

Bürgerbüro Dissen a.T.W.

vhs-Außenstelle
Stievenstraße 3
49201 Dissen a.T.W.



Michael Hirsch

Tel.: 05421 303-115
Fax: 05421 303-363
E-Mail: michael.hirsch@vhs-osland.de

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag,
Donnerstag und Freitag: 8:30-12:30 Uhr
jeder 1. und 3. Samstag im Monat: 10:00-12:00 Uhr



JUNGE VHS

191-090204

Malen bei Gaby

Für Kinder ab 6 Jahren

Kreativität und Phantasie sind ganz besondere Schätze, die gefunden und gefördert werden sollen. Ich möchte dich dazu einladen, sie (mit mir) zu finden! Wir werden mit Aquarell- und Acrylfarben arbeiten. Experimentieren wollen wir aber auch. Wir wollen spritzen, gießen und tropfen. Im Mittelpunkt steht immer das Malergebnis.

Mitzubringen: vorhandenes Material. Um Fehlkäufe zu vermeiden, sollten Neuanschaffungen erst nach Absprache mit der Dozentin erfolgen. Materialkosten fallen nach Bedarf an.

Leitung: **Gaby Placke,**

Wolfgang Placke

Ort: **Dissen, Kunstwerkstatt Placke,
Frankfurter Str. 226**

Beginn: Mi., 20. Feb. 2019, 16:00 Uhr

Dauer: 10 Termine, je Mi., 16:00-17:30 Uhr

Entgelt: € 50; keine Ermäßigung



191-090205

Malen bei Gaby

Für Kinder und Jugendliche

Leitung: **Gaby Placke,**

Wolfgang Placke

Ort: **Dissen, Kunstwerkstatt Placke,
Frankfurter Str. 226**

Beginn: Mi., 20. Feb. 2019, 17:30 Uhr

Dauer: 10 Termine, je Mi., 17:30-19:00 Uhr

Entgelt: € 50; 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

191-090901

Qualifizierung für eine Tätigkeit als Tagesmutter/-vater

Informationsveranstaltung

Personen, die ein Interesse daran haben, Kinder zu betreuen, können sich im Qualifizierungskurs für Tagesmütter/-väter für diese Tätigkeit ausbilden lassen. Die Teilnehmer/-innen erwerben in dem Kurs pädagogische, psychologische und soziale Kenntnisse für die Betreuung von Kindern. Nach erfolgreicher Teilnahme kann ein Zertifikat des Bundesverbandes für Kindertagespflege erworben werden.

Am heutigen Abend sollen Fragen zu persönlichen Voraussetzungen und zum Hintergrund des Kurses geklärt werden. Kursbeginn: Herbst 2019

Leitung: **Doris Morszeck-Groten,
Luise Moß**

Ort: **Dissen, Realschule, Raum 24,
Lerchenstraße 8**

Termin: Di., 2. Apr. 2019, 19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei

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.

192-090901

NEU!

Sprachbildung bei Kindern von Alter 0 bis 3 Jahren

Sprache ist der Schlüssel zur Welt. Durch Sprache erobern sich schon die Kleinsten ihre Welt. Doch wie kann ich die Kinder von Anfang an im täglichen Geschehen in ihrer sprachlichen Entwicklung begleiten?

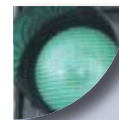
In dieser Fortbildung lernen Sie, wie sich Sprache entwickelt, welche Auffälligkeiten es geben kann und wie Sie Kinder bei der Sprachentwicklung ganz praktisch unterstützen und begleiten können.

Leitung: **Hanna Prinzler**

Ort: **Dissen, Teutoburger-Wald-Schule,
Bahnhofstraße 3**

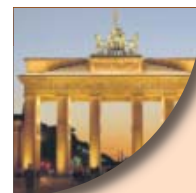
Termin: Sa., 28. Sep. 2019, 9:00-12:15 Uhr

Entgelt: € 16; keine Ermäßigung



GRÜNES LICHT

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie also nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht“ für Ihre Teilnahme.



POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT

191-090101

Plattdeutsch

Für Anfänger/-innen

Anhand von Beispielen aus dem Alltagsleben und der Handwerkskultur im Osnabrücker Land wird in diesem Kurs eine Einführung in den Gebrauch der plattdeutschen Sprache gegeben. Die Vermittlung von Grundwörtern und Ausspracheübungen bilden wesentliche Inhalte des Grundkurses. Außerdem wird die plattdeutsche Sprache in Schrift vermittelt.

