

BAD IBURG

Regionalstelle
Georgsmarienhütte/Bad Iburg
Am Rathaus 18
49124 Georgsmarienhütte

Sprechzeiten:
Montag-Freitag: 9:00-12:00 Uhr



Regina Meyer-Kietzmann
Tel.: 05401 8812257
Fax: 05401 8812258
E-Mail: regina.meyer-kietzmann@vhs-osland.de



Claudia Porcher
Tel.: 05401 8812256
Fax: 05401 8812258
E-Mail: claudia.porcher@vhs-osland.de



Hannelore Tepe
Tel.: 05401 8812256
Fax: 05401 8812258
E-Mail: hannelore.tepe@vhs-osland.de



JUNGE VHS

191-020401

NEU!

Englisch ganz praktisch: Let's talk

Konversationskurs für Schüler der Klassen 5 bis 6

Du bist in der 5. oder 6. Klasse und lernst im Englischunterricht nicht mehr nur Vokabeln, sondern musst ganze Sätze bilden und sie mit der richtigen Grammatik anwenden, vielleicht sogar eine Unterhaltung führen! Wie mache ich das? Welche Vokabeln benutze ich wann im Satz und in welcher Zeit? Diese Fragen möchten wir in diesem Kurs in lockerer Stuhlkreisatmosphäre, passend zu deinem Thema im Englischunterricht, beantworten und dir Sicherheit im Sprechen geben.

Mitzubringen: Englischbuch aus der Schule

Leitung: Kerstin Hoffmann
Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 13, Kronesch 3

Beginn: Di., 19. Mrz. 2019, 16:45 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Di., 16:45-18:00 Uhr
Entgelt: € 35; keine Ermäßigung



BERUFLICHE BILDUNG



Bitte beachten Sie auch
unsere Angebote in der Rubrik
EDV/Neue Medien.

Weitere Informationen zu unseren Angeboten der Beruflichen Bildung und zu den evtl. Fördermöglichkeiten erhalten Sie bei

Carola Köster
Tel.: 0541 501-3083
E-Mail: carola.koester@vhs-osland.de oder bei

Hermann Wellers
(Sozialpflege)
Tel.: 0541 501-8903
E-Mail: hermann.wellers@vhs-osland.de

FORTBILDUNGEN IN DER KINDERTAGESPFLEGE

Ab dem 1. Januar 2019 ist für die Kindertagespflegepersonen im Landkreis Osnabrück eine Teilnahme an Fortbildungen im Umfang von 24 Unterrichtsstunden/Jahr verpflichtend. Die nachstehenden Veranstaltungen sind durch den Landkreis Osnabrück als Fortbildung anerkannt. Weitere Veranstaltungen und ergänzende Informationen finden Sie unter vhs-osland.de/kindertagespflege.

191-020901

NEU!

Vom Speiseplan auf den Tisch „Was gibt's heute zu essen?“

Die tägliche Entscheidung, was gekocht werden soll, ist gar nicht so leicht. Ein Speiseplan kann dabei helfen, Zeit und Geld zu sparen. Wir erarbeiten gemeinsam einen Wochenplan für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter. Sie erfahren, warum eine Kombination von Ei und Kartoffel ernährungsphysiologisch besonders wertvoll ist und Saisongemüse hilft optimal mit Nährstoffen, Vitaminen und Mineralien versorgt zu sein. Es gibt Tipps zur Lagerung von Obst und Gemüse und Ideen für das Pausenbrot.

Leitung: Sylvia Bobzin
Ort: Bad Iburg, Realschule, Küche, Kronesch 3
Termin: Sa., 18. Mai 2019, 9:00-14:30 Uhr
Entgelt: € 24; keine Ermäßigung

192-020901

NEU!

Was kleinen Kindern schmeckt „Ich mag das nicht!“

Die Ernährung von Kindern und Kleinkindern sollte vielseitig und abwechslungsreich sein. Das ist im stressigen Alltag manchmal nicht leicht. Wenn Essen Spaß macht, schmeckt es auch, denn kleine Kinder essen mit allen Sinnen. Sie erfahren, wie Lieblingsgerichte mit gesunden und frischen Zutaten zubereitet werden und wie sie Kinder bei der Zubereitung einbeziehen können. Denn auch Kinder finden: „Selbstgemacht schmeckt es am besten!“

Leitung: Sylvia Bobzin
Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 13, Kronesch 3
Termin: Di., 1. Okt. 2019, 19:00-21:15 Uhr
Entgelt: € 12; keine Ermäßigung



KULTUR KUNST KREATIVITÄT

191-020201

NEU!

