felde.de) / VHS / Kursanmeldung herunterladen  
ausdrucken, ausfüllen und senden an: VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde**

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
1.1	Falschmeldungen/ Fake-News	6,00 €	
1.2	Dem Selbstwert auf der Spur	6,00 €	
1.3	Selbstwerttraining	21,00 €	
1.4	Mit dem Fahrrad durch Deutschland	6,00 €	
1.5	Ab in die Dose - Workshop Wildbienen	7,00 €	
1.6	Wildfrüchtespaziergang in Kiel-Hammer	7,00 €	
1.7	Wurzelkraft aus Schierensee	7,00 €	
1.8	Herbstspaziergang in der Forstbaumschule	7,00 €	
2.1	Klavier	s. Tabelle	
2.2	Gitarre	s. Tabelle	
2.3	Gitarre	s. Tabelle	
2.4	Ukulele	s. Tabelle	
2.5	Kinderliederbegleitung mit Gitarre - Einsteiger	28,00 €	
2.6	Kinderliederbegleitung mit Gitarre - Aufbau	28,00 €	
2.7	Musikwichtel	37,00 €	
2.8	Kunstwerkstatt am Vormittag	120,00 €	
2.9	Malen macht Freude - Kunstwerkstatt am Mittwoch	72,00 €	
2.10	Brushlettering	14,00 €	
2.11	Cartoonzeichnen lernen	14,00 €	
3.1	Eine Ruheinsel im Alltag	18,00 €	
3.2	Schnupperkurs Tai Chi Chuan	5,00 €	
3.3	Tai Chi Chuan	58,00 €	
3.4	Yoga I	69,00 €	
3.5	Yoga II	69,00 €	
3.6	Hatha-Yoga am Vormittag	77,00 €	
3.7	Hatha-Yoga	77,00 €	
3.8	Hatha-Yoga	58,00 €	
3.9	Hatha-Yoga mit Meune	68,00 €	
3.10	Hatha-Yoga mit Meune	68,00 €	
3.11	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.12	Pilates - Ü 65	35,00 €	

**Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2020**  
**Bitte das Seitenblatt aus dem Programmheft herauslösen**  
**oder von der Internetseite [www.felde.de](http://www.felde.de) / VHS / Kursanmeldung herunterladen**  
**ausdrucken, ausfüllen und senden an: VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde**

**Es können mehrere Kurse ausgewählt werden!**

**Die verbindliche Anmeldung der angekreuzten Kurse gilt für folgende Person  
(nur eine Person pro Formular):**

(die mit \* gekennzeichneten Felder benötigen wir für Ihre Kursanmeldung, die weiteren Angaben sind freiwillig)

**Name\*:** \_\_\_\_\_ **Vorname\*:** \_\_\_\_\_

**Straße/ Hausnr.\*:** \_\_\_\_\_

**PLZ/ Ort\*:** \_\_\_\_\_

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und eventuelle Änderungen zu den gebuchten Kursen mitteilen zu können, sowie für eventuelle Rückfragen, teilen Sie uns bitte eine Telefonnummer und Mailadresse mit:

**Vorwahl/ Tel. Nr.:** \_\_\_\_\_

**Handynr.:** \_\_\_\_\_

**E-Mail Adresse:** \_\_\_\_\_

**Datenschutzrechtlicher Hinweis:**

Die zur Kursabwicklung nötigen personenbezogenen Daten werden elektronisch gespeichert.  
Bitte beachten Sie die datenschutzrechtlichen Hinweise.

Mit der Übermittlung von Newslettern und anderen Informationen der VHS Felde an meine Email-Adresse, erkläre ich mich einverstanden. Diese Einwilligung kann jederzeit textlich gegenüber der VHS Felde widerrufen werden\*.

**Unterschrift Kursteilnehmer/-in  
bzw. Erziehungsberechtigte/** \_\_\_\_\_

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 1 Woche vor Kursbeginn schriftlich zu erklären.

**Zahlen Sie Ihre VHS Kursgebühren bequem per Lastschrift.**

Seit dem 1. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard. Bitte erteilen Sie uns hierzu das sogenannte SEPA-Lastschriftmandat, eine vom Kontoinhaber unterschriebene Ermächtigung zum Einzug der Kursgebühren im SEPA-Lastschriftverfahren. Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns - bis auf Widerruf - Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen. Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse, die nicht bar bezahlt werden (Umlagen für Verbrauchsmittel u.ä. werden meist im Kurs bar bezahlt!).  
Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat.