Leitung: **Elisabeth Benne**

Ort: **Dissen, Realschule, Raum 18,
Lerchenstraße 8**

Beginn: Do., 28. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 6 Termine, je Do., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 30; keine Ermäßigung

191-090102

Plattdeutsch

Für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Für den Besuch dieses Kurses sollten Sie bereits geringe Vorkenntnisse in der plattdeutschen Sprache haben. Anhand von Beispielen aus dem Alltagsleben und der Handwerkskultur im Osnabrücker Land wird in diesem Kurs der Gebrauch der plattdeutschen Sprache vermittelt. Grundwörter und Ausspracheübungen bilden wesentliche Inhalte des Kurses. Außerdem wird die plattdeutsche Sprache in Schrift vermittelt.

Leitung: Elisabeth Benne

Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 9. Mai 2019, 18:00 Uhr
Dauer: 6 Termine, je Do., 18:00-19:30 Uhr
Entgelt: € 30; keine Ermäßigung



**KULTUR
KUNST
KREATIVITÄT**

191-090201

Goldschmiedekurs

Die Teilnehmer/-innen haben die Möglichkeit, Goldschmieden kennenzulernen und unter Anleitung ein Schmuckstück (z. B. Brosche, Anhänger, Ohrschmuck oder Ring) für sich herzustellen.

Mitzubringen: Kittel, falls vorhanden: Feilen, Schmirgelpapier und kleiner Hammer. Sonstige Materialien werden von der Kursleiterin mitgebracht.

Leitung: Karin Renz

Ort: Dissen, Realschule, Werkraum, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 13. Feb. 2019, 18:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Mi., 18:30-21:30 Uhr
Entgelt: € 72; zzgl. Materialkosten

191-090202

Offene Kunstwerkstatt am Nachmittag

Der Kurs gibt Ihnen die Gelegenheit, in Zusammenarbeit mit anderen Teilnehmenden Ihren eigenen Stil zu entdecken oder weiterzuentwickeln, verschiedene Materialien sowie Techniken in der Malerei kennenzulernen. Neben Acryl- und Aquarellfarben können auch Kreide oder Stifte zum Einsatz kommen. Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen: vorhandenes Material. Um Fehlkäufe zu vermeiden, sollten Neuanschaffungen erst nach Absprache mit der Dozentin erfolgen. Leinwände können bei der Dozentin erworben werden.

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 19. Feb. 2019, 16:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 16:00-18:15 Uhr
Entgelt: € 78; zzgl. Materialkosten



191-090203

Offene Kunstwerkstatt am Abend

Mitzubringen: vorhandenes Material. Um Fehlkäufe zu vermeiden, sollten Neuanschaffungen erst nach Absprache mit der Dozentin erfolgen. Leinwände können bei der Dozentin erworben werden.

Leitung: Gaby Placke, Wolfgang Placke
Ort: Dissen, Kunstwerkstatt Placke, Frankfurter Str. 226

Beginn: Di., 19. Feb. 2019, 19:00 Uhr
Dauer: 10 Termine, je Di., 19:00-21:15 Uhr
Entgelt: € 78; zzgl. Materialkosten

191-090206

Pool-Billard zum Kennenlernen

Für Damen

Wir besprechen und probieren grundlegende Dinge wie den Stand und die Haltung am Tisch, die Unterschiede beim Werkzeug (Kugeln, Queues und Omas) sowie die verschiedenen Disziplinen. Anders als der sogenannte „Kneipensport“ geht es hier nicht um „Volle“ und „Halbe Kugeln“. An vier Abenden werden die Regeln und Feinheiten des „9 Ball“ erlernt und geübt. Am letzten Abend spielen wir ein kursinternes Mini-Turnier aus.

Zugang und Parkplatz über den Westring.

Mitzubringen: bequeme Kleidung

Leitung: Monika Niehaus
Ort: Treffpunkt: Dissen, Vereinsheim Billard-Club, Westring 8

Beginn: Mi., 6. Feb. 2019, 19:00 Uhr
Dauer: 4 Abende, je Mi., 19:00-20:30 Uhr
Entgelt: € 18; keine Ermäßigung

MIT DEM VHS-GESCHENKGUTSCHEIN

anderen eine Freude machen.

191-090207

Pool-Billard zum Kennenlernen

Für Herren und Mix

Wir besprechen und probieren grundlegende Dinge, wie den Stand und die Haltung am Tisch, die Unterschiede beim Werkzeug (Kugeln, Queues und Omas) sowie die verschiedenen Disziplinen. Anders als der sogenannte „Kneipensport“ geht es hier nicht um „Volle“ und „Halbe Kugeln“. An vier Abenden werden die Regeln und Feinheiten des „9 Ball“ erlernt und geübt. Am letzten Abend spielen wir ein kursinternes Mini-Turnier aus.

Zugang und Parkplatz über den Westring.