Stricken zum Frühling

Workshop auch für Anfänger/-innen

In diesem Strickworkshop können Sie im Lochmuster oder nach Ihrer Wunsch-Strickanleitung ein Oberteil, Schultertuch oder eine Stola mit Effektgarn, im Landhausstil oder Mustermix anfertigen. Bitte nehmen Sie vor Kursbeginn Kontakt mit der Kursleitung Frau Heuer unter 05401/3619982 auf.

Mitzubringen: Garn, Nadeln (können nach Absprache auch im Kurs erworben werden)

Leitung: Karin Heuer
Ort: Bad Iburg, Realschule, Kronesch 3
Beginn: Mi., 6. Mrz. 2019, 19:00 Uhr
Dauer: 3 Termine, 14-tägig, je Mi., 19:00-21:15 Uhr
Entgelt: € 21; keine Ermäßigung



191-020202

NEU!

Natürliche Osterkränze wickeln

Workshop

Gemeinsam gestalten wir schöne, natürliche Osterkränze aus Buchsbaum und Materialien wie Heu, Moos, Heidelbeere, Zweigen von Obstbäumen und ggf. Federn und Eierschalen.

Mitzubringen: Strohkranzunterlagen, Wickeldraht, Haften, Buchsbaum, Heu oder Moos, Obstbaumzweige, Federn, Wachteleier

Leitung: Verena Elbert
Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 15, Kronesch 3
Termin: Di., 2. Apr. 2019, 19:00-21:15 Uhr
Entgelt: € 9; keine Ermäßigung



BILDUNG AUF BESTELLUNG

Sie interessieren sich als Gruppe für einen unserer Kurse? Wir entwickeln für Sie das passende Angebot zu Ihrem Wunschtermin.

Tel.: 0541 501-7777 oder vhs@LKOS.de

191-020203

Orientalischer Tanz

Es gibt eine faszinierende Möglichkeit, dem Alltag einmal zu entkommen. Orientalischer Tanz ist Ausdruck von Weiblichkeit und Sinnlichkeit, aber auch von Kraft. Mal rund und weich, mal zackig und kraftvoll. Die Bewegungen des Bauchtanzes schaffen ein neues Körpergefühl, das nicht von Idealen geprägt ist. Alter, Beweglichkeit und Konfektionsgrößen spielen hier keine Rolle. Orientalischer Tanz ist ein würdevoller Tanz und pure Lebensfreude. Er ist Balsam für Körper, Geist und Seele.

Mitzubringen: Tuch für die Hüfte, bequeme Kleidung

Leitung: Swaantje Marahrens

Ort: Bad Iburg, Gymnasium, Großer Gymnastikraum, Bielefelder Straße 15

Beginn: Do., 7. Feb. 2019, 20:15 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Do., 20:15-21:45 Uhr

Entgelt: € 48

191-020204

Orientalischer Tanz

Leitung: Swaantje Marahrens

Ort: Bad Iburg, Gymnasium, Großer Gymnastikraum, Bielefelder Straße 15

Beginn: Do., 2. Mai 2019, 20:15 Uhr

Dauer: 7 Termine, je Do., 20:15-21:45 Uhr

Entgelt: € 42



GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Hinweis zur Bezuschussung von Gesundheitskursen durch die Krankenkassen

Ein Teil der Gesundheitskurse wird von den Krankenkassen als Primärprävention gem. § 20 SGB V anerkannt. Auskünfte zur Erstattung von Kursentgelten holen Sie bitte individuell bei Ihrer Krankenkasse ein.

191-020301

Lampenfieber, Prüfungsangst und Konzentrationsstörungen

Häufige Toilettengänge vor der Mathearbeit, schlaflose Nächte vor einem Referat und Sprachlosigkeit in einer mündlichen Prüfung beeinflussen den Schulalltag und so manche Benotung. Wie die Naturheilkunde diese aufregende Lebensphase erleichtern kann, erfahren Sie an diesem Abend. Jugendliche, Auszubildende und Eltern sind herzlich willkommen. Bitte bringen Sie Schreibutensilien, sowie ein T-Shirt oder einen Pullover in der Lieblingsfarbe mit.