<input type="checkbox"/> <b>SEPA Mandat liegt bereits vor</b> Bitte nur ankreuzen, wenn ein Mandat schon erteilt wurde.
--



**Anmeldeformular VHS Felde Herbst 2020**  
**Kurslisten zum Ankreuzen für die verbindliche Anmeldung**  
**Bitte Kurse durch Ankreuzen buchen!**

Nr.	Kurstitel	Kursgebühr	Anmeldung
3.13	Pilates - Anfänger	35,00 €	
3.14	Pilates - Fortgeschrittene	35,00 €	
3.15	Rückenschule	28,00 €	
3.16	Gymnastik am Vormittag	28,00 €	
3.17	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.18	Gymnastik am Vormittag	27,00 €	
3.19	Rückenfit	42,00 €	
3.41	Indische Küche	9,00 €	
3.42	Tapas, Fingerfood und Antipasti	9,00 €	
3.43	Vegetarisches mit André	9,00 €	
4.1	Englisch A2	53,00 €	
4.2	Französisch A2	41,00 €	
4.3	Französisch mit Vorkenntnissen ab B1	41,00 €	
4.4	Französisch für Fortgeschrittene	53,00 €	
4.5	Spanisch für Anfänger	53,00 €	
4.6	Spanisch für Anfänger 3. Semester	58,00 €	
4.7	Spanisch für Fortgeschrittene A2	58,00 €	
4.8	Spanisch für Fortgeschrittene B1	53,00 €	
4.9	Dänisch A2.1	49,00 €	
4.10	Dänisch Neueinsteiger	49,00 €	
4.11	Schwedisch für Anfänger	16,00 €	
4.12	Schwedisch für Fortgeschrittene	24,00 €	
5.1	Grundlagen am PC für Anfänger	39,00 €	
5.2	Grundlagen am PC für Fortgeschrittene	39,00 €	
0.1	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
0.2	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
0.3	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
0.4	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
0.5	Die Stoffwerkstatt am Samstag	11,00 €	
0.6	Dance up	48,00 €	
0.7	Dance up	48,00 €	



### 3.13 Pilates – Anfänger

Kursbeschreibung siehe oben

Mi. 09.09.20  
17.00 – 18.00 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 35,00 €  
Helga Rosemann

### 3.14 Pilates – Fortgeschrittene

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens drei aufeinanderfolgenden Kursen  
Kurs derzeit voll belegt.

Mi. 09.09.20  
18.00 – 19.00 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 35,00 €  
Helga Rosemann

### 3.15 Rückenschule

#### am Abend - Ganzheitliche Rückenschule

Wirbelsäulenschulung in Theorie und Praxis,  
Dehnungs- und Lockerungsübungen,  
Entspannungstechniken für Erholung und ein  
positives Körpergefühl.  
Fortlaufender Kurs,  
Abendkurs derzeit voll belegt  
Warteliste nach Rücksprache

Di. 01.09.20  
20.00 – 21.00 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 3  
Gebühr: 28,00 €  
Inke Reinecker

### 3.16 Gymnastik am Vormittag

Fit am Vormittag  
Funktionsgymnastik, Rückenschule,  
Fitness- und Mobilisationstraining  
sowie jede Menge Spaß

Mi. 23.09.20  
09.00 – 10.00 Uhr  
10 x  
Sporthalle Westensee  
Gebühr: 28,00 €  
Inke Reinecker



### 3.17 Gymnastik am Vormittag

Leichte Kräftigungs- und Dehnübungen, Mobilisation der Wirbelsäule, Grundlagen der Rückenschule und Entspannungsübungen mit viel Spaß und Musik bestimmen unsere Gymnastikstunden.  
Neueinstieg ist jederzeit möglich.  
Bitte mitbringen: Bequeme Sportbekleidung und eine Matte o.ä.

Mi. 09.09.20  
08.30 – 09.30 Uhr  
10 x  
Gemeindezentrum  
Raiffeisenstr. 2  
Gebühr: 27,00 €  
Elli Tietz

### 3.18 Gymnastik am Vormittag

weitere Gruppe, Text siehe oben  
Die Teilnahme an diesem Kurs ist bei Bedarf auch im Sitzen möglich!