Mitzubringen: bequeme Kleidung

Leitung: Monika Niehaus
Ort: Treffpunkt: Dissen, Vereinsheim Billard-Club, Westring 8

Beginn: Mi., 6. Mrz. 2019, 19:00 Uhr
Dauer: 4 Abende, je Mi., 19:00-20:30 Uhr
Entgelt: € 18; keine Ermäßigung



**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.

191-090301

Die Übersäuerung des Menschen

Ein oft unterschätztes Problem

Vortrag

In einem gesunden Organismus sollen Säuren und Basen in einem ausgewogenen Verhältnis stehen. Die Übersäuerung kann von der Einschränkung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit bis hin zu ernsten Erkrankungen führen, wie z. B. Rückenschmerzen, Rheuma, Arthritis, Arthrose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Durchblutungsstörungen und Migräne. Im Kurs werden Möglichkeiten aufgezeigt, vorhandene Säuren abzubauen und die Neubildung zu vermeiden.

Leitung: Martina Arlt
Ort: Dissen, Realschule, Raum 24, Lerchenstraße 8

Termin: Do., 21. Mrz. 2019, 19:00-22:00 Uhr
Entgelt: € 12; zzgl. Kosten für das Skript; keine Ermäßigung

191-090302

Wildkräuter im Frühjahr

Kräuterspaziergang in der Noller Schlucht

Jetzt lockt das erste Grün nach den langen Wintermonaten. Wir wollen auf einer Naturführung die frühen, vitaminreichen Kräuter entdecken. Neben dem bekannten Bärlauch gibt es noch andere Kostbarkeiten, wie z. B. das Scharbockskraut und die Knoblauchsrauke zu entdecken, die uns gegen die Frühjahrsmüdigkeit helfen können. Während des Spaziergangs lernen wir die Besonderheiten der Pflanzen kennen. Zum Schluss wird ein kleiner Kräuterimbiss gereicht.

Mitzubringen: festes Schuhwerk, Geländesicherheit

Leitung: Sabine Schmitz
Ort: Dissen, Wanderparkplatz Lernstandort Noller Schlucht, Rechenbergstraße 100

Termin: Sa., 6. Apr. 2019, 14:30-17:00 Uhr
Entgelt: € 9



191-090303

Tai Chi und Qi Gong

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 des Menschen. 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 z. B. Harmonie oder 8 Brokate des Tai Chi und Qi Gongs gelehrt.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke

Leitung: Benno Raude
Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 19:30 Uhr
Dauer: 8 Termine, je Di., 19:30-21:00 Uhr
Entgelt: € 53; keine Ermäßigung

191-090304

Tai Chi und Qi Gong

Für Anfänger/-innen und Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: Benno Raude

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Di., 2. Apr. 2019, 19:30 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Di., 19:30-21:00 Uhr

Entgelt: € 53; keine Ermäßigung



191-090305

Tai Chi und Qi Gong

Für Fortgeschrittene und Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen der kurzen Form

Leitung: Benno Raude

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Di., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 53; keine Ermäßigung

191-090306

Tai Chi und Qi Gong

Für Fortgeschrittene und Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen der kurzen Form

Leitung: Benno Raude

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Di., 2. Apr. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Di., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 53; keine Ermäßigung



UNSERE TELEFONNUMMER

Sie erreichen unsere Geschäftsstelle in Osnabrück unter der Rufnummer
0541 501-7777

191-090307

Hatha Yoga

Ashtanga Vinyasa ist eine dynamische, kraftvolle Hatha Yogapraxis, die gleichermaßen Flexibilität, Kraft, Kondition und Konzentration schult. Die Muskeln werden gedehnt und gekräftigt, die Wirbelsäule und die Gelenke gewinnen an Beweglichkeit. Die Funktion der inneren Organe und das Nervensystem werden gestärkt. Ashtanga Yoga ist ein Prozess, in dem wir lernen, auf liebevolle und achtsame Weise neue Herausforderungen anzunehmen, um daran wachsen und uns entfalten zu können.

Mitzubringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung

Leitung: Patricia de Jong-Chasiotis

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mi., 27. Feb. 2019, 19:00 Uhr

Dauer: 10 Termine, je Mi., 19:00-20:30 Uhr

Entgelt: € 66; keine Ermäßigung

191-090308

Hatha Yoga

Leitung: Patricia de Jong-Chasiotis

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mi., 5. Jun. 2019, 19:00 Uhr

Dauer: 5 Termine, je Mi., 19:00-20:30 Uhr

Entgelt: € 33; keine Ermäßigung

191-090309

Faszien-Fitness

Für alle Altersstufen

Die Faszien, unser Bindegewebe, 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.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte, Handtuch, Faszienrolle (falls vorhanden), Getränk

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 17:30 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mo., 17:30-18:30 Uhr