Leitung: Britta Mannertz

Ort: Bad Iburg, Realschule, Kronesch 3

Termin: Mo., 18. Feb. 2019, 19:00-21:15 Uhr

Entgelt: € 10; keine Ermäßigung

191-020302

NEU!

Gesund älter werden aus naturheilkundlicher Sicht

Naturheilkundliche Themen, die ältere Menschen betreffen, sind das Herz-Kreislaufsystem, die Ernährung (Gewichtsprobleme, diabetische Störungen), die Gelenke, die Beweglichkeit und Osteoporose, sowie der seelische Alterungsprozess, der im besten Fall zu Weisheit, im schlechtesten zu Bitterkeit und Groll führt. Für viele dieser Beschwerden können Veränderungen der Lebensweise und der Ernährung, die leicht umsetzbar sind, zur Verbesserung führen. Es ist eben „gegen (fast) alles ein Kraut gewachsen“!

Leitung: Marie-Christine von Fürstenberg

Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 13, Kronesch 3

Termin: Mi., 22. Mai 2019, 19:00-21:15 Uhr

Entgelt: € 10; keine Ermäßigung

191-020303

NEU!

In Balance bleiben

Workshop

Sie erhalten Impulse und lernen Methoden kennen, um in Belastungssituationen bewusst und gezielt entspannen zu können, und erreichen so Balance und Ausgeglichenheit im Alltag. Insbesondere beschäftigen wir uns mit verschiedenen Entspannungstechniken und lernen, uns aktiv zu entstressen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Kissen, Decke, Getränk

Leitung: Marion Fröhlich

Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, Gymnastikraum, Cheruskerstr. 6-8

Termin: Fr., 1. Mrz. 2019, 15:30-19:15 Uhr

Entgelt: € 18; keine Ermäßigung



191-020304

NEU!

Waldbaden – Die Urkraft des Waldes mit allen Sinnen genießen

Schnupperkurs

Aus Japan kommend verbreitet sich ein neuer Trend: Shinrin Yoku - das Waldbaden. In seiner asiatischen Heimat ist es längst eine beliebte und verbreitete Methode, um Stress abzubauen. Bereits der Anblick eines Waldes senkt Stresshormone, hebt die Laune und sorgt für inneres Gleichgewicht. Der Blutdruck wird gesenkt und der Puls reguliert. Es ist erwiesen, dass die Waldluft sogar unsere Killerzellen vermehren und aktivieren kann. Unser Immunsystem kommuniziert mit dem Wald. Wer sich aufmerksam in den Wald begibt, wird sich seinem Zauber nicht entziehen können. Kurze Yoga-Elemente, Meditationsübungen und Atemübungen fließen ein.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung wird empfohlen

Leitung: Maria Anna Schröder

Ort: Bad Iburg, Treffpunkt Touristeninformation, Schloßstr. 20

Termin: Di., 12. Mrz. 2019, 17:00-18:30 Uhr

Entgelt: € 7; keine Ermäßigung

ANMELDUNGEN ÜBER WEB

Online-Anmeldungen für alle Kurse möglich unter vhs-osland.de

191-020305

NEU!

Waldbaden – Die Urkraft des Waldes mit allen Sinnen genießen

Leitung: Maria Anna Schröder

Ort: Bad Iburg, Treffpunkt Touristeninformation, Schloßstr. 20

Beginn: Di., 26. Mrz. 2019, 17:00 Uhr

Dauer: 6 Termine, je Di., 17:00-18:30 Uhr

Entgelt: € 39; keine Ermäßigung

191-020306

Tai Chi und Qi Gong

Pflege der Lebensenergie und Meditation in Bewegung

Grundkurs für Anfänger/-innen und Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Tai Chi ist eine langsame chinesische Bewegungskunst. Es hat Auswirkung auf das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele. Die Beweglichkeit wird verbessert und Verspannungen können gelöst werden. Es ist förderlich für den Stressabbau und hilft beim Abschalten vom Alltag. Es ist Meditation in Bewegung. Qi Gong wird auch als „Pflege der Lebensenergie“ bezeichnet. Es werden Grundlagen und kurze Sequenzen wie Harmonie oder die Acht Brokate des Tai Chis und Qi Gongs gelehrt.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Decke, warme Socken

Leitung: Benno Raude

Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, „Großer Saal“, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Mi., 6. Feb. 2019, 19:00 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mi., 19:00-20:30 Uhr

Entgelt: € 68; keine Ermäßigung

SCHENKEN SIE (WEITER-)BILDUNG!