Mi. 09.09.20  
09.40 – 10.40 Uhr  
10 x  
Gemeindezentrum  
Raiffeisenstr. 2  
Gebühr: 27,00 €  
Elli Tietz

### 3.19 Rückenfit

Ein Kurs zur Kräftigung der Rückenmuskulatur und Erhaltung der Rückengesundheit sowie -beweglichkeit.  
Wir erlernen eine aufrechte Körperhaltung, eine gesunde Ausrichtung der Gelenke und eine innere Aufspannung durch die Aktivierung des Beckenbodens.  
Durch verschiedene Übungen für die Muskulatur von Rücken, Bauch und Beckenboden erlernen wir eine neue Stabilität aus der inneren Mitte des Körpers heraus und können dadurch Rückenproblemen vorbeugen.  
Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Trinken, eventuell Decke

Di. 01.09.20  
19.45 – 20.45 Uhr  
12 x  
VHS , Dorfstr. 93  
Raum  
Gebühr: 42,00 €  
Lisanne Strehlau

### Bitte beachten Sie:

Im Zusammenhang mit dem Corona-Virus könnten Vorgaben zum Tragen kommen, die z.B. Abstände oder Gruppengrößen betreffen. In diesem Fall müssen ggf. die Gruppen verkleinert und Gebühren angepasst werden.  
Bitte melden Sie sich möglichst früh an, um sich die Kursplätze zu sichern, da bei der Vergabe der Plätze das Anmeldedatum ausschlaggebend ist.



**Bitte geben Sie bei der Anmeldung zu den Kochkursen an, ob Sie Unverträglichkeiten oder Allergien haben oder ob Sie Vegetarier sind, so kann dies bei der Rezeptauswahl berücksichtigt werden.  
Bitte denken Sie an den Kochabenden an die Lebensmittelumlage.**

### 3.41 Indische Küche

Eigentlich verbietet es sich von „der Indischen Küche“ zu sprechen! Mehr als 1 Milliarde Menschen und so viele unterschiedliche klimatische Regionen bringen unterschiedlichste kulinarische Folgen mit sich. So haben wir die sehr scharfen und würzigen Speisen des Südens im Gegensatz zu den mildereren des Nordens – Reisgerichte und Curries; aber auch Kartoffeln – vegetarisch, vegan, mit Fleisch; aber immer mit einem Feuerwerk an Gewürzen.

Völlige Neubearbeitung des Kursabends!

Der Abend ist nicht vegetarisch ausgelegt!

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 22.09.20

18.30 – 21.30 Uhr

Küche

Grundschule Felde

Gebühr: 9,00 €

zzgl. 12,00 €

Kochgeld/Kopien

André Weidtkamp

### 3.42 Tapas, Fingerfood und Antipasti

Schon beim Gedanken an die kleinen Leckereien läuft mir das Wasser im Mund zusammen. Spanische Tapas wie wir sie vom letzten Sommerurlaub kennen – Italienische Antipasti wie beim letzten romantischen Essen beim Italiener um die Ecke und kleine Häppchen für die Finger aus aller Welt...

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 24.11.20

18.30 – 21.30 Uhr

Küche

Grundschule Felde

Gebühr: 9,00 €

zzgl. 10,00 €

Kochgeld/Kopien

André Weidtkamp

### 3.43 Vegetarisches mit André

Warum denn nicht mal vegetarisch? Leckeres und Herzhaftes, Süßes und Exotisches, Warmes und Kaltes einmal ganz ohne Fleisch und Fisch. Denkt man nicht, kann ich aber auch...

Bitte mitbringen: scharfes Messer, Getränk, Trockentuch und Restebehälter

Di. 26.01.21

18.30 – 21.30 Uhr

Küche

Grundschule Felde

Gebühr: 9,00 €

zzgl. 12,00 €

Kochgeld/Kopien

André Weidtkamp



Zur leichteren Einordnung der Kurse gibt es Niveauangaben (von A1: Anfänger bis C2: etwa muttersprachlich). Wenden Sie sich gern an uns oder die Kursleitungen, wenn Sie überlegen, welcher Kurs der Richtige für Sie ist.

## 4.1 Englisch (A2)

Sie lernen auf dem A2-Niveau mit dem Lehrbuch Great! A2 (Klett-Verlag).

Die neuen Themen sind gifts & souvenirs, lost and found, eat and enjoy! and weather. Bitte schauen Sie sich das Buch im Handel an und prüfen Sie, ob Sie auf diesem Niveau mitarbeiten möchten und notfalls auch die im Kurs schon behandelten Lektionen nachholen, weil ja z.B. deren Vokabeln im weiteren Verlauf vorausgesetzt werden.