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090310

Faszien-Fitness

Für alle Altersstufen

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 18:30 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mo., 18:30-19:30 Uhr

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090311

Faszien-Fitness

Für alle Altersstufen

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 29. Apr. 2019, 17:30 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mo., 17:30-18:30 Uhr

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090312

Faszien-Fitness

Für alle Altersstufen

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 29. Apr. 2019, 18:30 Uhr

Dauer: 8 Termine, je Mo., 18:30-19:30 Uhr

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090313

Pilates

Beim Pilates wird durch gezieltes Atmen und die gleichzeitige Konzentration auf den ganzen Körper die eigene Körperwahrnehmung verbessert und neue Energie für die nötige Vitalität im Alltag freigesetzt. Fließende, präzise ausgeführte Bewegungen sorgen für die körperliche und seelische Balance und somit für das Wohlbefinden. Sie lernen die Übungen selbstständig weiter zu praktizieren.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte, Handtuch, Getränk

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 19:30 Uhr

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

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090314

Pilates

Leitung: Monique Mündelein

Ort: Dissen, KiTa Kunterbunt, Bergstraße 6b

Beginn: Mo., 29. Apr. 2019, 19:30 Uhr

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

Entgelt: € 36; keine Ermäßigung

191-090315

Body-Styling

Ganzkörpertraining

Es erwartet Sie ein effektives und schweißtreibendes Fitness-training auf mittlerer Intensitätsstufe. Body-Styling fördert den Muskelaufbau, kurbelt die Fettverbrennung an und verbessert die Ausdauer. Neben einer sportlicheren Figur geht es auch um die Verbesserung der Gesundheit. Der Schwerpunkt ist ein Bauch-Beine-Po-Training kombiniert mit einem Cardio-Training. Der Rücken wird gekräftigt, die Kondition optimiert. Der Kurs ist gleichermaßen für Frauen und Männer geeignet.

Mitzubringen: Handtuch, Sportschuhe, Getränk

Leitung: Ellen Brunswicker

Ort: Dissen, Hugo-Homann-Sporthalle, Lerchenstraße 8a

Beginn: Mi., 6. Mrz. 2019, 19:15 Uhr

Dauer: 12 Termine, je Mi., 19:15-20:15 Uhr

Entgelt: € 53; keine Ermäßigung

191-090316

Fit und in Form

Gezielte Gymnastik mit flotter Musik zum Training von Herz und Kreislauf, auch für Anfänger/-innen, die einmal etwas Neues ausprobieren möchten. Durch ausgewählte Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie Stretching werden die Beweglichkeit und Muskelkraft der einzelnen Partien wie Rücken, Bauch, Hüfte, Po, Oberschenkel, Schultern und Arme verbessert und die Kondition und ein gutes Körpergefühl gefördert. Der Kurs ist gleichermaßen für Frauen und Männer geeignet.

Mitzubringen: Handtuch, Sportschuhe, Getränk

Leitung: Ellen Brunswicker

Ort: Dissen a.T.W., Dreifachsporthalle, erstes Drittel, Lerchenstr. 8b

Beginn: Mo., 11. Mrz. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 10 Termine, je Mo., 18:00-19:00 Uhr

Entgelt: € 44; keine Ermäßigung



191-090317

Wirbelsäulen- und Ausgleichsgymnastik

Wir wärmen uns bei Musik auf und bauen mit funktionellen gymnastischen Übungen die körperliche Fitness auf. Es erwartet Sie ein allgemeines Konditionstraining, verbunden mit gezielten Übungen zur Kräftigung der Bein-, Arm- und Rumpfmuskulatur. Der Kurs ist gleichermaßen für Frauen und Männer geeignet.

Mitzubringen: Handtuch, Sportschuhe, Getränk

Leitung: Ellen Brunswicker

Ort: Dissen a.T.W., Dreifachsporthalle, erstes Drittel, Lerchenstr. 8b

Beginn: Mo., 11. Mrz. 2019, 19:15 Uhr

Dauer: 10 Termine, je Mo., 19:15-20:15 Uhr

Entgelt: € 44; keine Ermäßigung

191-090318

Wassergymnastik

Dieser Kurs eignet sich für alle, die Spaß an der Bewegung haben und zielt auf die Kräftigung der Muskeln, die Erhaltung der Beweglichkeit und Verbesserung der Fitness.