Geschenkgutscheine der vhs erhalten Sie unter **Tel.: 0541 501-7777**

191-020307

Tai Chi und Qi Gong

Pflege der Lebensenergie und Meditation in Bewegung

Grundkurs für Anfänger/-innen und Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: Benno Raude

Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, „Großer Saal“, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Mi., 3. Apr. 2019, 19:00 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mi., 19:00-20:30 Uhr

Entgelt: € 68; keine Ermäßigung

191-020308

Einführung in die Achtsamkeitsmeditation auf der Grundlage von MBSR

MBSR – Mindfulness based stress reduction

Sie lernen in diesem Kurs, mit Stresssituationen konstruktiver und flexibler umzugehen, mehr Ruhe im Alltag zu finden, gelassener auf Herausforderungen zu reagieren und den Körper bewusster wahrzunehmen. Den Kern des Übungsprogramms bilden Meditationspraktiken: Sitz-, Geh- und Körpermeditation (Body-Scan) und achtsames Yoga. Auch lernen Sie Achtsamkeitsübungen kennen, die Sie gut in Ihren beruflichen und privaten Alltag integrieren können. Vorkenntnisse sind für den Kurs nicht erforderlich.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte, 2 Decken, evtl. Meditationskissen

Leitung: Heinz Rothbrust

Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 15, Kronesch 3

Termin: Sa., 2. Mrz. 2019, 10:00-16:30 Uhr

Entgelt: € 28; keine Ermäßigung

191-020309

NEU!

Pilates 60+

In diesem Kurs sind die Übungen dem Alter angemessen und orientieren sich an der persönlichen Fitness eines Jeden. Das gemeinsame Trainieren in Verbindung mit gezielter Atmung kann zu einer bewussteren Körperwahrnehmung, einer Verbesserung der eigenen Kraftverhältnisse, zu mehr Beweglichkeit und Gleichgewicht, sowie zu einem sicheren Körpergefühl beitragen.

Mitzubringen: Handtuch, bequeme Kleidung, festes Schuhwerk (rutschfest und sportlich), Getränk

Leitung: Monique Mündelein
Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, Gymnastikraum, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 17:15 Uhr
Dauer: 9 Termine, je Di., 17:15-18:15 Uhr
Entgelt: € 59; keine Ermäßigung

191-020310

NEU!

Pilates 60+

Leitung: Monique Mündelein
Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, Gymnastikraum, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Di., 7. Mai 2019, 17:15 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Di., 17:15-18:15 Uhr
Entgelt: € 39; keine Ermäßigung

191-020311

Aktiv in den Tag

Wir aktivieren unser Herz-Kreislauf-System und trainieren unsere Ausdauer mit Aerobic zu flotter Musik. Anschließend kräftigen wir die gesamte Muskulatur unter Einbeziehung von Hanteln, Therabändern und anderen Kleingeräten.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Handtuch, Matte, Getränk

Leitung: Andrea Friese
Ort: Bad Iburg, Grundschule Ostenfelde, Eichengrund

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 8:00 Uhr
Dauer: 17 Termine, je Di., 8:00-9:00 Uhr
Entgelt: € 68; keine Ermäßigung

191-020312

Aktiv in den Tag

Leitung: Andrea Friese
Ort: Bad Iburg, Grundschule Ostenfelde, Eichengrund

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 9:00 Uhr
Dauer: 17 Termine, je Di., 9:00-10:00 Uhr
Entgelt: € 68; keine Ermäßigung



191-020313

NEU!

Faszien-Fitness

Die Faszien, die Weichteilkomponenten unseres Bindegewebes, sind eine stabile, elastische, aus mehreren Schichten bestehende Faserhülle um unsere Knochen, Muskeln, Nerven und Organe. Sie stützen den Körper, geben ihm seine Form und haben einen großen Einfluss auf unseren Bewegungsapparat. Wir lernen, unsere Faszien gezielt zu bewegen und können sie mithilfe einer Faszienrolle „entfilzen“. Verspannungen verschwinden und mehr Bewegungsfreiheit entsteht.

Leitung: Monique Mündelein
Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, Gymnastikraum, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 16:15 Uhr
Dauer: 9 Termine, je Di., 16:15-17:15 Uhr
Entgelt: € 59; keine Ermäßigung

191-020314

NEU!