Wir gehen weiterhin kleinschrittig voran, damit Sie Freude an den neuen Sprachkenntnissen haben.

Mi. 09.09.20  
18.30 – 20.00 Uhr  
10 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 53,00 €  
Beate Henke

## 4.2 Französisch (A2)

Sie haben bereits einen Einblick in die schöne französische Sprache erhalten und können eine einfache Konversation führen?

Vielleicht haben sie vor vielen Jahren Französisch in der Schule gelernt und möchten es wieder auffrischen?

Dieser Kurs bietet einen Wiedereinstieg in die Sprache und Einblicke in die französische Kultur.

Wir arbeiten mit dem Lehrbuch und werden in diesem Semester voraussichtlich mit Unité 3 weitermachen und das imparfait behandeln.

Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen.

Bienvenue à tous!

Lehrbuch: Perspectives Allez-Y A2

Mo. 07.09.20  
19.00 – 20.00 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 41,00 €  
Charlotte Bousquet

## 4.3 Französisch mit Vorkenntnissen ab etwa B1

Et la journée se termine en français!

C'est avec plaisir que nous voulons nous retrouver pour parler, lire, écouter, regarder et parfois écrire en français. Nous n'échapperons pas à la révision de quelques points grammaticaux pour améliorer ou retrouver notre expression orale, mais en s'entraînant et dans la bonne humeur.

Soyez les bienvenus!

Lehrbuch: wird im Kurs besprochen.

Mo. 07.09.20  
18.00 – 19.00 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 41,00 €  
Charlotte Bousquet



## 4.4 Französisch für Fortgeschrittene (B1 - C1)

Aimez-vous la France? Venez donc vous joindre à notre petit groupe sympathique pour discuter de thèmes actuels et de littérature. Entre autres nous améliorons notre compréhension orale et enrichissons notre vocabulaire tout en révisant quelques points grammaticaux. Soyez les bienvenus!

Lehrbuch: Edito B1 (Klett)

Mi. 21.10.20  
10.00 – 11.30 Uhr  
11 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 53,00 €  
Evelyne Martin

## 4.5 Spanisch für Anfänger

Wenn Sie Lust haben, in entspannter Atmosphäre Grundkenntnisse der spanischen Sprache zu erwerben oder bereits einige Vorkenntnisse haben, freuen wir uns auf Sie. Wir wiederholen kurz die erste Lektion im Buch und machen dann mit der Lektion 2 weiter.

Lehrbuch: El curso en vivo A1 (Langenscheidt)

Mo. 14.09.20  
19.45 – 21.15 Uhr  
11 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 1  
Gebühr: 53,00 €  
Lourdes Camacho  
Reyes

## 4.6 Spanisch für Anfänger 3. Semester

„el curso en vivo 1“ macht uns vertraut mit dem alltäglichen Leben der Spanisch sprechenden Welt. Den neuen Wortschatz versuchen wir anhand von Dialogen, Spielen und anderen Übungen zu verinnerlichen. Dazu gehören auch regelmäßige Vokabeltests, die es uns ermöglichen, unsere Unterhaltung etwas fließender zu gestalten. Voraussichtlich setzen wir den Unterricht mit der Lektion 5 fort „Ir de compras“. Eine gute Gelegenheit für Interessierte, die in einer munteren, unkomplizierten Runde Ihre Grundkenntnisse auffrischen und Neues erfahren möchten über die abwechslungsreiche Geschichte und Lebensgewohnheiten der Menschen auf der Iberischen Halbinsel.

Lehrbuch: „El curso en vivo“ A1 (Langenscheidt)

Mi. 16.09.20  
19.15 – 20.45 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 1  
Gebühr: 58,00 €  
Maren Smolka



## 4.7 Spanisch für Fortgeschrittene

„el curso en vivo 2“, Lección 10, beschäftigt sich mit dem Thema „Ganarse la vida“. Ein aktuelles Thema weltweit besonders nach diesen vergangenen Monaten. Unabhängig davon schon immer eine Frage des Überlebens besonders in Ländern Lateinamerikas. Arbeitssituationen und die Rolle der Frau in diesem Bereich sind das Thema dieser Lección.