Leitung: Heike Muslija
Ort: Dissen, Aktivbad, Bergstr. 6
 Beginn: Do., 7. Feb. 2019, 17:00 Uhr
 Dauer: 10 Termine, je Do., 17:00-17:45 Uhr
 Entgelt: € 60; keine Ermäßigung

191-090319

Wassergymnastik

Leitung: Heike Muslija
Ort: Dissen, Aktivbad, Bergstr. 6
 Beginn: Do., 7. Feb. 2019, 17:45 Uhr
 Dauer: 10 Termine, je Do., 17:45-18:30 Uhr
 Entgelt: € 60; keine Ermäßigung

191-090320

Aquafitness

Für alle, die eine intensive Wassergymnastik wollen. Das Medium Wasser bietet eine ideale Voraussetzung für ein intensives Herz-Kreislauf-Training und eine Kräftigung aller Muskelgruppen. Nicht geeignet ist dieser Kurs für Menschen mit kardiologischen Erkrankungen.

Leitung: Iris Kinzig
Ort: Dissen, Aktivbad, Bergstr. 6
 Beginn: Fr., 8. Feb. 2019, 18:00 Uhr
 Dauer: 10 Termine, je Fr., 18:00-18:45 Uhr
 Entgelt: € 60; keine Ermäßigung



191-090321

Aquafitness

Leitung: Iris Kinzig
Ort: Dissen, Aktivbad, Bergstr. 6
 Beginn: Fr., 8. Feb. 2019, 18:45 Uhr
 Dauer: 10 Termine, je Fr., 18:45-19:30 Uhr
 Entgelt: € 60; keine Ermäßigung

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

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.

191-090322

Männer kochen gut!

Sich auf das Wesentliche, das Sattmachende zu konzentrieren, ist eine Philosophie des Essens. Heute bereiten wir Fleisch, Fisch und Geflügel in neuen Variationen mit herzhaften Beilagen zu. Etwas Süßes für den Gaumen rundet diesen vielseitigen und genussvollen Abend ab. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen. Weitere Termine: 3. Apr., 8. Mai. und 05. Jun. 2019.

Leitung: Elke Mathlage
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Beginn: Mi., 6. Mrz. 2019, 18:30 Uhr
 Dauer: 4 Termine, mtl., je Mi., 18:30-21:30 Uhr
 Entgelt: € 51; zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung



191-090323

Entdecken Sie Ihre Schokoladenseite

Woher kommt eigentlich Schokolade? Was passiert beim Conchieren? Und wie wird Schokolade richtig temperiert? Auf diese und andere Fragen erhalten Sie Antworten, nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch. Sie kreieren Ihren ganz eigenen Glücksmacher mit den verschiedensten Cerealien! Sie gießen Schokoladentafeln und stellen kleine, feine Konfektstücke her. Am duftenden Schokoladenbrunnen genießen Sie frisches Obst und Gebäck. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen.

Mitzubringen: Behältnisse, Getränk

Leitung: Dirk Gerdau
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Termin: Sa., 9. Mrz. 2019, 11:00-14:45 Uhr
 Entgelt: € 16; zzgl. € 14 Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-090324

Kreative Cupcakes – Kleine Kuchen ganz groß!

Die süßen Törtchen mit der tassenähnlichen Form und den hübschen Dekorationen sind ein Hingucker auf jeder Kaffeetafel! Der Workshop vermittelt Ihnen, wie Sie die ganz besonders fluffigen Minikuchen in verschiedenen Varianten zubereiten und garnieren. Lassen Sie uns gemeinsam diesen traumhaften Gaumenschmaus backen und finden Sie bei der gemeinsamen Verkostung heraus, warum sich Cupcakes geradezu zu einem Klassiker entwickeln. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen.

Mitzubringen: Behältnisse, Getränk

Leitung: Dirk Gerdau
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Termin: Sa., 27. Apr. 2019, 11:00-14:15 Uhr
 Entgelt: € 14; zzgl. € 12 Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-090325

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 pure Gaumenfreude. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen.

Leitung: Abdulrazak A. Heritani
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Termin: Mo., 25. Feb. 2019, 18:00-21:45 Uhr
 Entgelt: € 18; zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-090326

NEU!

Fest für die Sinne

Mezze aus der Orient-Küche

Fladen, Brot, dazu würzige Köstlichkeiten, die als Vorspeisen gedacht sind, schmeicheln Auge und Gaumen gleichermaßen. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen.

Leitung: Abdulrazak A. Heritani
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Termin: Di., 26. Mrz. 2019, 18:00-21:45 Uhr
 Entgelt: € 18; zzgl. Lebensmittelumlage; keine Ermäßigung

191-090327

NEU!

Fantastische Reise durch die Orientalische Küche

Raffinierte Gewürze, frische Zutaten, ein delikates Nebeneinander von süß und scharf. Es erwartet Sie eine kulinarische Rundreise von Marokko, über Ägypten, den Nahen Osten bis zum Iran. Lassen Sie sich von der orientalischen Gastfreundschaft überraschen. Hinweis: Inhaber des Dissener Familienpasses können sich die Kursgebühr für diesen Kurs von der Stadt Dissen erstatten lassen.