Faszien-Fitness

Leitung: Monique Mündelein
Ort: Bad Iburg, Wiecking-Stiftung, Gymnastikraum, Cheruskerstr. 6-8

Beginn: Di., 7. Mai 2019, 16:15 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Di., 16:15-17:15 Uhr
Entgelt: € 39; keine Ermäßigung

Bitte beachten Sie:

Für Koch- und Backkurse wird eine **Lebensmittelumlage** fällig. Die Kursleiter/-innen kaufen entsprechend der Teilnehmerzahl vor Kursbeginn Lebensmittel und Zutaten ein und rechnen die Kosten **direkt** mit der Gruppe ab. Falls Sie an einem Termin verhindert sein sollten, benachrichtigen Sie bitte frühzeitig Ihre zuständige vhs-Außenstelle oder Ihre Dozentin/Ihren Dozenten, damit wir Ihnen die Umlage nicht zusätzlich nachträglich in Rechnung stellen müssen.

Bitte bringen Sie **Geschirrhandtücher, Schürze** und **Behälter für Kostproben** mit.

191-020315

Männer-Kochkurs „Ran an den Herd“

An diesen Kochabenden kommen Hobbyköche ganz auf ihre Kosten: Vorspeisen, Suppen, Aufläufe, Fleisch- oder Fischgerichte und leckere Desserts werden zubereitet. Kochen bedeutet Leidenschaft, Kreativität und Spaß - das alles werden wir an unseren gemeinsamen Abenden erleben.

Weitere Termine sind der 5. Mrz. und 2. Apr. 2019.

Mitzubringen: Messer

Leitung: Ann-Kathrin Hüpel
Ort: Bad Iburg, Realschule, Küche, Kronesch 3

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:30 Uhr
Dauer: 3 Termine, mtl., je Di., 18:30-21:30 Uhr
Entgelt: € 39; zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-020316

NEU!

Märchenhaft genießen

Rezepte aus dem Morgenland

Aromen wecken die Sehnsucht nach fernen Ländern. Mit Piment, Anis, Kurkuma, Koriander und Kräutern zaubern wir eine typische orientalische Tafel und sorgen für Gaumenfreude pur.

Leitung: Abdulrazak A. Heritani
Ort: Bad Iburg, Realschule, Küche, Kronesch 3

Termin: Mi., 6. Mrz. 2019, 18:00-21:45 Uhr
Entgelt: € 18; zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-020317

NEU!

Indisches Dinner

Kochen wird in diesem Kurs zum Vergnügen. Unser Dinner beginnt mit einer Lauch-Ingwer-Suppe und endet mit dem „Majestätischen-Safran-Nachtisch“. Freuen Sie sich auf schmackhafte, vegetarische Köstlichkeiten mit den Aromen und dem Duft von indischen Gewürzen. Für Getränke/Wasser wird gesorgt.

Leitung: Manuela Markowski
Ort: Bad Iburg, Realschule, Küche, Kronesch 3
Termin: Do., 4. Apr. 2019, 18:30-21:30 Uhr
Entgelt: € 13; zzgl. € 10 Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung



Allgemeine Informationen zu unserem Integrationskurs-System, den Sprachprüfungen sowie zum Einbürgerungstest finden Sie ab Seite 14.

Die Teilnahme an einem Integrationskurs ist nur nach vorheriger Beratung möglich.

Die Beratung erfolgt im Kreishaus in Osnabrück durch

Tanja Pöhler

Tel.: 0541 501-3090

zu folgenden Sprechzeiten:

Di., 9:00 bis 12:00 Uhr

Do., 14:00 bis 17:00 Uhr

Beratungstermine außerhalb der Sprechzeiten sind nur nach vorheriger telefonischer Vereinbarung möglich.

191-020701

Deutsch-Treff

Offener Deutschkurs für Asylsuchende

Dieser Kurs bietet allen Asylsuchenden die Möglichkeit, Deutschkenntnisse zu erwerben und zu erweitern. Ebenfalls werden kulturelle Alltagsfragen behandelt und Informationen über Sprachförderangebote gegeben. Der Einstieg ist fortlaufend möglich. Der Kursbesuch ist entgeltfrei.