Regelmäßige Vokabeltests erleichtern es uns themennahe Dialoge und Übungen nachzuspielen und so unseren Wortschatz zu festigen und fließender zu gestalten. Eine gute Gelegenheit für Interessierte, die sich in der Vergangenheit bereits ausdrücken können und ihre Spanischkenntnisse wieder aufleben lassen wollen. Begleitend wird immer wiederholt und auf jede Unsicherheit eingegangen.

Por eso - adelante y bien venidos!

Lehrbuch: „El curso en vivo“ A2 (Langenscheidt)

Do. 17.09.20  
19.00 – 20.30 Uhr  
12 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 1  
Gebühr: 58,00 €  
Maren Smolka

## 4.8 Spanisch für Fortgeschrittene B1

Wir machen weiter im Buch „Con gusto B1“. Haben Sie bereits Vorkenntnisse A2/ B1 und möchten diese festigen, erweitern und in einer entspannten Atmosphäre mit Musik, Spielen, Lektüre etc. weiterlernen? Dann sind Sie herzlich willkommen! Entonces, bienvenido!  
Continuamos!  
Aber natürlich auch wieder mit viel Spaß.

Mo. 14.09.20  
18.00 – 19.30 Uhr  
11 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 1  
Gebühr: 53,00 €  
Lourdes Camacho  
Reyes

## 4.9 Dänisch (A2.1)

Fortsetzungskurs aus den letzten Semestern, aber selbstfölgelig offen für Quereinsteiger mit entsprechenden Kenntnissen (Vorstellen und erzählen in Gegenwart, Zukunft und Vergangenheit).

Die nächsten Themen sind Familie und Wegbeschreibung (Teil 2), wie immer viel mündlich und mit Spaß an der Sprache.

Buch: Vi snakkes ved (aktuell oder alte Version)  
Ab Lektion 11 (Achtung bei aktuell - 2.Band)

Mi. 09.09.20  
19.15 – 20.45 Uhr  
10 x  
VHS Dorfstr. 93  
Raum 6  
Gebühr: 49,00 €  
Inga Mahlke



## 4.10 Dänisch

### Neuanfänger (Ziel A1)

Dänemark ist unser direkter Nachbar und zu normalen Zeiten ein beliebtes Reiseland. Warum also nicht endlich mal in die Sprache einsteigen?

Eigentlich ist das ganz leicht, wenn da nur nicht die verflixte Aussprache wäre. Aber komische Laute zu bilden und im Sprachwust die entscheidende Information herauszufiltern, lässt sich prima üben und macht sogar richtig Spaß in einer Gruppe Gleichgesinnter. Versprochen!

Beim nächsten Besuch werden Sie schon einiges verstehen und auf Dänisch erzählen können. Und obwohl viele Dänen Deutsch oder Englisch sprechen, freuen sie sich, wenn man sich um ihre Sprache bemüht - sicher keine Weltsprache - aber so nett.

Buch: Vi snakkes ved ( aktuell oder alte Version)  
ab Lektion 1

Mi. 09.09.20  
17.30 – 19.00 Uhr  
10 x  
VHS Dorfstr. 93  
Raum 1  
Gebühr: 49,00 €  
Inga Mahlke

## 4.11 Schwedisch

### für Anfänger Fortsetzung (A1)

Sie haben Lust die schwedische Sprache zu lernen?  
In diesem Kurs geht es um Grundlagen und um Hilfreiches für Ihren Aufenthalt in Schweden.  
Lehrbuch wird im Kurs besprochen.

Di. 20.10.20  
18.00 – 19.00 Uhr  
5 x, 14-tägig  
VHS Dorfstr. 93  
Raum 4  
Gebühr: 16,00 €  
Annika Kreft

## 4.12 Schwedisch

### für Fortgeschrittene, ab ca. B1

Gillar du Sverige? Har du lust att prata svenska?  
Då är du välkommen att delta i vår lilla kurs! Vi diskuterar kring olika teman, arbetar med texter, repeterar grammatik, förbättrar uttalet...  
Och vi har kul! Alla är välkomna!  
Lehrbuch: javisst

Di. 20.10.20  
19.00 – 20.30 Uhr  
5 x, 14-tägig  
VHS Dorfstr. 93  
Raum 4  
Gebühr: 24,00 €  
Annika Kreft



## 5.1 Grundlagen am PC

### für Anfänger

#### auch für Senioren, ganz entspannt

- Grundeinstellungen und Problemlösungen am PC
- Arbeiten mit dem Betriebssystem Windows 7
- Arbeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word
- Arbeiten mit Grafikprogrammen, Powerpoint, Excel
- Erstellen einer Email-Adresse und sicheres „Bewegen“ im Internet u.a.!