Leitung: Abdulrazak A. Heritani
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Küche, Bahnhofstraße 3
 Termin: Di., 14. Mai 2019, 18:00-21:45 Uhr
 Entgelt: € 18; zzgl. 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.

In Kooperation mit dem KiFaZ Dissen

191-090701

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.

Lehrbuch: Schritte plus (nach Absprache)

Leitung: Maren Öynhausen

Ort: Dissen, Kinder- und Familienzentrum, Bergstr. 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 11:30 Uhr

Dauer: 30 Termine, je Di., Mi. und Do., 11:30-13:00 Uhr

Entgelt: € 42; keine Ermäßigung



FIRMENKURS: SPRACHE

Ihre Firma möchte die **Sprachkompetenz** ihrer Mitarbeiter/-innen verbessern, aber die angebotenen Kurse erscheinen Ihnen zu allgemein? Bitte setzen Sie sich mit unserem Programm-bereich Sprachen in Verbindung, wir bieten Ihnen einen Sprachkurs nach Maß, von Englisch, Spanisch, Französisch, am Telefon bis small talk bei Geschäftsreisen. Wir entwickeln ein passendes Kurskonzept.

191-090702

Deutsch Grundkurs A1: Mama lernt Deutsch

Vormittagskurs für Frauen ohne Vorkenntnisse

Leitung: Maren Öynhausen

Ort: Dissen, Kinder- und Familienzentrum, Bergstr. 8

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 8:00 Uhr

Dauer: 45 Termine, je Mo.-Do., 8:00-9:00 Uhr

Entgelt: € 42; keine Ermäßigung

In Kooperation mit dem KiFaZ Dissen

191-090703

Deutsch Grundkurs A2: Mama lernt Deutsch

Vormittagskurs 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.

Lehrbuch: Schritte plus 3

Leitung: Maren Öynhausen

Ort: Dissen, Kinder- und Familienzentrum, Bergstr. 8

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 9:00 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Mo. und Mi., 9:00-11:30 Uhr

Entgelt: € 42; keine Ermäßigung

191-090704

Deutsch Grundkurs A2: Mama lernt Deutsch

Vormittagskurs für Frauen mit Vorkenntnissen

Leitung: Maren Öynhausen

Ort: Dissen, Kinder- und Familienzentrum, Bergstr. 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 9:00 Uhr

Dauer: 20 Termine, je Di. und Do., 9:00-11:30 Uhr

Entgelt: € 42; keine Ermäßigung

191-090705

Deutsch Grundkurs A1.1 Abendkurs

Der Kurs richtet sich an Personen, die geringe Deutschkenntnisse haben. Die Vermittlung des Lernstoffes erfolgt auf einfache Art und Weise mit regelmäßigen Wiederholungen, so dass jede/-r Teilnehmer/-in dem Unterricht leicht folgen kann.

Lehrbuch: Einfach gut! A1.1 ab Lekt. 1

Leitung: Oxana Mazepa

Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 4. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 24 Termine, je Mo. und Mi., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 100

191-090706

Deutsch Grundkurs A1.1 – Abendkurs

Leitung: Oxana Mazepa

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 24 Termine, je Di. und Do., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 100

191-090707

Deutsch Grundkurs A1.2 – Abendkurs

Abendkurs

Ziel des Kurses ist es, den Sprachstand A1 der mündlichen Deutschkenntnisse durch systematisches Lernen der Grammatik und Trainieren der Fertigkeiten Lesen und Schreiben auch in der Schriftsprache zu erreichen.

Mitzubringen: Schreibutensilien

Lehrbuch: Schritte plus neu A1.2

Leitung: Petra Dettmer

Ort: Dissen, Realschule, Kleiner Computerraum (Raum 124), Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 15 Termine, je Di., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 63

191-090708

Deutsch Grundkurs A1.2 – Abendkurs

Abendkurs

Leitung: Petra Dettmer

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 6. Feb. 2019, 18:00 Uhr

Dauer: 15 Termine, je Mi., 18:00-19:30 Uhr

Entgelt: € 63



191-090709

Deutsch Grundkurs A1

Kursabschnitt 3 - Abendkurs

Folgekurs für Teilnehmer/-innen der Deutschkurse A1.1 und A1.2 oder Personen, die über entsprechende Grundkenntnisse verfügen.

Leitung: Oxana Mazepa

Ort: Dissen, Realschule, Raum 20, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 20:00 Uhr

Dauer: 24 Termine, je Di. und Do., 20:00-21:30 Uhr

Entgelt: € 100

191-090710

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.