Ort: Bad Iburg, Kath. Pfarrheim, Rathausstr. 12
Beginn: Mo., 18. Feb. 2019, 10:45 Uhr
Dauer: 33 Termine, je Mo. und Mi., 10:45-12:15 Uhr entgeltfrei

191-020702

Deutsch Grundkurs A1: Mama lernt Deutsch

Vormittagskurs für Frauen mit geringen Vorkenntnissen

Der Kurs richtet sich an Frauen, die grundlegende deutsche Sprachkenntnisse erwerben möchten. Er vermittelt die Fähigkeiten, die nötig sind, um sich in wichtigen Alltagssituationen im Privatleben, bei Behörden, im Kindergarten und in der Schule verständigen zu können. Voraussetzung ist die Beherrschung des lateinischen Alphabets.

Leitung: Julia Maslova
Ort: Bad Iburg, Ev. Gemeindehaus, Schloßstraße 24

Beginn: Sa., 9. Feb. 2019, 9:00 Uhr
Dauer: 17 Termine, je Sa., 9:00-11:30 Uhr
Entgelt: € 35,70; keine Ermäßigung

DOZENTEN/-INNEN FÜR GESUNDHEITSKURSE GESUCHT!

Die Volkshochschule Osnabrücker Land sucht **Dozenten/-innen** für **Gesundheitskurse**. Information unter **Tel.: 0541 501-3077**

191-020703

**Deutsch Grundkurs A2:
Mama lernt Deutsch**

Nachmittagskurs für Frauen mit Vorkenntnissen

Der Kurs richtet sich an Frauen, die ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten. Ziel des Kurses ist es, die Sprech- und Lesefertigkeiten zu festigen, um sich in wichtigen Alltagssituationen im Privatleben, im Beruf und bei Behörden angemessen verständigen zu können.

Leitung: Nga Q. Herrmann-Vu
Ort: Bad Iburg; Jugendzentrum „Flavour“; Hagenberg 18

Beginn: So., 3. Feb. 2019, 14:00 Uhr
Dauer: 19 Termine, je So., 14:00-16:30 Uhr
Entgelt: € 40; keine Ermäßigung



Allgemeine Informationen zu unseren Fremdsprachkursen, den Kursformaten und den Möglichkeiten, Ihr eigenes Sprachniveau (A1, A2, B1, B2) einzuschätzen, finden Sie ab Seite 12.

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an

Kirstin Fechtner
Tel.: 0541 501-3094
E-Mail: kirstin.fechtner@vhs-osland.de

191-020402

Englisch Grundkurs A2.V

Abendkurs

Dieser Kurs setzt den Grundkurs A2.IV fort. Der Kurs eignet sich aber auch für Interessent/-innen mit ähnlich aktuellen Englischkenntnissen. Quereinsteiger sind willkommen!

Lehrbuch: Great! A2, Klett, ISBN 978-3-12-501482-4, ab Lektion 8

Leitung: Ayamba Michael Asu
Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 13, Kronesch 3

Beginn: Di., 12. Feb. 2019, 17:30 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Di., 17:30-19:00 Uhr
Entgelt: € 72

191-020403

Französisch Grundkurs A2.1

Abendkurs

Das Lerntempo in diesem Kurs wird auf die Bedürfnisse der Teilnehmer/-innen abgestimmt.

Lehrbuch: On y va! A2 Aktualisierte Ausgabe, Hueber, ISBN 978-3-19-103351-4, ca. ab Lektion 2

Leitung: Hildburg Bücker
Ort: Bad Iburg, Gymnasium, Raum B19, Bielefelder Straße 15

Beginn: Di., 12. Feb. 2019, 20:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Di., 20:00-21:30 Uhr
Entgelt: € 72



191-020404

Französisch Konversationskurs B1

Vormittagskurs

Wir lesen kurze Auszüge aus Texten aktueller Autoren und üben das Hörverstehen.

Leitung: Hildburg Bücker
Ort: Bad Iburg, Mühlenstraße 35
Beginn: Di., 19. Feb. 2019, 10:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 10:00-11:30 Uhr
Entgelt: € 60

191-020405

Spanisch Grundkurs A1.III

Abendkurs

¿Quiere viajar a España? Pues, vamos! Wir gehen auf Reisen durch die spanischsprachige Welt, von Mallorca über Santiago de Compostela bis nach Lateinamerika. Erweitern Sie Ihren individuellen Wortschatz und lernen Sie, sich im Urlaub zu verständigen, z. B. ein Hotelzimmer zu reservieren, Hinweise und Ratschläge zu geben, Ereignisse aus der nahen Vergangenheit zu erzählen und komplexere Gespräche zu führen. Wir trainieren das Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben... con mucho gusto!