Wie umfassend die einzelnen Themen erarbeitet werden und ob ggf. weitere Themen hinzukommen, entscheiden die Kursteilnehmer/innen gemeinsam.

**Achtung: Vorberechnung am Mo, 07.09.20  
um 17.00 Uhr**

Mo. 14.09.20

17.00 – 18.30 Uhr

6 x

Grundschule Felde

Gebühr: 39,00 €

Jens Lersmacher

## 5.2 Grundlagen am PC

### für Fortgeschrittene

Fortsetzung aus dem letzten Kurs oder Einsteiger mit Vorkenntnissen.

Arbeiten mit Wechseldatenträgern (USB-Stick, Digitalkamera, MP3-Player etc.), Bearbeiten von Photos (Einstieg über iPhotoPlus) und Weiterverwendung dieser Bilder, Vertiefen der Themenbereiche aus dem Anfängerkurs

**Achtung: Vorberechnung am Mo, 07.09.20  
um 17.00 Uhr**

Di. 15.09.20

17.00 – 18.30 Uhr

6 x

Grundschule Felde

Gebühr: 39,00 €

Jens Lersmacher

## 1.1 Falschmeldungen/ Fake-News

Im Internet verbreiten sich Falschmeldungen (Fake-News) besonders schnell und werden oft unreflektiert geteilt und kommuniziert. In vielen Fällen werden Texte, Fotos oder Videos aus ihrem Zusammenhang gerissen oder verändert, um Aufmerksamkeit zu erregen oder gezielt zu manipulieren. Wie können solche „alternativen Fakten“ erkannt werden? Dieser Kurs zeigt einfache Möglichkeiten, um Nachrichten im Internet zu prüfen und Fake-News oder Fake-Accounts zu entlarven.

Fr. 25.09.20

19.00 Uhr

Gemeindezentrum

Felde,

Raiffeisenstr. 2

Gebühr: 6,00 € bar

Dr. Björn Tylkowski

## Junge vhs - Kinderkurse

### 1.5 Ab in die Dose – Jeder kann etwas für Wildbienen tun!

Vortrag und Workshop, Beschreibung siehe oben

#### 0.1 Die Stoffwerkstatt am Samstag

...für Alle, die Lust haben, mal wieder kreativ zu werden! (auch für absolute Anfänger, für Erwachsene und Kids ab 8)

Jeder kann gern ein kleines oder auch größeres Projekt von zu Hause mitbringen und mit Spaß am Ausprobieren und am gemeinsamen Inspirieren fertigstellen. Wir werden unseren Ideen freien Raum lassen und feststellen wie unkompliziert und schnell individuelle Werke entstehen können.

Ich freu´ mich auf euch!

Bitte mitbringen: einsatzbereite Nähmaschine (falls vorhanden), Verlängerung, Schere, Stecknadeln, Stoffreste (gerne viele verschiedene), Knöpfe, Borten, Bänder usw.

Sa. 29.08.20

10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 11,00 €

ggf. zzgl. Material

Katja Jeschke

#### 0.2 Die Stoffwerkstatt am Samstag

Mit Katja Jeschke - Text siehe oben

Sa. 05.09.20

10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 11,00 €

#### 0.3 Die Stoffwerkstatt am Samstag

Mit Katja Jeschke - Text siehe oben

Sa. 12.09.20

10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 11,00 €

#### 0.4 Die Stoffwerkstatt am Samstag

Mit Katja Jeschke - Text siehe oben

Sa. 24.10.20

10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 11,00 €

#### 0.5 Die Stoffwerkstatt am Samstag

Mit Katja Jeschke - Text siehe oben

Sa. 31.10.20

10.00 – 13.00 Uhr

VHS, Dorfstr. 93

Raum 4

Gebühr: 11,00 €

## Junge vhs – Kinderkurse

### **2.7 Musikwichtel**

#### **für Kinder von 1 - 3 Jahren**

Auf spielerische Weise machen die Kinder nach den Ideen der musikalisch-rhythmischen Früherziehung erste musikalische Erfahrungen. In entspannter Atmosphäre probieren wir gemeinsam mit den Eltern verschiedene Instrumente und Materialien aus, singen gemeinsam Kinderlieder, bewegen uns zur Musik. Meine Gitarre und Ukulele kommen beim gemeinsamen Singen und Tanzen zum Einsatz.