Leitung: Julia Maslova

Ort: Dissen, Lutherhaus, Große Str. 12

Beginn: Mo., 18. Feb. 2019, 15:15 Uhr

Dauer: 33 Termine, je Mo. und Mi., 15:15-16:45 Uhr entgeltfrei

182-090724

Deutsch Grundkurs für geflüchtete Frauen SGF

Nachmittagskurs für Frauen mit geringen Vorkenntnissen

Der Sprachkurs richtet sich an geflüchtete Frauen. Über die Sprachvermittlung hinaus soll die Sozialraum- und Berufsorientierung neuzugewanderten Frauen Unterstützung bieten, sich in ihrem Wohnumfeld zurechtzufinden und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Landes Niedersachsen.

Die Teilnahme ist entgeltfrei und der Einstieg ist fortlaufend möglich.

Leitung: Katja Bertram

Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Bahnhofstraße 3

Beginn: Mi., 7. Nov. 2018, 12:45 Uhr

Dauer: 50 Termine, je Mi. und Mo., 12:45-14:15 Uhr entgeltfrei



182-090725

Alles nur Theater?

Sprachkurs zur Förderung gesellschaftlicher/kultureller Teilhabe

Der Kurs richtet sich an Geflüchtete, die bereits über mündliche Deutschkenntnisse auf Niveau A1 verfügen. In den Themengebieten Mensch und Gesellschaft, Mensch und Gesundheit, Mensch und Bildung, Mensch und Gesetz wollen wir uns über interkulturelle Differenzen austauschen, kulturell bedingte Verhaltensweisen reflektieren und in kleinen Szenen die verbalen und nonverbalen Äußerungen verstehbar machen. Die szenische Darstellung unterstützt nachhaltig den Spracherwerb.

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Landes Niedersachsen. Die Teilnahme ist entgeltfrei.

Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Bahnhofstraße 3

Beginn: Mo., 21. Jan. 2019, 8:45 Uhr

Dauer: 60 Termine, 8:45-13:00 Uhr

entgeltfrei



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

191-090401

NEU!

Englisch Grundkurs A1.I

Abendkurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit keinen oder mit geringen Vorkenntnissen der englischen Sprache. Sie wollten schon immer in der Lage sein, zu verstehen, was ein „browser“ ist oder was man mit „start-up“ meint? Sie möchten nicht mehr das Gefühl haben, nur die Hälfte von dem zu verstehen, was ein Freund oder Kollege Ihnen sagen will, weil er mit englischen Wörtern nur so um sich wirft? Machen Sie ein Ende mit „den Kopf in den Sand stecken“ und kommen Sie zu uns! Die Atmosphäre ist entspannt und locker!

Lehrbuch: Great! A1, Klett, ISBN 978-3-12-501480-0, ab Lektion 1

Leitung: Gabriele Bredol-Witsken
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 19:30 Uhr
Dauer: 12 Abende, je Di., 19:30-21:00 Uhr
Entgelt: € 72

191-090402

Englisch Grundkurs A2.V

Abendkurs

Sie verfügen über gute Grundkenntnisse der Englischen Sprache, möchten diese aber erweitern? Dann steigen Sie in diesen Kurs mit ein und lernen Sie, sich zu Themen des täglichen Lebens wie Essen und Trinken, Freizeit und Reisen zu äußern und über vergangene Erlebnisse zu erzählen. Sie werden erfolgreich und mit Spaß vorankommen.

Lehrbuch: Great! B1, Klett, ISBN 978-3-12-501484-8, ab Lektion 1

Leitung: Gabriele Bredol-Witsken
Ort: Dissen, Realschule, Raum 18, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Di., 18:00-19:30 Uhr
Entgelt: € 72

191-090403

Englisch Konversationskurs A2/B1

Vormittagskurs

Come and join us if you like to talk about current affairs and all sorts of topics of interest. We read texts from Spotlight and also refresh grammar and read short stories. The atmosphere is relaxed and the speed caters for your needs. So, come along! Newcomers are welcome, too.

Leitung: Carmen Schleiermacher
Ort: Dissen, Teutoburger-Wald-Schule, Bahnhofstraße 3

Beginn: Do., 7. Feb. 2019, 9:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Do., 9:00-10:30 Uhr
Entgelt: € 72

191-090404

Englisch Aufbaukurs B1.III

Abendkurs

Ziel dieses Kurses ist es, Teilnehmer/-innen mit (früher) guten Englischkenntnissen wieder an die aktive Kommunikation heranzuführen. Wir frischen vergrabene Kenntnisse auf! Lesen, freies Sprechen und die Verbesserung des Hörverständnisses werden neben Grundlagen der Grammatik und dem Aufbau des Wortschatzes in entspannter Atmosphäre geschult und gefestigt. Nach Abschluss des noch vorliegenden Lehrwerkes dient „Great B1“ (Klett Verlag) als Grundlage.

Lehrbuch: Network Refresh Now B1, Klett, ISBN 978-3-12-605189-7, ab Lektion 11

Leitung: Carmen Schleiermacher
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 7. Feb. 2019, 18:30 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Do., 18:30-20:00 Uhr
Entgelt: € 72

191-090405

Italienisch Grundkurs A1.III

Nachmittagskurs für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Sie erwerben die sprachliche Sicherheit durch Sprechen, Hören, Lesen, Spielen und Singen mit Freude und ohne Leistungsdruck. Die wichtigsten grammatischen Regeln werden in einer einfachen und verständlichen Form vermittelt.

Lehrbuch: Con piacere A1, Klett, ISBN 978-3-12-525180-9, ab Lektion 7

Leitung: Gianfranco Bono
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 17:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Di., 17:00-18:30 Uhr
Entgelt: € 72

191-090406

Italienisch Auffrischkurs A2

Abendkurs

Un corso per persone che hanno una buona conoscenza della lingua italiana. Il nostro è un bel gruppo che vuole imparare l'italiano senza pressione, ma con piacere e divertimento. Giochiamo insieme e rinfreschiamo la grammatica. Parliamo di attualità, cultura, cucina, ecc. Raccontiamo le nostre storie. Leggiamo testi e a volte cantiamo! La nostra meta è di abbattere barriere e paure, usare una lingua di tutti i giorni, pratica, semplice ma corretta.

Lehrbuch: Con piacere nuovo A2, Klett, ISBN: 978-3-12-525206-6

Leitung: Gianfranco Bono
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Di., 5. Feb. 2019, 18:30 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Di., 18:30-20:00 Uhr
Entgelt: € 72



191-090407

Spanisch Grundkurs A1.I

Abendkurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Wollten Sie immer schon einmal Spanisch lernen? Dieser Kurs führt Sie in die spanische Sprache ein und bietet die Gelegenheit zu testen, ob Spanisch zu Ihnen passt. Sie lernen erste Redewendungen für Alltagssituationen, wie z. B. sich zu begrüßen, vorzustellen, aber auch Informationen wie Adressen und Telefonnummern zu geben und einzuholen. Des Weiteren bietet dieser Kurs einen ersten Einblick in die spanische Kultur und Lebensart.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 1

Leitung: Anne Hunke
Ort: Dissen, Realschule, Raum 26, Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 11. Feb. 2019, 19:00 Uhr
Dauer: 12 Termine, je Mo., 19:00-20:30 Uhr
Entgelt: € 72



191-090504

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

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: Dissen, Realschule, Computerraum (126), Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 13. Mrz. 2019, 18:00 Uhr
Dauer: 3 Termine, je Mi., 18:00-20:15 Uhr
Entgelt: € 47

191-090502

Der Umgang mit dem Computer/Laptop

Windows, Internet, E-Mail - Lernen mit Muße

Ein Kurs für Anfänger/-innen, die mit der Bedienung eines Computers vertraut werden möchten und ein gemäßigtes Tempo mit vielen Wiederholungen bevorzugen. Inhalte: Elemente und Aufbau eines Computers/Laptops; Arbeit mit Dateien; E-Mail; Internet u.a. mehr.

Weitere Termine: Mi., 29. Mai, Di., 4. und Mi., 5. Jun. 2019

Leitung: Arno Trumme
Ort: Dissen, Realschule, Computerraum (126), Lerchenstraße 8

Beginn: Do., 23. Mai 2019, 18:15 Uhr
Dauer: 4 Termine, je 18:15-20:30 Uhr
Entgelt: € 62

191-090503

Der einfache Einstieg in Word

Der Kurs richtet sich an alle, die Word beruflich, privat oder für den Verein nutzen möchten. In kompakter Form werden wesentliche Elemente des Programms vorgestellt. Systematisch werden Seiten-, Zeichen- und Absatzformatierungen und deren feine Unterschiede sowie Tricks und Kniffe gezeigt. Weitere Inhalte sind der Umgang mit Tabulatoren, Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Aufzählungen, Nummerierungen u.a. mehr.

Weitere Termine: Do., 27. Jun., Di., 2. und Mi., 3. Jul. 2019

Leitung: Arno Trumme
Ort: Dissen, Realschule, Computerraum (126), Lerchenstraße 8

Beginn: Mi., 26. Jun. 2019, 18:15 Uhr
Dauer: 4 Termine, je 18:15-20:30 Uhr
Entgelt: € 62

191-090501

Tastschreiben in 6 Stunden

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: Dissen, Realschule, Computerraum (126), Lerchenstraße 8

Beginn: Mo., 11. Mrz. 2019, 17:00 Uhr
Dauer: 2 Termine, Mo. und Di., je 17:00-20:00 Uhr
Entgelt: € 59; keine Ermäßigung