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett, ISBN 978-3-12-514980-9, ca. ab Lektion 7-9

Leitung: Heike Schulte
Ort: Bad Iburg, Realschule, Raum 13, Kronesch 3

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 20:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mo., 20:00-21:30 Uhr
Entgelt: € 72



191-020501

Tastschreiben in 6 Stunden

NEU!

In diesem Kurs erlernen Sie das 10-Finger-Schreiben in nur 6 Stunden. Das Lernsystem basiert auf Visualisierungs- und Assoziationstechniken. Vorkenntnisse am Computer sind nicht erforderlich. Das Lehrbuch ist im Kursentgelt enthalten.

Mitzubringen: Buntstifte

Leitung: Marc Hassan
Ort: Bad Iburg, Realschule, EDV-Raum, Kronesch 3

Beginn: Fr., 22. Mrz. 2019, 17:00 Uhr
Dauer: Fr., 17:00-20:15 Uhr, Sa., 10:00-13:00 Uhr
Entgelt: € 59; keine Ermäßigung

191-020502

Excel – Der effektive Einstieg

Der sichere Umgang mit der Tabellenkalkulation Excel ist für berufliche und private Zwecke nicht mehr wegzudenken. Dieser Kurs macht Sie mit den wichtigsten Funktionen vertraut. Inhalte: Arbeitsmappen und -blätter; Erfassen und Bearbeiten von Daten; Einfügen und Löschen von Zeilen und Spalten; Kennenlernen einfacher Formeln und Funktionen; Formatierung und Drucken.

Leitung: Heike Hellmeister
Ort: Bad Iburg, Realschule, EDV-Raum, Kronesch 3

Beginn: Fr., 24. Mai 2019, 17:00 Uhr
Dauer: Fr., 17:00-20:15 Uhr, Sa., 9:00-14:00 Uhr
Entgelt: € 52

EDV-KURSE

Melden Sie sich für **EDV-Kurse** bitte rechtzeitig an! In den meisten Fällen ist die **Anzahl** der Plätze **be-grenzt**.

191-020503

Excel – Formeln, Funktionen und Diagramme

In diesem Kurs dreht sich alles um Berechnungen und Kalkulationen mit Excel. Inhalte: Erstellen von Formeln und Funktionen; Berechnungen mit relativen und absoluten Zellbezüge; Funktionen wie z. B. Summe, Mittelwert, Maximum, Minimum, Anzahl; Erstellen von Fahrtkostenabrechnungen; Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen.

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

Leitung: Heike Hellmeister
Ort: Bad Iburg, Realschule, EDV-Raum, Kronesch 3

Beginn: Fr., 14. Jun. 2019, 17:00 Uhr
Dauer: Fr., 17:00-20:15 Uhr, Sa., 9:00-14:00 Uhr
Entgelt: € 52



191-020504

Erste Schritte am eigenen Smartphone (Android)

Lernen mit Muße!

In diesem Kurs konzentrieren wir uns auf die Grundfunktionen Ihres Gerätes. Wir besprechen das Telefonieren, die Eingabe und Nutzung von Kontakten und das Verfassen von SMS. Wir lernen Schritt für Schritt und lassen uns Zeit für Übungen und Wiederholungen.

Mitzubringen: aufgeladenes Smartphone (Internetzugang ist für diesen Einführungskurs nicht notwendig)

Leitung: Heike Hellmeister
Ort: Bad Iburg, Realschule, EDV-Raum, Kronesch 3

Termin: Sa., 4. Mai 2019, 9:00-13:30 Uhr
Entgelt: € 34

191-020505

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

NEU!

In diesem Kurs entstehen mit einer kostenlosen Gestaltungssoftware Bildbände, die Erlebnisse wie Reisen und Familienfeste eindrucksvoll präsentieren. Schritt für Schritt wird vermittelt, wie ein Fotobuch angelegt und bestellt wird. Sie können die Bilder mit Texten ergänzen und erlernen Gestaltungstricks. Dabei werden einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt.

Mitzubringen: Bilder auf USB-Stick

Leitung: Michael Koloska
Ort: Bad Iburg, Realschule, EDV-Raum, Kronesch 3

Termin: Sa., 22. Jun. 2019, 9:00-16:00 Uhr
Entgelt: € 42