Do. 24.09.20  
16.00 -17.00  
8 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum 2  
Gebühr: 37,00 €  
Katja George

### **0.6 Dance up**

#### **Für Kinder ab 7 Jahren**

In diesem Kurs lernst Du kleine Schritt- und Tanzkombinationen aus versch. Tanzstilen wie Videoclip-Dance, Afro, Jazz, Modern oder Charleston und Musicaldance kennen. Wir werden zu Popsongs, afrikanischen Rhythmen, klassischen Musikstücken sowie zu Swing- und Musical-Melodien tanzen. Weitere Schwerpunkte sind eine individuelle Körperschulung (Haltung und Beweglichkeit) sowie die Verbesserung des Tanzausdrucks und der individuellen Ausstrahlung. Also dann Dance up, ich freue mich auf Dich. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sport-/Gymnastikschuhe, Getränk  
Der Kurs ist derzeit voll belegt. Einstieg ggf. nach Rücksprache

Mi. 02.09.20  
15.00 – 16.00 Uhr  
15 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum: 5  
Gebühr: 48,00 €  
Corinna Lankuttis

### **0.7 Dance up**

#### **Für Kinder ab 10 Jahren**

Text: siehe oben  
Der Kurs ist derzeit voll belegt.  
Einstieg ggf. nach Rücksprache.

Mi. 02.09.20  
16.00 – 17.00 Uhr  
15 x  
VHS, Dorfstr. 93  
Raum: 5  
Gebühr: 48,00 €  
Corinna Lankuttis

Viele Veranstaltungen,  
die für Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen  
geeignet sind, finden Sie auch in anderen Programmbereichen.  
Zum Beispiel Kreativangebote, Naturführungen, Musik und mehr!  
Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an

**Kursanmeldungen bitte schriftlich  
an die  
VHS Felde  
Dorfstr. 93, 24242 Felde**

**Informationen unter  
Tel.: 04340-4008010**

Bei speziellen Fragen können Sie sich auch an unsere Lehrkräfte wenden.  
Wenn die gesuchte Telefonnummer nicht in der Liste aufgeführt ist, wenden Sie sich  
an uns, wir leiten Ihre Frage gern weiter.

**Telefonliste VHS Dozentinnen und Dozenten:**

Gudrun Aschenbach	04347/9545
Lourdes Camacho Reyes	0431/8860973
Beate Henke	04340/403178
Sibylle Jasper-Tönnies	04871/4591
Birgit Jung	0431/98377094
Meune Lehmann	04392/5738
Jens Lersmacher	0157/72902341
Inga Mahlke	04340/1293
Evelyne Martin	04340/587
Kay Prinz	04340/1677
Inke Reinecker	04392/2998
Stephan Scheja	04305/991250
Maren Smolka	04340/8413
Karlo Vollbrecht	04331/949988
André Weidtkamp	0162/3315118

Nutzen Sie das Anmeldeformular aus der Programmheftmitte.

Sie finden das Anmeldeformular auch direkt in der VHS  
oder auf der Internetseite unter [www.felde.de/VHS](http://www.felde.de/VHS)

Kursanmeldungen bitte schriftlich mit dem Anmeldeformular an die VHS Felde.

Bürozeiten: Dienstag von 10 – 12 Uhr und Donnerstag von 17 – 18 Uhr  
sowie nach Vereinbarung.

Gern können Sie auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen  
oder Sie schreiben uns an [vhs-felde@gmx.de](mailto:vhs-felde@gmx.de)

Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns!

**Ihr VHS Team  
Andrea Multerer und Doris Löttsch**

VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde, [vhs-felde@gmx.de](mailto:vhs-felde@gmx.de), 04340-400801

## **Datenschutzbestimmungen**

### **1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz**

Die VHS Felde, Dorfstr. 93, 24242 Felde (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist als Einrichtung der Gemeinde Felde Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

### **2. Kursanmeldung**

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### **3. Newsletter**

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

### **4. Weitergabe Ihrer Daten**

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – Telefonnummer und/oder E-Mailadresse, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

### **5. Kontaktaufnahme**

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

## 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

## 7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich bitte telefonisch oder per E-Mail an die die VHS oder die Gemeinde Felde.

---

## Widerrufsbelehrung

### Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule der Gemeinde Felde

Dorfstraße 93

24242 Felde

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung